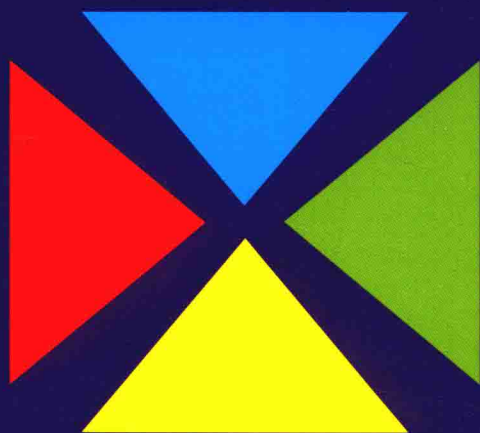


中国教育学会体育卫生资助项目

基础教育学生体质健康 监测与促进

王德刚 著



北京体育大学出版社

中国教育学会体育卫生资助项目

基础教育学生体质健康 监测与促进

王德刚 著

北京体育大学出版社

策划编辑 李 正
责任编辑 佟 晖
审稿编辑 李 飞
责任校对 赵红霞
版式设计 博文宏图

图书在版编目 (CIP) 数据

基础教育学生体质健康监测与促进/王德刚著.

- 北京: 北京体育大学出版社, 2018. 3

ISBN 978 - 7 - 5644 - 2864 - 8

I. ①基… II. ①王… III. ①中小学生 - 身体素质 - 健康教育 - 教学研究 IV. ①G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 060201 号

基础教育学生体质健康监测与促进 王德刚 著

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区信息路 48 号
邮 编 100084
邮 购 部 北京体育大学出版社读者服务部 010 - 62989432
发 行 部 010 - 62989320
网 址 <http://cbs.bsue.edu.cn>
印 刷 北京虎彩文化传播有限公司
开 本 710 × 1000 1/16
成品尺寸 228 × 170
印 张 17.5
字 数 292 千字

2018 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

定 价 55.00 元

(本书因印制装订质量不合格本社发行部负责调换)

前言

教育是百年大计，健康是立命之本，故学生健康关乎教育基本。2007年5月，中共中央、国务院颁布了《关于加强青少年体育 增强青少年体质的意见》（中发〔2007〕7号），向全社会发布了全面加强学校体育和增强青少年体质健康的动员令。同年，教育部、国家体育总局在认真总结试行工作进行修改完善后，发布了关于实施《国家学生体质健康标准》的通知。从此，新的学生体质健康工作在全国范围内全面系统展开，青少年体质健康工作提升到国家意志层面。

为贯彻党的十八届三中全会精神，认真落实教育规划纲要，教育部于2014年印发了《国家学生体质健康标准（2014年修订）》（以下简称《标准》）和《学生体质健康监测评价办法》等四个文件。进一步提高了学生体质健康监测的信度、效度和区分度，强化了其教育激励、反馈调整和引导锻炼的功能。学生体质健康在前所未有的重视和关注下迎来了快速发展期。然而第六次全国学生体质健康调查报告显示，虽然在《标准》试行实施以来中小学生身体素质下滑趋势开始得到遏制，但我国学生体质健康的总体水平仍持续缓慢下降，这一定程度上说明了学生体质健康工作的复杂性和紧迫性。

这样的局面除了有社会发展引发的人们生活方式改变的影响，以及国家方针政策施行的效果滞后等因素外，学生体质健康工作水平不高是其中的重要因素。学生体质健康工作既不是单凭某些人一己之力就能承担的重任，也不是某些人一推了之就能逃避的职责。为此，学校领导和教师要充分认识增进学生体质健康的教育目的和工作职责，积极进行学生体质健康促进和干预。教育行政主管部门要加强学生体质健康的工作管理和监测复核，通过不断创新进一步提升学生体质健康工作水平。

