



西安体育学院学报

2005年 第2期

运动心理与健康

文章编号: 1001-747 X (2005) 02-01-2205 文献标识码: A 中图分类号: G804.49

青少年日常生活中不同身体状态的检测与分析

何淑娟¹, 王善坤²

(11 上海体育学院体育教育系, 上海200438 ; 21 湖南大学体育学院, 长沙410082)

摘要: 采用日本学者设计的问卷量表, 对青少年日常生活中的不同身体状态进行了初步调查与分析。研究表明, 青少年在日常生活中身体锻炼活动不足; 日常生活中表现出睡眠不足; 初、高中学生精神压力偏大; 视力呈下降趋势, 尤其是左右眼视力严重不一。从青少年日常生活中观察和捕捉其不同的身体状态, 可直接了解他们的身体健康状况, 其方法简单、实用, 具有可操作性, 其理论与方法为研究青少年身体健康提供了新的视角和参照物。

关键词: 青少年; 日常生活; 身体状态; 调研

Investigation and Analysis of Different Feeling of Body and Investigation and Analysis of Different Feeling of Body and

HE Shu-Juan¹, WANG Shan-Kun²

(1. Shanghai Institute Of Physical Education Shanghai 200438, China; 2. College Of PE Of Hunan University, Changsha 410082, China)

Abstract: This Paper Looked Into And Analyzed The Different Body Habitus In Teenagers' Everyday Life Using The Question Table Designed By Japanese Scholars. The Research Showed That : Teenagers Are Short Of Body Training Activities In Livelihood ; They Are Lack Of Slumber ; The Mettle Pressure Of Middle School Students Is Over Great ; Eyesight Of Teenagers Are Descending , Furthermore , The Left Eyesight Is Quiet Inconsistent From The Right One. Observing And Seizing All Kinds Of Body Habitus In Teenager' S Livelihood Can Know About Their Healthy Condition Directly. What' s More , This Method Is Simple , Useful And Easy To Carry Out , Its Theory And Methodology Provide A New Vision And Reference For The Teenager' S Body Health Research.

Key Words: Teenager ; Livelihood ; Body Habitus ; Investigation

[\(文章全文 PDF\)](#)

收稿日期: 2004-07-02 修回日期: 2005年

基金项目: 全国教育科学“十五”规划教育部重点课题(课题号: DLA010379)

作者简介: 何淑娟(1961-), 女, 江苏南京人, 副教授, 研究方向为体育教育与心理学; 王善坤(1978-), 男, 黑龙江哈尔滨人, 硕士生。

版权所有 《西安体育学院学报》编辑部

主管单位: 陕西省体育局 主办单位: 西安体育学院 通信地址: 西安市含光北路65号 邮政编码: 710068

电话号码: 029-88409449 传真号码: 029-88409515 电子信箱: xtxb0xaipe.edu.cn 投稿网址: www.xaty.cb.cnk.net 网络地址: xaty.chinajournal.net.cn