

广东省大学生体质健康现状调查

徐焰¹, 郭鼎文², 汤小康³, 云琼菁¹, 刘苹¹

(1.广东金融学院 体育教学部, 广东 广州 510520; 2.广东工业大学 体育部, 广东 广州 510090;
3.星海音乐学院 体育教研室, 广东 广州 510500)

摘 要: 对广东省高校学生体质健康进行调研得出: 广东省大学生平均身高、体重均低于全国同龄大学生, 两者差异都具有显著性($P<0.01$ 和 $P<0.05$); 广东省男、女大学生肺活量比全国大学生平均值高出 51 mL、72 mL, 差异具有非常显著性($P<0.01$); 而男、女大学生台阶指数指标分别比全国平均值低 3.77、5.37, 差异具有非常显著性($P<0.01$); 广东省大学生的耐力素质明显弱于全国大学生, 而爆发力(立定跳远)和上肢力量(握力)与全国大学生没有明显的差距。在肥胖方面, 广东省男大学生仅有 5.63% 的学生处于肥胖状况, 明显低于全国男大学生的 10.77%; 女大学生仅有 1.48% 的学生处于肥胖状况, 明显低于全国女大学生的 3.01%。

关 键 词: 大学生; 体质健康; 广东省

中图分类号: G804.49 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2008)03-0084-03

Investigation of the current state of fitness of college students in Guangdong province

XU Yan¹, GUO Din-wen², TANG Xiao-kang³, YUN Qiong-jin¹, LIU Ping¹

(1.Department of Physical Education, Guangdong University of Finance, Guangzhou 510520, China;

2.Department of Physical Education, Guangdong University of Technology, Guangzhou 510090, China;

3.Department of Physical Education, Xinghai Conservatory of Music, Guangzhou 510500, China)

Abstract: The research team spent two years to investigate the fitness of college students in Guangdong province, and revealed the following findings: the average height and weight of college students in Guangdong province are shorter/lighter than that those of college students in China at the same age, and the difference in these two indexes is significant ($P<0.01$ and $P<0.05$); the vital capacity of male and female college students in Guangdong province is 51ml and 72ml higher than the average value of male and female college students in China, and the difference is significant ($P<0.01$); the step exponent index of the male and female college students is respectively 3.77 and 5.37 lower than the average value of male and female college student in China, and the difference is significant($P<0.01$); the stamina capacity of college students in Guangdong province is significantly weaker than that of college students in China, while their breakout power (standing long jump) and upper limb strength (gripping power) have no significant difference from those of college student in China; in terms of fatness, only 5.63% of male college students in Guangdong are in a fat condition, significantly lower than the 10.77% of fat male college students in China; only 1.48% of the female college students are in a fat condition, significantly lower than the 3.01% of fat female college students in China.

Key words: college students; fitness; Guangdong province

学生体质的评价历来是学校体育的重要组成部分, 1979-2002 年, 我国学生体质测试经历了《国家

体育锻炼标准》(以下简称《锻炼标准》)、《大学生体育合格标准》(以下简称《合格标准》) 2 个阶段。《锻

收稿日期: 2007-09-12

基金项目: 2004 年广东省教育科学“十五”规划项目(JYKY04018)。

作者简介: 徐焰(1962-), 男, 教授, 研究方向: 高校体育教学与训练。

炼标准》、《合格标准》测试的指标主要以身体素质为主,测试的结果易受体育专项技术、测试器材、测试场地等因素的影响,因而准确率受到限制。2002年教育部、国家体育总局联合颁发的《学生体质健康标准(试行方案)》及《〈学生体质健康标准(试行方案)〉实施办法》^[1](以下简称《健康标准》),主要从学生的身体形态、身体机能、身体素质等方面来评价学生的体质健康状况,在实施《健康标准》中要求各级、各类学校采用教育部审定的器材、评价指标和测试评价软件来评价学生的体质健康状况,采取标准化的测试办法在我国学校体质健康测试中是首次,使得从理论上分析标准化测试结果更加科学和准确。本课题组采取《健康标准》的标准化测试办法,在2005年对广东省65所实施《健康标准》的本、专科学校的297 522名学生,采取实地测试和学校报送数据的办法,进行了身体形态、身体机能、身体素质等方面评价。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