从2007年被杭州市萧山区教育局任命参与区域学生体质健康监测管理和数据统计工作至今，我有幸亲身参与了从体育教师的教学促进、到基层学校的具体实施、再到区域层面的监测分析等系统化的区域学生体质健康工作。我能体谅体育教师的痛处、我能理解基层学校的难处、我能感知区域管理的弊处。在这十年里，我从未间断过学生体质健康的工作实践和理论研究。我撰写的学生体质健康监测方向的论文在浙江大学硕士学位论文答辩中获一致好评，我主持的学生体质健康促进方向的课题被中国教育学会资助立项。尽管目前国内尚未关注到有一线体育教师进行过类似的系统化研究或出版同质化专著，但我认为我有责任、有条件、有能力为基础教育的学生体质健康工作做出自己的贡献。

本书共包含学生体质健康的现状背景、计划组织、测试领导、监测控制、课内深化、教学优化、课外强化、问题建议和策略创新等九部分内容。从区域教育行政、基层学校和体育教师等全方位视角，就学生体质健康的监测管理、标准实施和体质促进等工作进行了系统介绍。无论是侧重于管理理论方面的组织领导构建，或是侧重于监测实施方面的测试控制方法，还是侧重于体质促进方面的课内外经验，都能够给基础教育学生体质健康工作的参与者以参考、启发和借鉴。

本书在著述过程中得到了杭州市滨江区教育局、滨江区教育局教研室和杭州高新实验学校的大力支持，得到了《中国学校体育》和《体育教学》杂志的大力支持，得到了浙江大学林小美教授的大力支持，表示衷心感谢。在此，还要对一直默默支持我研究工作的爱人和家人表示爱意和感谢。没有这些支持，就没有这本书的面世，再次表示最由衷的感谢。

由于筹划仓促、水平有限和缺乏借鉴，本书在架构、立论和行文的过程中难免有不足之处，还望大家包容谅解和批评指正。

王德刚

2017年11月21日

第一章 学生体质健康的现状背景	(1)
第一节 学生体质健康的发展概论	(2)
第二节 学生体质健康的研究现状	(7)
第三节 学生体质健康的现实背景	(13)
第二章 学生体质健康的计划组织	(20)
第一节 学生体质健康的决策计划	(21)
第二节 学生体质健康的组织构建	(33)
第三章 学生体质健康的测试领导	(44)
第一节 学生体质健康测试的基础构建	(45)
第二节 学生体质健康测试的实测控制	(59)
第三节 学生体质健康测试的数据归集	(75)
第四章 学生体质健康的监测控制	(84)
第一节 学生体质健康的抽测与复核	(84)
第二节 学生体质健康的评价与反馈	(95)
第三节 学生体质健康的分析与预测	(101)
第五章 学生体质健康的课内深化	(109)
第一节 体育课堂教学的器材配备	(110)
第二节 体育课堂教学的场地统筹	(114)
第三节 体育课堂教学的合理设计	(117)
第四节 体育课堂教学的质量提升	(123)

第五节	体育课堂教学的体能强化	(130)
第六节	体育课堂教学的有效管理	(135)
第六章	学生体质健康的教学优化	(139)
第一节	肺活量的学练方法	(140)
第二节	坐位体前屈的学练方法	(143)
第三节	引体向上的学练方法	(146)
第四节	仰卧起坐的学练方法	(150)
第五节	立定跳远的学练方法	(152)
第六节	跳绳的学练方法	(156)
第七节	50 米跑的学练方法	(159)
第八节	50 米 × 8 往返跑的学练方法	(162)
第九节	1000 米跑和 800 米跑的学练方法	(164)
第七章	学生体质健康的课外强化	(168)
第一节	充分发挥大课间活动的促进作用	(169)
第二节	切实保障室内大课间的有序运行	(178)
第三节	有效利用课间十分钟的锻炼价值	(183)
第四节	积极发挥体育社团的养成作用	(187)
第五节	努力尝试体教结合的积极效应	(194)
第六节	有效拓展校园比赛的价值意义	(198)
第八章	学生体质健康的问题建议	(207)
第一节	学生《标准》活动的现实问题与指导建议	(208)
第二节	学校《标准》实施的客观问题与改进建议	(216)

