

2023年全市中小学生
体质健康合格率近

97%

2023年全市中小学生
体质健康总体优秀率为

14.96%

全市中小学生
体质健康总体优良率
比2022年上升

1.61%

近日,我市2023年中小学生体质健康抽测结果出炉。这是我市连续第六年对全市中小学生体质健康情况进行测试。数据显示,全市中小学生体质健康合格率近97%。同时,记者注意到,蓟州区中小学生体质状况已连续六年全市排名第一;场地有限的和平区,2023年中小学生体质状况位列市内六区之首、全市第四。连日来,记者深入相关区域,走访多所中小学,寻找提升学生体质健康的“奥秘”。

各区中小学生体质如何 这份报告给出答案

■本报记者 张雯婧 摄影 本报记者 刘欣



扫一扫 看视频

此次抽测,小学测试指标为体重指数(BMI)、肺活量、50米跑、坐位体前屈、1分钟跳绳、1分钟仰卧起坐;初中、高中测试指标为体重指数(BMI)、肺活量、50米跑、坐位体前屈、立定跳远、引体向上(男)/1分钟仰卧起坐(女)、1000米跑(男)/800米跑(女)。

数据显示,2023年全市中小学生体质健康总体优秀率为14.96%,良好率为44.68%,不及格率为3.05%。全市中小学生体质健康总体优良率比2022年上升1.61%,总体向好。

蓟州区 连续六年全市排名第一 靠的是什么?

我市从2018年开始对全市中小学生体质健康状况进行科学抽测。对比历年全市各区中小学生《标准》总分评定等级情况,我们发现,蓟州区连续六年排名第一。蓟州区在中小学生体质健康工作方面有什么独家秘笈?近日,记者深入蓟州区进行了采访。

走进地处蓟州区西南部的尤古庄镇中心小学,全校370名小学生全员参与的大课间活动让人眼前一亮。在修葺一新的操场上,打篮球、踢足球、跳绳、踢毽子等各具特色的体育活动有序进行。阳光下,学生的欢呼声、笑声连成一片,整个校园活力满满。

在尤古庄镇中心小学,有着一项特殊的“作业”——体育作业。每天,学生登录相关App,根据老师布置的体育作业,录制视频,上传打卡。“通过体育课上学生的完成情况,体育老师会为其布置有针对性的个性化体育作业。班主任根据后台数据对本班学生进行评价和反馈。”校长杜宏伟介绍,App上的体育作业日报能抽测学校整体学生的锻炼情况,包括整体完成率、当日优秀班级和优秀个人,学校会定期对年级、班级和优秀家长进行评比和奖励。

除了体育作业,尤古庄镇中心小学还为每一个学生配备了学生体质健康档案,详细记录学生在每一阶段的情况。“这也是体育教师给学生开出锻炼‘处方’的依据,便于学生了解自己的实际情况,从而可以进行有针对性的练习,提高锻炼效果。”杜宏伟说。

在档案室,记者随机翻开了一本学生体质健康档案。这份五年一班学生丁文晰的档案,详细记录了学生在过去五年里的体质健康状况。比如,1分钟跳绳数量从入学时的每分钟16个到二年级的138个再到如今的178个。“文晰,你该减肥了,晚上可以少吃点儿。”“你很棒!”“文晰,你的努力换来了巨大的进步!”……老师的一系列个性化评语,让人倍感亲切。



蓟州区尤古庄镇中心小学操场上,大课间时学生们正在进行各项体育运动。

此外,为了加强对肥胖、轻体重、体质健康测试不及格等特殊学生的管理,在设计不同作业时,学校还为每个学生配备了专门的教师进行跟踪,帮助学生“达标”。

随后,记者又走访了蓟州一中、山倾城小学和礼明庄小学,发现无论是中学还是小学,学校都非常重视学生的体质健康状况。

“为什么会如此重视这项工作?”面对记者的问题,蓟州区教育局党委书记、局长花宜春直言:“我们说学校要坚持立德树人,努力培养社会主义建设者和接班人,如果没有好身体,又何谈建设者和接班人?抓体质健康这事,对学生成长来说,只有益处。”

