

河南第七次学生体质健康状况调研结果出炉

96%高中生每天睡不够八小时

近视眼越来越多,超重、肥胖检出率堪忧

“十二五”期间,我省学生体质健康总体水平有所提高;学生视力不良率持续增长,达到56.09%;儿童超重、肥胖检出率堪忧;大学生身体素质水平持续下降;体育锻炼缺乏,生活方式不健康,学业负担过重是影响学生体质健康的主要原因……

省教育厅日前通报2014年河南省学生体质健康状况调研结果,这是继1985年我省开始学生体质健康调研工作以来,开展的第七次全省范围的大规模学生体质健康综合性、多学科的调查研究工作。

郑州晚报记者 张竞跃

背景

第七次全省范围调研

这是我省第七次在全省范围内开展的大规模学生体质健康综合性、多学科的调查研究工作。共对我省郑州等10个省辖市96所大中小学51077名学生的体质健康状况进行了检测。检测项目包括身体形态、生理机能、身体素质、常见病患状况、内外科检查等方面;同时对小学四年级以上学生进行了问卷调查,调查内容包括膳食、睡眠、课外体育锻炼、课业负担等;对初、高中学生进行了心理健康状况调查。

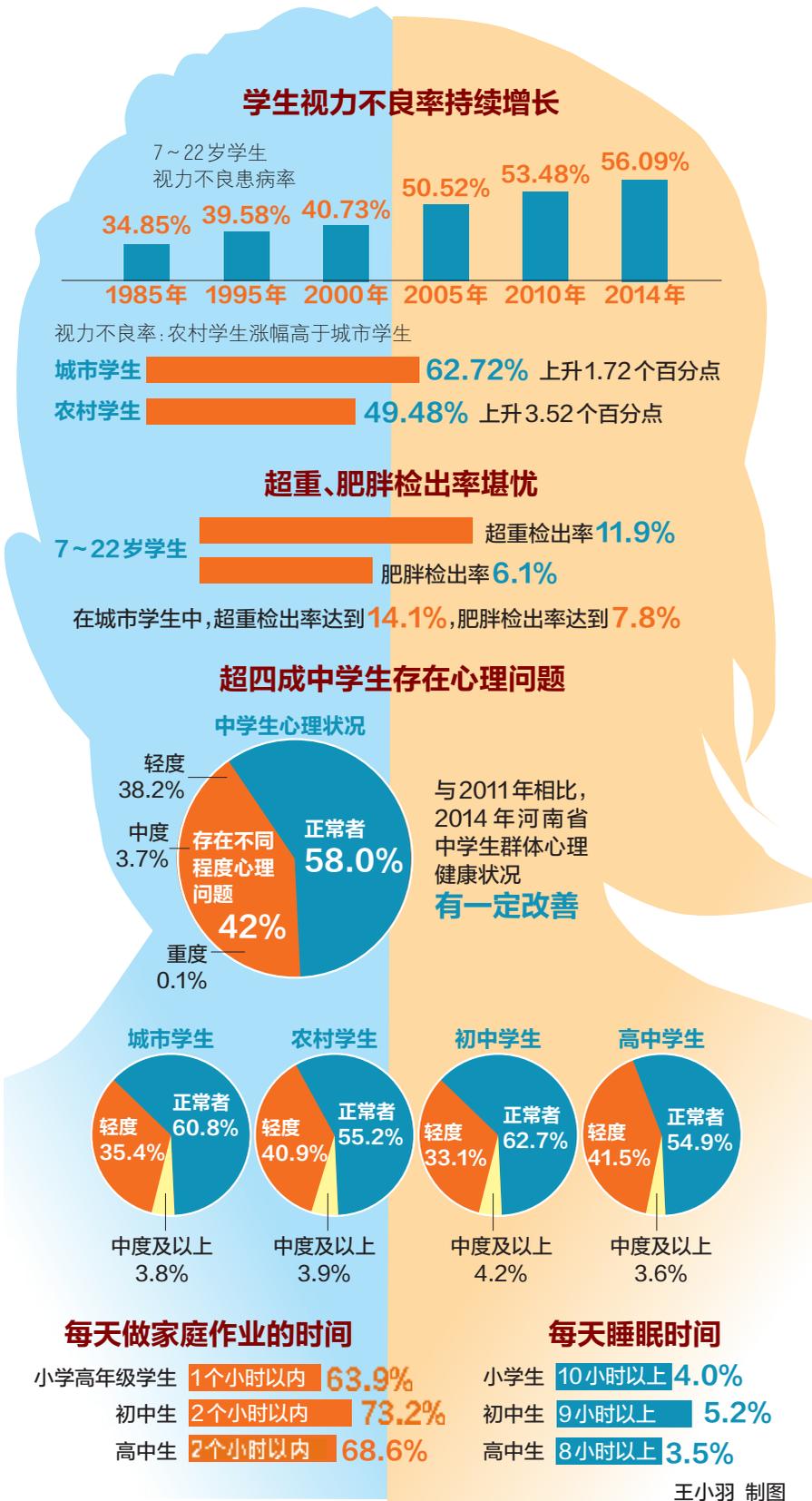
究因

缺乏体育锻炼,学业负担过重

调查显示,体育锻炼缺乏、生活方式不健康、学业负担过重是影响学生体质健康的主要原因。我省66.8%的中小学生每天参加体育锻炼的时间不到1小时。61.7%的小学生每周没有上够3节体育课,76.7%的初中生每周没有上够3节体育课,17.8%的高中生每周没有上够两节体育课。