第三节 区域《标准》监测的操作问题与设计建议	(223)
------------------------------	-------

第九章 学生体质健康的策略创新	(230)
------------------------------	--------------

第一节 体育教学的价值取向和实施路径	(231)
第二节 体育教学的基本要求和现实意义	(238)
第三节 体育艺术 2 + 1 项目的实施和策略	(244)
第四节 体育特色的发展困惑和对策探讨	(249)
第五节 区域学生体质健康监测的管理创新	(255)

学生体质健康的现状背景

世界各国均重视对学生体质监测影响因素、指标体系、实施办法和仪器设备的研究。美国的“体质测试”由侧重运动素质的“体适能”测试，发展到目前重视健康基质的“最佳体适能”测试，为适应时代发展和满足社会需求进行了系统的改进。依据相关研究，美国采用高度智能的信息化体质监测平台和第三方机构介入监测环节，来控制 and 提升体质健康监测质量。日本对学生身体活动能力的研究历史悠久，积累了大量体质监测数据和管理经验。能针对学生体力测试水平下降和变异系数增大的问题及时调整测试项目指标，并成立专门机构来研究和制定新的体力测定标准。他们还充分利用体育课对学生进行体质测试相关教育以提高体质监测质量。

我国非常重视学生体质健康监测,有着科学的制度法规、系统的指标体系和翔实的操作办法。现阶段的学生体质健康监测围绕《国家学生体质健康标准》测试展开,但《标准》的目标确定、方案选择、项目设置尚有不完善之处。各地在学生体质健康监测中进行了积极尝试,但仍存在认识不清、保障不足、监管不力和评价缺失等问题。致使学生体质健康水平仍在缓慢下降,学生体质健康监测效果并不理想。为此,近年来我国开始逐步重视监测质量,出台了一系列的制度文件,加强了政策方法的宣传推广力度,以期提升监测质量和学生水平。但相关研究和经验表明单纯靠行政命令、宣传号召和经验教训很难从根本上提升监测质量,必须寻求有效的管理方法才能达成预期目标。

第一节 学生体质健康的发展概论

一、基础教育学生体质健康的特征概述

（一）学生体质健康状况的重要性和关键性

“少年强、青年强，则中国强”。健康是广大青少年学生快乐学习和健康成长的根本保障。学生时期是青少年成长过程中所经历的重要发展阶段，他们接受怎样的健康教育和具备怎样的体质水平，不仅直接决定着我国全民健康的构成，还高度关联着我国未来人群健康的趋势。《中共中央国务院关于加强青少年体育 增强青少年体质的意见》（中发〔2007〕7号）指出“青少年学生的体质健康情况不仅关系到学生的健康成长，还关系到中华民族的健康素质，关系我国人才的培养质量”。这明确了学生体质健康在国家战略发展中的重要地位，表明了学校体育工作在促进学生体质健康发展中的积极作用。中共十八届三中全会《中共中央关于全面深化改革若干重大问题的决定》提出“强化体育课和课外体育锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健”。这进一步明确了学校体育改革发展的基本任务和工作重点，充分表明了学生体质健康状况的重要性和关键性，学生体质健康工作已经上升到国家意志层面。

（二）学生体质健康发展的可塑性与连续性

小学生、初中生和高中生等基础教育阶段的学生正处在身体发育的快速期和习惯养成的培育期，他们的体质健康发展具有高度的可塑性和连续性。人体运动生理规律表明，学生在处于运动素质发展敏感期时进行相应的专门锻炼，对发展运动素质、增强体质和强健体魄具有重要的促进作用，为学生拥有强健的体魄打

