**2021年 燕山区《国家学生体质健康标准》测试**

**学校数据分析报告**

**北京师范大学燕化附属中学**

# 一、学校情况

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **学校** | | | **北京师范大学燕化附属中学** | | | |
| **本校** | **报名人数** | 1094 | **免体人数** | 0 | **免体比率** | 0 |
| **参测人数** | 1066 | **参测比例** | 97.44 | **获得加分人数** | 27 |
| **全市** | **报名人数** | 6371 | **免体人数** | 0 | **免体比率** | 0 |
| **参测人数** | 6298 | **参测比例** | 98.85 | **获得加分人数** | 1007 |

# 二、学校测试情况

## （一）总体评价等级百分比（%）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 高中 | 本校 | 1.03 | 19.04 | 69.14 | 10.79 |
| 全区该学段 | 1.03 | 19.04 | 69.14 | 10.79 |
| 全学段 | 本校 | 1.03 | 19.04 | 69.14 | 10.79 |
| 全区整体 | 13.81 | 31.93 | 48.75 | 5.51 |

## （二）单项指标等级百分比（%）

### 1. 身体形态（BMI）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **正常** | **低体重** | **超重** | **肥胖** |
| 高中 | 本校 | 66.60 | 2.16 | 14.26 | 16.98 |
| 全区该学段 | 66.60 | 2.16 | 14.26 | 16.98 |
| 全学段 | 本校 | 66.60 | 2.16 | 14.26 | 16.98 |
| 全区整体 | 64.40 | 2.30 | 15.00 | 18.29 |

### 2. 身体机能（肺活量）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 高中 | 本校 | 29.92 | 26.64 | 43.15 | 0.28 |
| 全区该学段 | 29.92 | 26.64 | 43.15 | 0.28 |
| 全学段 | 本校 | 29.92 | 26.64 | 43.15 | 0.28 |
| 全区整体 | 25.58 | 22.69 | 49.35 | 2.38 |

### 3. 50米跑

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 高中 | 本校 | 15.76 | 11.82 | 67.45 | 4.97 |
| 全区该学段 | 15.76 | 11.82 | 67.45 | 4.97 |
| 全学段 | 本校 | 15.76 | 11.82 | 67.45 | 4.97 |
| 全区整体 | 21.44 | 16.51 | 57.48 | 4.57 |

### 4. 坐位体前屈

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 高中 | 本校 | 11.54 | 15.20 | 68.95 | 4.32 |
| 全区该学段 | 11.54 | 15.20 | 68.95 | 4.32 |
| 全学段 | 本校 | 11.54 | 15.20 | 68.95 | 4.32 |
| 全区整体 | 21.40 | 22.66 | 53.94 | 2.00 |

### 5. 1分钟仰卧起坐

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 高中 | 本校 | 6.57 | 13.64 | 78.62 | 1.18 |
| 全区该学段 | 6.57 | 13.64 | 78.62 | 1.18 |
| 全学段 | 本校 | 6.57 | 13.64 | 78.62 | 1.18 |
| 全区整体 | 9.67 | 16.50 | 72.87 | 0.96 |

### 6. 立定跳远

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 高中 | 本校 | 2.16 | 9.47 | 56.00 | 32.36 |
| 全区该学段 | 2.16 | 9.47 | 56.00 | 32.36 |
| 全学段 | 本校 | 2.16 | 9.47 | 56.00 | 32.36 |
| 全区整体 | 5.57 | 12.25 | 56.05 | 26.14 |

### 7. 800米跑（女生）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 高中 | 本校 | 2.36 | 8.75 | 67.51 | 21.38 |
| 全区该学段 | 2.36 | 8.75 | 67.51 | 21.38 |
| 全学段 | 本校 | 2.36 | 8.75 | 67.51 | 21.38 |
| 全区整体 | 13.06 | 15.21 | 57.57 | 14.17 |

### 8. 1000米跑（男生）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 高中 | 本校 | 12.08 | 12.29 | 56.99 | 18.64 |
| 全区该学段 | 12.08 | 12.29 | 56.99 | 18.64 |
| 全学段 | 本校 | 12.08 | 12.29 | 56.99 | 18.64 |
| 全区整体 | 15.32 | 15.63 | 49.18 | 19.87 |

### 9. 引体向上（男生）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 高中 | 本校 | 5.30 | 1.69 | 13.35 | 79.66 |
| 全区该学段 | 5.30 | 1.69 | 13.35 | 79.66 |
| 全学段 | 本校 | 5.30 | 1.69 | 13.35 | 79.66 |
| 全区整体 | 5.26 | 1.49 | 11.00 | 82.25 |

## （三）各项指标等级横向比较（%）

### 1. 高中学段

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **评价等级** | **正常** | **低体重** | **超重** | **肥胖** |
| 体重指数 | 66.60 | 2.16 | 14.26 | 16.98 |
| **评价等级** | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 肺活量 | 29.92 | 26.64 | 43.15 | 0.28 |
| 50米跑 | 15.76 | 11.82 | 67.45 | 4.97 |
| 坐位体前屈 | 11.54 | 15.20 | 68.95 | 4.32 |
| 1分钟仰卧起坐 | 6.57 | 13.64 | 78.62 | 1.18 |
| 立定跳远 | 2.16 | 9.47 | 56.00 | 32.36 |
| 800米跑 | 2.36 | 8.75 | 67.51 | 21.38 |
| 1000米跑 | 12.08 | 12.29 | 56.99 | 18.64 |
| 引体向上 | 5.30 | 1.69 | 13.35 | 79.66 |