调研的对象为2005年广东省65所实施《健康标准》的本、专科学校297 522名学生,年龄(20±1.41)岁,其中男生155 200人,女生142 322人,测试时间为2005年9~12月。

1.2 研究方法

1)测量法。体质测试仪器采用教育部推荐的“中体同方”、“汇海”、“好家庭”学生体质测试智能化系统。本测试对男、女大学生都采用了身高、体重、肺活量、台阶试验、立定跳远、握力等6个项目测试,符合《健康标准》中所规定的要求。所有测试方法均采用《健康标准》中规定的方法进行,成绩评定按《健康标准》执行。

2)数据统计法。数据的采集和统计采用《健康标准》管理软件智能化生成评定,部分数据分析运用Excel2.0进行,结果用均数±标准差($\bar{x} \pm s$)表示,显著性检验为T检验。

2 结果与讨论

2.1 广东省大学生体质健康现状

1)身体形态。广东省男大学生身高(169.90±5.90)cm,比全国男大学生身高(171.30±5.78)cm低1.40cm,广东省女大学生身高(158.10±5.17)cm比全国女大学生身高(160.00±5.88)cm低1.90cm。在体重方面,广东省男大学生体重为(58.74±8.33)kg,女大学生平均体重为(48.99±6.11)kg,分别比全国男、女大学生平均体重轻3.26kg和3.23kg,广东省大学生平均身高、体重均低于全国大学生,两者差异都具有显著性($P<0.01$)和($P<0.05$)(见表1)。说明广东省大学生的身体形态特征和发育状况较差,“豆芽型”体形仍十分突出。

2)身体机能。广东省男、女大学生肺活量分别为(3 840±562)mL、(2 661±536)mL。广东省男、女大学生肺活量略高于全国大学生平均值51mL、72mL,差异具有非常显著性($P<0.01$);而男、女大学生台阶指数指标为53.97和50.88,分别比全国男、女大学生低3.77、5.37,差异具有非常显著性($P<0.01$),广东省大学生的耐力素质明显弱于全国大学生(见表1)。

3)身体素质。广东省男大学生爆发力(立定跳远)、上肢力量(握力)指标分别为228.59cm、45.52kg;女大学生爆发力(立定跳远)、上肢力量(握力)指标分别为166.87cm和29.94kg。广东省大学生的爆发力(立定跳远)和上肢力量(握力)与全国大学生没有明显的差距($P<0.05$)(见表1)。

表1 广东省大学生与全国大学生¹⁾身体形态指标、机能指标、素质指标($\bar{x} \pm s$)比较

组别	人数	形态指标		机能指标		素质指标	
		身高/cm	体重/kg	肺活量/mL	台阶指数	立定跳远/cm	握力/kg
广东男生	155 200	169.90±5.90	58.74±8.33	3840±562	53.97±9.25	228.59±19.30	45.52±7.21
全国男生	2 459 635	171.30±5.78	62.00±6.28	3789±727	57.74±7.96	225.79±21.78	45.05±8.35
<i>P</i> 值		<0.01	<0.05	<0.01	<0.01	>0.05	>0.05
广东女生	142 322	158.10±5.17	48.99±6.11	2661±536	50.88±8.31	166.87±18.90	29.94±4.83
全国女生	2 154 725	160.00±5.88	52.22±5.98	2589±564	56.25±9.03	167.93±18.20	29.21±5.03
<i>P</i> 值		<0.01	<0.05	<0.01	<0.01	>0.05	>0.05