下坚实的身体基础。在体育学习和锻炼过程中, 加强对学生体育学习方法、科学锻炼原理和保健康复知识的渗透, 将为学生形成自主锻炼能力提供必要的方法支撑。而在日常的体育活动过程中, 注重学生运动前热身和运动后放松的科学锻炼习惯养成, 以及运动中负荷调控和规则遵守的安全锻炼习惯养成, 乃至学校体育活动内容的系统性安排和形式的规律性操控, 这些都有利于学生养成良好的锻炼习惯。正是由于基础教育阶段的学生体质健康发展的可塑性, 各级教育行政部门始终重视学校体育对学生体质健康的促进作用。

(三) 学生体质健康工作的区域性与复杂性

我国学生体质健康的政策拟定、标准研制和监测评估等宏观工作均由教育部直接领导完成, 而基础教育段学生体质健康的政策落实、健康干预和监测考核等微观工作则一般由县级教育行政部门具体负责组织。各地教育行政的机构设置、运行方式和工作水平直接影响着当地学生体质健康的工作认知、政策执行和活动开展。管理决策的级别越低, 政策执行的环节越多, 则区域学生体质健康的管理能力越差。同时, 各地经济社会发展的多样性进一步助推了学生体质健康工作的差异性。由于文化传统、经济条件和社会保障等因素的影响和制约, 不同地域人群的健康意识、体质水平和锻炼习惯存在一定的区域性差异, 并进一步作用于学生体质健康的环境氛围。而各地在学校建设、师资配备和体育投入上的差异, 又直接决定了学生体质健康的活动质量, 从而使得学生的体质健康也体现出一定的区域性特征, 而这无形中增加了学生体质健康工作的复杂性。

二、中华人民共和国学生体质健康的发展概况

教育是百年大计, 健康是立命之本, 故学生健康关乎教育基本。我国对学生体质健康的关注和重视, 贯穿了国家教育改革的各个时期, 覆盖了学校教育范畴的各个学段。从“发展体育运动, 增强人民体质”的豪情壮志, 到“每天锻炼一小时, 健康工作五十年, 幸福生活一辈子”的深切感悟, 体现了人们在不同时期对体质健康的认识和诉求。20 世纪 50 年代, 中华人民共和国第一套体育教学大纲明确提出了体育教学的目的和任务是“全面锻炼身体”。20 世纪 60 年代修订的体

育教学大纲则确立了“从增强体质出发”的教材路线，并首次定义了体质的内涵。在随后的历次体育教学大纲（课程标准）修订中，“身体素质测验”一直是对学生进行体育综合性考核的重要内容之一，而“增强学生体质”则始终是体育教学的重要目的和任务。学生体质健康成为我国学校教育的基本目的和重要任务，并伴随着学校体育的不断改革而持续发展。

我国学生体质健康工作的施行，一直以学生体育“达标”的形式进行监测和评价。从1954年颁布的《准备劳动与卫国体育制度暂行条例和项目标准》到20世纪60年代的《青少年体育锻炼标准》，都对促进学生的健康状况发挥了积极作用。随着社会发展，国家体育运动委员会在《青少年体育锻炼标准》的基础上制订了主要面向儿童和青少年的《国家体育锻炼标准》，并由国务院于1975年颁布实施。1987年9月，国家教育委员会制定的《中学生体育合格标准的试行办法》再次以法规的形式将《国家体育锻炼标准》作为“学生体育合格标准”的重要组成部分和量化评价依据。而记录学生达成《国家体育锻炼标准》情况的“身体素质测验登记表”则成为学生学籍档案的重要文件。在《国家体育锻炼标准》颁布实施的近三十年中，它一直是评价学生个体发展水平和衡量学校教育质量的内容之一。自此，体育达标深入人心，影响深远。