# 三、测试结果分析

本次体质健康标准测试情况反馈，北京师范大学燕化附属中学的学生综合成绩优良率（1.03%），低于总体测试数据平均水平（13.81%）。学生综合成绩不及格率（10.79%），高于总体测试数据平均水平（5.51%）。本校整体情况处于中下水平。

## （一）身体形态方面

体重指数测试情况反馈，本校处于正常体重水平的学生占比（66.60%），高于总体测试数据平均水平（64.40%）。本校处于低体重水平的学生占比（2.16%），低于总体测试数据平均水平（2.30%）。本校处于超重水平的学生占比（14.26%），低于总体测试数据平均水平（15.00%）。本校处于肥胖水平的学生占比（16.98%），低于总体测试数据平均水平（18.29%）。

## （二）身体机能方面

肺活量测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（29.92%），高于总体测试数据平均水平（25.58%）。本校处于不及格等级的学生占比（0.28%），低于总体测试数据平均水平（2.38%）。

## （三）身体素质方面

### 1. 速度素质

50米跑测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（15.76%），低于总体测试数据平均水平（21.44%）。本校处于不及格等级的学生占比（4.97%），高于总体测试数据平均水平（4.57%）。

### 2. 柔韧素质

坐位体前屈测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（11.54%），低于总体测试数据平均水平（21.40%）。本校处于不及格等级的学生占比（4.32%），高于总体测试数据平均水平（2.00%）。

### 3. 力量素质

1分钟仰卧起坐测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（6.57%），低于总体测试数据平均水平（9.67%）。本校处于不及格等级的学生占比（1.18%），高于总体测试数据平均水平（0.96%）。

引体向上测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（5.30%），高于总体测试数据平均水平（5.26%）。本校处于不及格等级的学生占比（79.66%），低于总体测试数据平均水平（82.25%）。

### 4. 耐力素质

800米跑测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（2.36%），低于总体测试数据平均水平（13.06%）。本校处于不及格等级的学生占比（21.38%），高于总体测试数据平均水平（14.17%）。

1000米跑测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（12.08%），低于总体测试数据平均水平（15.32%）。本校处于不及格等级的学生占比（18.64%），低于总体测试数据平均水平（19.87%）。

### 5. 爆发力素质

立定跳远测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（2.16%），低于总体测试数据平均水平（5.57%）。本校处于不及格等级的学生占比（32.36%），高于总体测试数据平均水平（26.14%）。

# 四、总结及工作建议

## （一）提升学生体质健康整体水平

本校学生体质健康水平低于全区平均水平。本次测试结果显示，学生的综合评定等级中，优秀和良好的占比均低于全区整体平均水平，综合评定等级及格和不及格的占比均高于全区平均水平。

本校为燕山区唯一一所高中学段学校，所以无法直接进行区域内的横向对比，但通过进一步与北京市抽测数据比较分析，本校学生体质健康水平也低于全市高中学段平均水平。

学校在后续工作中，应进一步提升对学生体质健康的关注，开齐开足体育课程，确保学生在校期间可以获得足够的体育活动机会；完善教学评价机制，对体育课程教学质量和教学效果进行评估；重视体质健康评价的反馈作用，精准监测学生的体质健康指标。

## （二）开展针对性的专项练习，补齐学生素质短板

通过对不同项目进行横向对比，可以发现不同项目的测试结果之间存在着明显的差别：本校引体向上测试达标率为20.34%，是各项测试中达标率最低的一项，远低于其他测试项目。这一结果反映出男生的力量素质普遍很差。本校立定跳远测试达标率为67.64%，是达标率第二低的项目，该项目反映出学生的爆发力素质较差。

学校在后续工作中，应优先提升学生的素质短板，针对上述较薄弱的项目开展更多专项练习，实现学生体质健康的均衡发展。

## （三）加强对学生身体形态的重视

本校学生的身体形态方面的测试结果显示，超重及肥胖的合计占比为31.24%，这一比例已超过北京市平均水平，因此在学校的体育工作中，也应对学生身体形态方面的发展加以重视。身体形态问题，不仅会影响学生的体姿体态，还会对学生在运动过程中的表现以及学生的心理发育等方面产生影响。学校应该通过每天充足的体育活动时间以及科学的饮食搭配来确保学生可以获得足够的运动机会和均衡的营养摄入，以便帮助学生获得并保持良好的身体形态。

## 开设多样的体育社团，举办体育竞技比赛

体育社团活动和体育竞技比赛是激发学生对体育活动产生兴趣的有效途径。教育部印发的《〈体育与健康〉教学改革指导纲要（试行）》中，将“享受乐趣”列为《体育与健康》教学改革目标中的第一项目标，因此学校也应将培养学生对体育运动的乐趣，作为开展各项体育工作的初衷和首要任务。

高中学段是接触专业体育项目的最佳时期。根据儿童青少年生长发育规律以及运动能力发展规律，高中学段的学生可以开始接触专业的体育项目，因此学校可以通过开设更多不同方向的体育社团，举办校内、校间体育竞技比赛等方法，来引导学生接触更多不同的专业体育项目，根据自己的喜好进行选择，掌握相应的运动技能。