采访中,他为记者讲述了一个故事:2019年春天,刚刚调任教育局的花宜春被邀请参加蓟州中学生和香港青少年在黄崖关长城的联谊活动。令他没想到的是,在启动仪式现场,不到半小时,就陆续有学生因体力不支而“倒下”,被老师搀扶离场。“那天,蓟州一共有30个孩子参加活动,到活动结束后,现场只剩下15个孩子,其余的都被老师搀扶走了。”直到今天,花宜春对那个场景依然印象深刻。

可以说,这一幕深深刺痛了花宜春,也刺痛

了活动现场的蓟州教育人。大家都在心里默默地问:“我们的孩子,到底怎么了?”

提高学生体质健康水平刻不容缓!

随后,一系列实实在在的举措在蓟州区中小学开展起来。“我们要求各级各类学校首先必须做到‘两个确保’。一是落实学校责任,严格执行课程计划,确保学校开齐开足体育课,坚决杜绝其他学科课程挤占体育课程现象。二是落实课程要求,强化‘教会、勤练、常赛’模式,确保把学生体质健康标准融入课堂、融入课间、融入竞赛,在锻炼中增强学生体质、锤炼坚强意志。”花宜春介绍。

为了提高学生的兴趣,蓟州区定期开展包括春季中小学运动会、中小学篮球联赛、乒乓球联赛、三跳比赛和踢毽比赛等丰富多彩的体育赛事。每项赛事都从基层学校层层发动,一层层开展,注重普及性和全体学生的参与性。同时,结合各学校的实际情况,加强体育传统项目和特色项目建设,构建“一校一品”的体育特色,以品牌特色带动的形式推动学校体育运动的开展。

“最重要的一点,就是体育教师队伍建设。学校体育运动的开展,学生体质健康水平的提升,没有充足的师资是绝对不行的。”花宜春表示,几年来,蓟州区不断加大体育教师的招聘力度,2019年以来,共招聘体育教师120人,有效改变了体育教师不足的现状。“此外,我们与天津体育学院签订合作协议,每年为体育学院毕业生提供200个实习岗位,让我们的教师与大学生并肩工作,互帮互学,学习最前沿的新知识、新技能。”花宜春说。

多措并举之下,蓟州区中小学生体质健康状况得到了有效改善,随之而来的就是学生整体精神面貌的提升。2023年10月,蓟州区中小学田径运动会开幕式上,学生们活力四射、精神抖擞的样子,赢得了看台上教师、家长们的热烈掌声。这也让花宜春十分欣慰:“这才是青少年学生该有的样子!”

和平区 位列市内六区第一名 靠的是什么?

今年的抽测结果中,还有一组数据值得关注——和平区中小学生体质健康抽测合格率为97.58%,位列市内六区第一名,全市第四名,并且比去年排名又上升了一位。

众所周知,场地紧张一直是和平区不少中小学面临的实际问题。在这种情况下,学校是如何利用有限的体育场地开展体育活动?又是如何做好学生体质健康工作的?

3月14日上午,记者在大课间时间段走进天津市汉阳道中学。不大的操场上,八年级学生站在中间整齐地做着素质操,九年级学生在外圈跑步。阳光下,不少人的额头上都渗出了汗珠。

据了解,学校运动场地2000余平方米,跑道不足150米,全校学生人数高达944人。校长刘建新告诉记者,因为受到场地限制,学校阳光体育活动按年级分为室内和室外。“七、八年级学生双周轮换,九年级学生每天必须保证上下午全部出操,100%覆盖。结合场地的特点和学生运动需求,学校还自编了啦啦操和素质训练操,充分保证学生,特别是九年级学生的运动量。”刘建新说。

在和平区,让学生错峰开展体育运动已成为不少学校的常态。

和平区岳阳道小学(大理道校区)地处五大道核心位置,占地面积小。目前,该校区共34个教学班,有1400余名学生。为了能在有限的空间内,最大限度地调动学生参与体育活动的积极性,学校可谓“绞尽脑汁”。