郑州一中曹老师表示,学生体育锻炼时间较少与学生缺乏锻炼意识、主动锻炼不足有一定关系,也与现代休闲娱乐方式和电脑、互联网等现代信息技术的影响有关。另外,部分学校体育场地不足,体育设施、设备缺乏,也在很大程度上影响了学生的体育活动和锻炼。

目前,一些中小学校仍存在片面追求升学率,造成学生学业负担过重,升学压力过大,导致学生学习时间过长,睡眠严重不足。



身高、体重、胸围均有城乡差异,女生尤为明显

除22岁城市男生胸围均值比乡村男生小0.4厘米外,男生其他各年龄组无论身高、体重、胸围均值均是城市大于乡村。其中,13、14岁年龄组差异较明显,平均身高城市比乡村高5.0厘米,体重城市比农村重6.7公斤。

除22岁城市女生体重均值比乡村女生小0.3公斤外,其他各年龄组均为城市大于乡村。其中,11岁年龄组相差最明显:身高城市平均比乡村高4.2厘米,胸围城市比乡村大3.3厘米。

儿童青少年的生长发育水平农村明显低于城市。

身高:7~22岁城乡男、女学生身高平均差值分别为2.93厘米、2.51厘米。

体重:7~22岁农村男生比城市男生平均低3.69公斤,农村女生平均低2.53公斤。

胸围:农村男生比城市男生平均小2.48厘米,农村女生平均小1.75厘米。

中小学生耐力素质下降 女生柔韧素质提高

与2010年相比,我省中小學生身体素质各项指标的测试水平有所升降,下滑趋势有所减缓。

速度素质(50米跑):整体有所提高,变化幅度很小。

力量素质:各年龄段学生握力平均提高0.67~2.35公斤。立定跳远成绩大多呈下降趋势。

耐力素质(50米×8往返跑、800米跑、1000米跑):除小学阶段农村学生水平有所提高外,其他年龄段学生呈下降趋势。

柔韧素质(坐位体前屈):各年龄段男生整体水平下降,女生除城市7~12岁外,其他年龄段学生整体水平有所提高。

大学生身体素质下降

我省19~22岁大学生身体素质各项测试指标与2010年相比,除速度、男生握力、女生仰卧起坐水平有所提高外,其他身体素质呈整体下降趋势。

郑州成中品堂国医国药馆携手少林寺施粥祈福



1月17日,农历腊月初八。一大早,郑州成中品堂国医国药馆门前,就聚满来自四面八方等待喝腊八粥的市民。“听说今天这里有少

林寺施粥活动,我天不亮就赶过来了,在这个特殊的日子能喝到腊八粥并为家人祈福,感到很幸运。”市民王女士说,“快过年了,祝愿大家都平平安安。”

上午10点多钟,在少林寺高僧延康法师主持下,腊八粥祈福法会正式开始。仪式结束后,现场市民排起有序长龙队伍领取“福粥”。

“郑州成中品堂国医国药馆‘仁心济世医正药好’的创办理念,和佛家关心‘民间疾苦’及‘佛爱众生’的善美仁德不谋而合。”郑州成中品堂国医国药馆金总说,“跟少林寺接触几次后,方丈释永信特意委派少林寺高僧,腊八节到郑州成中品堂国医国药馆为民众施

粥祈福。”

据介绍,为了感谢环卫工人给城市环保做出的巨大贡献,成中品堂还特意在这个特殊的日子,请少林寺高僧现场为环卫工人祈福,并给50名环卫工人每人赠送价值500元的诊疗卡。

“能在腊八节喝到热乎乎的腊八粥,还有少林寺高僧为我们祈福,心里很高兴。”环卫工人张大姐激动地说,“成中品堂还给我们发诊疗卡,真是太感谢他们了。”

据成中品堂董事长程绍辉介绍,腊八节当天,除了施粥、送诊疗卡外,成中品堂还邀请了中医名家李真、李郑生协同中医名家葛邦雨、

袁静、祝桂红、王明新、路主任、韩主任等,在腊八节当天为市民开展义诊活动,为市民把脉问诊,送健康。

据悉,郑州成中品堂国医国药馆位于郑东新区农业东路如意西路建业总部港,是始创于1649年的中华老字号杭州方回春堂在省外第一家合作医馆,也是一集医、教、研、防、康复于一体的新型国医国药馆。开设有中医内科、妇科、儿科、皮肤科、针灸、推拿、医学检验、超声等科室,致力为大众提供医正药好、货真价实、简便价廉的中医药诊疗服务、保健服务及养生指导。

韩新宝