1)全国大学生指标数据来源于中国学生体质健康网,并经本课题组整理

4)身高标准体重。广东省男大学生营养不良、较低体重的比率分别为5.91%和55.95%,分别比全国男

大学生的3.72%、45.97%高2.19和9.98个百分点;正常体重比例仅为29.16%,比全国同龄男大学生低5.47

个百分点；但在肥胖评价方面广东省男大学生仅有5.63%的学生处于肥胖状况，明显低于全国男大学生的10.77%。广东省女大学生营养不良，较低体重比率为14.87%、53.45%，分别比全国女大学生的7.22%、45.50%高出7.65和7.95个百分点；正常体重的比率仅为28.66%，比全国同龄女大学生正常体重比例少12.53%；但在肥胖评价方面广东省女大学生仅有1.48%的学生处于肥胖状况，明显低于全国女大学生的3.01%。

2.2 广东省大学生体质健康特征与发展趋势

1) 身体形态、身体机能。2005、2000年广东省男大学生平均身高分别为169.90、168.06 cm，5年间身高增长了1.84 cm。平均体重分别为58.74、55.72 kg，5年间体重增长了3.02 kg，平均肺活量分别为3 840、3 672 mL，5年间肺活量增长了168 mL。

2005、2000年广东省女大学生平均身高分别为158.10、156.48 cm，5年间身高增长了1.62 cm。平均体重分别为48.99、47.38 kg，5年间体重增长了1.61 kg。平均肺活量分别为2 661、2 610 mL，5年间肺活量增长了51 mL。

2) 身体素质。2005、2000年广东省男大学生上肢力量(握力)平均为45.52、38.72 kg，5年间上肢力量增长了6.8 kg。爆发力(立定跳远)分别为228.59、235.99 cm，5年间下降了7.4 cm。

2005、2000年广东省女大学生上肢力量(握力)平均为29.94、23.04 kg，5年间增长了6.9 kg。爆发力(立定跳远)分别为166.87、141.21 cm，5年间增长了25.66 cm。

3) 广东省大学生体质健康发展趋势。

从广东省2005、2000年男大学生身体形态、身体机能、身体素质比较分析，5年间广东省男大学生身高增长缓慢，5年间身高增长了1.84 cm，体重增长了3.02 kg，体重的增长强于身高；身体机能方面的肺活

量指标没有明显的变化；身体素质方面，5年间广东省男大学生的爆发力处于下降趋势，上肢力量则处于上升趋势。综上所述：广东省男大学生身体形态特征没有明显变化，身高增长不明显，身高、体重的增长比例具有一定的差异；身体素质指标方面的爆发力处于下降趋势，上肢力量则显著增加，上肢力量与爆发力不同步发展的问题应引起我们的重视。

从广东省2005、2000年女大学生身体形态、身体机能、身体素质特征比较分析，5年间广东省女大学生身高、体重、肺活量指标增长不大，处于缓慢增长趋势；身体素质指标中的立定跳远、握力增长显著。综上所述：广东省女大学生的身体形态、身体机能方面的肺活量指标没有变化，身体形态基本成比例增长，身体形态特征仍显“豆芽型”特征；而身体素质方面，5年间广东省女大学生的爆发力、上肢力量成明显的上升趋势，身体素质指标上升趋势明显强于身体形态、身体机能指标，这是造成广东省青少年普遍瘦小的原因。

参考文献：

- [1] 教育部.国家体育总局学生体质健康标准研究课题组.学生体质健康标准(试行方案)解读[M].北京：人民教育出版社，2002.
- [2] 徐焰.高校体育课程考试方法的改革[J].体育学刊，2004，11(6)：88-89.
- [3] 中共中央、国务院关于加强青少年学生体育，增强青少年体质的意见[Z].2007.
- [4] 卢元镇，倪依克.现代化进程中的中国社会体育[J].体育学刊，2003，10(1)：6-9.
- [5] 王华倬.我国近现代体育课程史论[M].北京：高等教育出版社，2004：3-4.

[编辑：李寿荣]