和平区汉阳道中学大课间,八年级学生整齐地做着素质操。

3月15日上午,记者在大课间时间段走进校园。教学楼外,做完广播操和素质操的三年级学生在各班划分的区域内进行着多项体育运动。教学楼和体育馆内,四、五年级学生利用教室和楼内空间进行学校自编的活力操、健身操、乒乓球操等操类练习。“学校采用的是各年级学生上下午轮流在操场活动的方案。没办法,运动场地就这么大,我们必须用足用好,力争让小场地发挥大作用。”校长褚新红表示。

为了充分挖掘利用空间,开展学生体育活动,和平区各所学校都使出了浑身解数。在楼顶、地下、建筑外立面,开设冰雪、轮滑、瑜伽、攀岩等运动项目。“各所学校都是精准规划场地使用区域和时间,满负荷使用校内体育场地,

保证学生每天校内锻炼时长。”和平区教育局副局长刘洋表示。

除了用好小场地,学校也是抓紧一切可利用的时间开展体育活动。在岳阳道小学,小课间活动同样丰富多彩。褚新红介绍,学校将各班级小课间场地进行错峰编排,以室内和室外形式同步开展,室内班级进行吹乒乓球走迷宫、掰手腕等游戏,室外班级进行跳绳、踢毽子、滚铁环、抽陀螺等民族传统体育项目。“我们还针对各学段、学情特点,开设了体育特色延展课程,让学生掌握至少一项运动技能。”褚新红说。

汉阳道中学也在课后服务时间,开设了篮球、足球、乒乓球、气排球、田径和啦啦操等多个体育社团。“学生们对这些社团非常喜欢,大家共有一块场地,虽然局促,却很和谐。”体育教师王萍说。

校内场地有限,和平区也在探索积极引入社会资源。“我们组织学生就近走进民园体育场、笼式智能足球场、吉利乒乓球馆、跃动篮球馆、天津医科大学,进行体育运动与比赛。同时接收近30名优秀退役运动员,助力我区组建高水平运动队、指导日常训练。”刘洋说。

专家访谈

确保每周有足够的体育课时

市教院体美劳教育研究中心副主任熊会安

记者:我们注意到,中小学生体质健康抽测测试指标包括多个项目。为什么会选择这些项目?这些指标是否能够科学反映学生的体质健康状况?

答:这些指标是能够科学反映学生体质健康状况的。首先这些测试指标选用的是《国家学生体质健康标准》反映学生体质健康的指标;二是这些指标较好地涵盖了身体形态、身体机能和身体素质的多个方面,既有体现共性的指标,如体重指数(BMI)、肺活量、50米跑、坐位体前屈,也有体现个性的指标,如1分钟跳绳项目、立定跳远、引体向上(男)/1分钟仰卧起坐(女)、1000米跑(男)/800米跑(女);三是这些测试指标的设置符合我市学校实际情况且简便易行,具有可靠性、有效性、客观性、可操作性等特点,且在多年来的学校体育实践中得到了证明;最后这些测试指标从学生的年龄特点以及场地、器材、费用、时间等方面进行了充分全面考虑,便于大面积的测试与数据收集整理。

记者:对比去年和今年各区排名状况可以看出,部分区域变化不小,这是什么原因造成的?

答:首先,各区行政管理部门政策执行力度和落实的具体措施的差异可能导致各区学生体质健康测试成绩出现变化。其次,学校领导对学生体质健康重视的程度也是提升学生体质健康水平的因素。再次,学校因地制宜制定有效举措使学生体质快速提升的一个重要方面。一些学生体质上升快的区域或学校对学生的锻炼管理较为严格,能为学生的体质提升创造良好的锻炼环境。

为了提高学生的体质健康水平,各地区需要综合考虑这些因素,制定有针对性的政策措施,加强体育教育和锻炼指导,为学生提供更好的体育环境和条件。

记者:作为学校、家长,该如何提高学生体质?