随着社会进步和教育发展，面向全体人民群众的《国家体育锻炼标准》已不能满足学生体质健康的现时需求。为贯彻《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》以及“学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强体育工作”的方针，教育部、国家体育总局从2002年开始《学生体质健康标准（试行方案）》的试行工作。《学生体质健康标准》选取了与学生身体发展和健康素质密切相关的一些要素作为测试内容，以鼓励学生积极参加体育活动，逐步养成锻炼习惯和提高体质健康水平。在认真组织试行并总结前期经验的基础上，《国家学生体质健康标准》（以下简称《标准》）于2007年正式颁布实施，为我国学生体质健康工作的科学实施建立起符合时代要求的行政基础和机制框架。学生体质健康工作正受到前所未有的重视，学生体质健康迎来了快速发展期。为深入贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》和《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》，国务院办公厅于2012年转发了由教育部等四部委提出的《关于进一步加强学校体育工作的若干意见》，明确提出对

学生体质健康水平连续三年下降的地区和学校，在教育评估和评优评先中实行“一票否决”。为贯彻党的十八届三中全会精神和方针，认真高效地落实教育规划纲要，教育部于2014年印发了《国家学生体质健康标准（2014年修订）》和《学生体质健康监测评价办法》等四个文件。进一步提高了学生体质健康监测的信度、效度和区分度，突出强化了其教育激励、反馈引导和改进锻炼的功能。学生体质健康在前所未有的重视和关注下迎来了快速发展期。

然而第六次全国学生体质健康调查报告显示，虽然在《标准》试行实施以来中小学生身体素质下滑趋势开始得到一定的遏制，但我国学生体质健康的总体水平仍然在持续缓慢下降，而且学生身体形态正呈现出“肥胖”和“营养不良”的两极分化趋势。这无疑就形成了国家对学生体质健康工作不断重视，但学生的体质健康水平却持续下降的尴尬局面。这种局面的成因，除了社会发展引起的人们生活方式改变的影响，以及国家方针政策施行的效果滞后等因素外，学生体质健康监测质量不高是其中的重要因素。目前，部分学校的领导、体育教师和学生对《标准》实施的目的是意义仍未从本质上认识清楚，出现了组织松散、监测失准和虚假上报等一系列问题，严重影响了《标准》的有序实施和学生体质的稳步提高。尤其学生体质健康测试数据的真实性和准确性问题，不但是影响学生体质健康监测工作质量的关键所在，还将影响到国家对学生体质健康工作的方针政策、措施办法和方向定位。

三、美、日学生体质健康的参考概览

美国十分重视国民体质健康研究，其体质健康监测管理围绕“体适能”展开，与学校体育课程紧密结合。一百多年前美国学校就进行“体质测试（Fitness Test）”，并在半个多世纪前提出了“体适能”。1996年，美国健康与服务部将“体适能”定义为“人们所具有或获得的与其完成体力活动能力有关的一组身体要素”，而通常来讲具有良好“体适能”的人能够“以旺盛精力做好每天工作而没有过度疲劳，以充足活力享受闲暇时间和休闲活动，并能适应各种突发事件”，该定义得到了学者普遍认可。1997年，Howley和Franks又将“体适能”定义为具有低患病风险和具有足够精力参加各种体力活动的身体完好状态。这对美国学校身体

活动课程的设置比例及体育教育事业产生了深远影响。

20 世纪 80 年代以前,美国体质测量侧重于运动素质,致使肥胖症、心血管疾病患病率居高不下。相应机构对偏重于运动能力测试的研究体系提出种种疑问,最后确定了心肺功能、身体柔韧性、肌肉力量和耐力、身体组成均是体质的基本组成部分。目前美国比较普遍使用的测试体系是 1988 年建立的 PhysicalBest (最佳体适能,简称 PB),测试项目有:1 英里跑或走,皮脂厚度、身体密度指数,坐位体前屈,引体向上等。在美国还有一种体能测试 (Fitness gram 9),其创新点在于将所测试的结果与健康体能区进行对比评价,软件生成的报告可以给学生和家长提供明确的反馈信息,包含了参考目标、个性化反馈和锻炼策略等内容。