答:对于学校来说,首先要提高思想认识,落实五育并举重要举措。加强体育课程建设,确保每周有足够的体育课时,并丰富课程内容,注重体育课的实效性,确保学生在课堂上能够得到充分的锻炼。其次,开展课外体育锻炼活动和体育竞赛活动,组织各类体育社团和兴趣小组,鼓励学生利用课余时间参与体育锻炼。此外,学校应积极改善体育设施,并加强健康教育,帮助学生树立正确的健康观念。

对于家长来说,应认识到体育锻炼对学生成长的极端重要性,鼓励孩子积极参与体育锻炼。同时,重视孩子的营养膳食和养成良好的作息习惯,确保孩子获得充足的营养和休息。其次,家长应为孩子提供必要的体育锻炼条件,有条件的家长和孩子一起锻炼,并积极配合学校开展体育活动和健康教育工作。

记者手记

凡事最怕“认真”

近日,我市教育部门又一次对外公布中小学生体质健康抽测数据。学生体质哪家强?全市16个区排名数据一目了然!

“这个排名可以公开吗?”作为负责采访写教育新闻的记者,还记得4年前第一次拿到这些数据时,第一时间联系了市教育局相关负责人。得到的是对方斩钉截铁的回答:“是的,必须公布。我们希望全社会都来关注孩子的体质,我们也希望用这种方式,让各区重视起来……”也许,滨海新区从去年的倒数第二名变成今年的第五名,就是对此最好的回应。公布排名+一系列实际举措的实施,全市中小学生体质健康数据连年提升。说到这里,必须给我市教育部门点个赞。

今年,蓟州区连续第六年蝉联榜首。连续多年的跟踪,对蓟州区的做法虽然已非常了解,但是再次深入走访后,特别是在尤古庄镇中心小学的体育课上,学生们熟练地做着前滚翻、侧手翻等技巧动作,还是觉得非常震撼。孩子们太健康这样的体育课了。这样的蓟州区教育,也必须点赞。

被许多人称之为“弹丸之地”的和平区,今年排位也十分靠前。和平区教育局副局长刘洋的一段话,更是说得情真意切:“区委、区政府高度重视学生体质健康工作,将其列为全区的民心工程。场地小是现实,但办法总比困难多,体质健康是孩子们的‘头等大事’,我们能做的就是团结一致,‘上天入地’‘校内校外’,充分挖掘一切可利用的空间,尽最大努力提升孩子们的体质。”领导重视,团队给力,全区上下一心,为的是孩子们的未来,也是祖国的未来。这样的和平区,很赞!

有排名,就有先后,排名不代表全部,但肯定能说明一定的问题。希望明年的榜单上,能多几个办法总比困难多的“和平区”,能多几个奋起直追的“滨海新区”。希望孩子们的身体越来越棒!

全市16个区中小学生体质健康状况排名

序号	区	优秀	良好	及格	不及格	优良率	合格率
1	蓟州区	25.67%	50.75%	22.75%	0.83%	76.42%	99.17%
2	宝坻区	20.75%	50.33%	27.09%	1.83%	71.08%	98.17%
3	宁河区	16.33%	48.33%	33.17%	2.17%	64.67%	97.83%
4	和平区	18.42%	45.08%	34.08%	2.42%	63.50%	97.58%
5	滨海新区	13.17%	44.50%	39.75%	2.58%	57.67%	97.42%
6	东丽区	21.00%	45.42%	30.91%	2.67%	66.42%	97.33%
7	河东区	16.08%	45.25%	35.84%	2.83%	61.33%	97.17%
8	南开区	11.33%	45.75%	40.00%	2.92%	57.08%	97.08%
9	津南区	19.25%	41.58%	36.17%	3.00%	60.83%	97.00%
10	河北区	8.08%	48.50%	40.17%	3.25%	56.58%	96.75%
11	武清区	15.42%	49.75%	31.33%	3.50%	65.17%	96.50%
12	河西区	8.67%	45.92%	40.17%	3.67%	54.58%	96.33%
13	静海区	11.25%	44.75%	40.17%	3.83%	56.00%	96.17%
14	北辰区	18.42%	36.42%	41.24%	3.92%	54.83%	96.08%
15	红桥区	11.25%	40.00%	44.58%	4.17%	51.25%	95.83%
16	西青区	10.00%	38.58%	46.50%	4.92%	48.58%	95.08%