美国有较为成熟的学生体质健康监测体系,第三方机构在学生体质健康监测中发挥重要作用。从 1985 年开始,PCPFS 体质与运动委员会每年进行一次对青少年学生的体质普查。美国学校会提供一定的时间、设施和体育指导,为所有学生提供学习积极生活方式的机会。由一些具有专长和志趣的人组成体格核心小组委员会,协助学校完成学生体质健康测试工作的实施、监测和评估活动,通过不断的调查分析为决策提供参考。

美国重视体质监测质量的研究,美国得克萨斯州在 2009 年开展了一项德克萨斯州青年体质健康研究项目 (Texas Youth Fitness Project),以期发现影响体质监测质量的相关因素。著名的库伯研究所 (Cooper Institute) 联合多所大学对测试数据的可靠性和客观性进行调查论证,分析影响体质测试质量的原因。

日本重视学生体质健康,早在明治时期的 1879 年就对学生活动能力进行过调查。日本保存了自 1898 年以来青少年生长发育的重要资料,包括身高、体重、肺活量等基本形态信息,以及胸围、上臂围、下肢围等肌肉发育信息,还有饮食量和握力等指标数据。日本为了能够使国民在第二次世界大战后快速恢复健康,对 8~18 岁青少年,分别在 1949 年、1952 至 1954 年、1957 年、1959 年,进行了跑、跳、投、悬垂及灵活性的测定。从 1967 年开始,每年的 5~6 月份对全国 6~59 岁国民按照各自群体的《实施要案》统一进行体力测评,并由文部省发布当年的《体力、运动能力报告书》来公布测试情况和结果分析。1999 年施行的新测试指标减少了测试的指标数量,各年龄组的通用指标为握力、仰卧起坐和坐位体前屈,测试组别分为小学、中学、20~64 岁、65~79 岁共 4 段。

日本有成熟的学生体质健康管理,青少年体质测定是中学体育课的法定内容,每年的5、6月份都要依照《实施要案》进行统一的体质测定。同时,日本还倡导“快乐体育”和“生涯体育”。但随后学生的体质水平呈现下降趋势,且变异系数逐年增大,促使日本成立专门的机构来研究和制定新的测定标准,这是日本加强体质健康管理的重要举措。日本进一步完善了测试办法,测试内容由体力诊断测试和运动能力测试两部分组成。标准百分的评分方法能够反映出学生个体成绩在群体中的位置,这有利于为学生改进锻炼计划和开具运动处方。日本十分注重体质监测质量研究,筑波大学和东京体育大学所属体育科学研究所均把体质监测质量管理作为重要课题,并积极将成果推广实践。

第二节 学生体质健康的研究现状

我国一直都比较重视学生体质健康研究,从最初的“劳卫制”到今天的“标准”,对于学生体质健康监测制度、体系、方法和评价的研究一直是各时期教育和体育科研的热点和重点。在《国家学生体质健康标准》由初步试行到全面实施的十多年里,我国的科研工作者进行了大量的学生体质健康工作研究。

一、学生体质健康的制度建设

教育部、国家体育总局于2007年4月4日下发了“教体艺[2007]8号”文件,名为“教育部国家体育总局关于实施《国家学生体质健康标准》的通知”。文件中指出,《标准》是由教育部、国家体育总局在认真总结《学生体质健康标准》自2002年试行以来工作经验的基础上,根据新的形势对《学生体质健康标准》修改完善而来。要求各级学校自《标准》发布之日起开始全面实施,国家体育总局和教育部每两年会对各地实施《标准》情况进行一次检查,并公布检查结果。为贯彻党的十八届三中全会精神和方针,认真高效地落实教育规划纲要,教育部于

2014 年印发了《国家学生体质健康标准（2014 年修订）》，进一步提高了学生体质健康监测的信度、效度和区分度，突出强化了其教育激励、反馈引导和改进锻炼的功能。

《标准》是学生体质健康监测的工作基础，是《国家体育锻炼标准》的有机组成部分，是我国对学生体质健康工作的基本要求。《标准》从身体形态、机能、素质和运动能力等方面建立了学生体质健康的个体评价标准，能够客观综合评定学生的体质健康水平。旨在贯彻落实“健康第一”的指导思想，不断加强各级学校的体育工作，促使学生积极自觉地参加体育活动，养成良好的体育锻炼习惯，全面提高自己的体质健康水平。

《标准》适用于义务教育阶段的学生，以及全日制的普通高中、中等职业学校和普通高等学校的在校学生。其将测试对象划分为十组，即：小学每相邻的两个年级为一组，共分三组；初、高中每个年级各为一组，大学所有年级为一组。学生体质健康标准成绩每学年进行一次测试，100 分满分，90 分及以上为优秀等级，75 分至 89 分为良好等级，60 分至 74 分为及格等级，而 59 分及以下为不及格。学生的《标准》测试的评定等级将记入《国家学生体质健康标准登记卡》。

近年来对《标准》的研究比较多，但常停留在指标体系、测试办法和实施效果等方面，且多以项目设置是否合理、操作是否规范、成绩是否提高作为方向进行研究，致使研究缺乏深度和系统性。

二、学生体质健康的实施办法

“《标准》实施办法”指出学生体质健康监测工作应在教育部和国家体育总局的领导下，由各级教育行政部门进行管理，体育行政部门参与指导，由学校体育教学教务部门、学工部门和班主任（辅导员）协同进行。各地要将学生体质健康监测纳入政府的教育督导和教育评估的体系之中，并作为对各级各类学校进行绩效考核和评优表彰的依据，参与《标准》实施工作的教师可核准相应的教学工作量。各地、各学校在实施《标准》时要牢固树立“安全第一”思想，建立健全各项安全保障制度，切实开展安全责任制。全国各级各类学校每年均需将本校全部学生的《标准》测试数据，通过教育部“学生体质健康网”直接报送至国家学生

体质健康数据管理平台。教育部将每年公布各省、自治区、直辖市学生体质健康监测情况。为保证《标准》测试数据的科学性、准确性和公正性，各地、各学校使用的《标准》测试器材必须是经过国家认证的合格产品。对弄虚作假和徇私舞弊的责任人将给予通报批评，对情节严重者将给予相应的行政处分。

“《标准》实施办法”规定颁发统一的证章给达到及格以上成绩的学生，作为他们毕业和升学的重要依据材料。只有《标准》测试成绩达到良好及以上的学生才能参加三好学生和奖学金的评选；只有成绩达到优秀的学生才可能获得体育奖学金。对于《标准》成绩不及格的学生，可给予一次补测机会，如果仍不及格则最终成绩为不及格。所有非义务教育阶段学生毕业时，如果《标准》测试成绩低于50分将按肄业处理。另外对耐力素质不及格的学生和本学年体育课无故缺勤超过课时总数1/10的学生，其《标准》成绩也将评定为不及格。经学校相关部门核准的病残学生，可不参加《标准》测试，但仍可参加三好学生和奖学金评选。毕业时他们的《标准》测试成绩可填满分，但不可评定等级。

李建国和吴秋林认为《标准》中的某些评价指标的评分标准存在男女性别差异缺陷,如肺活量评价指标和坐位体前屈评价指标,没有充分考虑男、女生生理机能差别,使得评价标准有失公平。应适当降低男生相关测试的指标要求,使标准更加科学合理。王景贤和于春艳通过研究发现《标准》某些类别项目间的同质性较差,例如台阶试验与 800 米或 1000 米跑作为学生体质健康测试中评价学生心血管机能的选测项目,无论是项目内涵还是测试数值都不具有良好的一致性与对称性,该组别选测项目间的同质性非常差。

可见,在《标准》的决策和计划过程中,其环境分析、目标确定、方案选择尚有不完善之处,还需充分预测和持续关注施行情况,方能制定科学的组织计划和指标体系。

三、学生体质健康的过程控制

张秋霞认为学生体质健康监测的根本保证是学校主管领导和全体教师高度重视《标准》的实施工作。只有领导和教师树立“健康第一”的指导思想，真正认识到“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的重要性，才能引