

2023 年黄石市国民体质监测报告

一、前言

按照湖北省体育局统一部署，为系统掌握黄石市居民身体素质和健康水平，推动全民健身活动的开展，促进我市经济建设和社会发展，黄石市体育事业发展中心按照《中华人民共和国体育法》和《全民健身条例》的规定，开展了 2023 年黄石市国民体质监测工作。测试指标包括身体形态、身体机能和身体素质。按照《国民体质测定标准（2023 年修订）》（以下简称《标准》）评定出了体质达标率等综合指标，现将主要调查结果公布如下。

二、工作方法

本次监测对象为 3~6 周岁的幼儿和 20~79 周岁在黄石居住的中国国民。采用分层随机整群的抽样原则，从全市 6 个县级行政区的 23 个机关单位、企事业单位、学校、幼儿园、行政村抽取和测试了 3421 人，测试有效样本为 3369 人，其中男性 1621 人，女性 1748 人；乡村 1265 人，城镇 2104 人；幼儿 847 人，成年人 2044 人，老年人 478 人。

三、核心指标完成情况

2023 年，黄石市抽取样本 3421 人，因为功率车等核心指标缺失无法测算测试等级的有 52 人，有效样本 3369 人，体质合格以上人数 3155 人，体质达标率（即合格率：体质达到“合格”及“合格以上”人数的百分比）为 93.6%；其中

黄石港区抽样样本 497 人，体质合格 468 人，体质合格率为 94.2%；西塞山区抽样样本 258 人，体质合格 233 人，体质合格率为 90.3%；下陆区抽样样本 842 人，体质合格 813 人，体质合格率为 96.6%；开发区.铁山区抽样样本 113 人，体质合格 104 人，体质合格率为 92.0%；大冶市抽样样本 1293 人，体质合格 1227 人，体质合格率为 94.9%；阳新县抽样样本 366 人，体质合格 310 人，体质合格率为 84.7%。

四、主要监测结果

（一）国民体质单项指标情况

1. 幼儿体质单项指标情况

表 1 黄石市 3~6 岁幼儿各项体质指标平均数

性别	年龄 (岁)	身高 (厘米)	坐高 (厘米)	体重 (千克)	胸围 (厘米)	静态心率 (次/分)	体脂率 (百分比)
男	3	101.6	58.0	15.8	51.6	103.3	15.8
	4	107.0	60.7	17.3	52.4	99.2	14.6
	5	119.2	69.6	18.9	53.6	94.9	13.5
	6	119.9	66.6	21.7	56.1	96.0	15.0
女	3	100.3	57.4	15.0	50.4	104.5	19.8
	4	105.1	59.3	16.0	50.9	100.5	17.2
	5	112.1	63.4	18.2	52.7	98.9	17.0
	6	117.5	65.9	20.0	54.5	98.5	16.6

表 2 黄石市 3~6 岁幼儿各项体质指标平均数（续）

性别	年龄 (岁)	握力 (千克)	立定跳远 (厘米)	坐位体前屈 (厘米)	双脚连续跳 (秒)	15 米障碍跑 (秒)	平衡木 (秒)
男	3	4.7	56.1	10.8	10.1	9.2	11.1
	4	5.6	72.4	10.7	8.3	8.1	9.2
	5	7.2	95.7	10.5	6.2	7.2	6.7
	6	8.4	106.5	8.2	5.3	6.7	6.4
女	3	4.1	54.7	11.9	11.2	9.4	10.0
	4	5.2	70.0	11.9	7.7	8.2	9.4
	5	6.1	86.8	11.4	6.6	7.6	7.0
	6	7.2	95.3	11.7	5.6	7.1	6.5

2. 成年人体质单项指标情况

表 3 黄石市 20~59 岁成人各项体质指标平均数

性别	年龄 (岁)	身高 (厘米)	体重 (千克)	腰围 (厘米)	臀围 (厘米)	体脂率 (百分比)
男	20-24	172.6	69.5	81.3	93.2	19.1
	25-29	171.9	74.0	85.6	94.0	22.0
	30-34	172.1	74.4	87.5	93.9	22.4
	35-39	169.9	73.4	88.2	93.7	22.9
	40-44	169.6	73.4	87.8	93.1	22.9
	45-49	168.9	73.8	90.4	94.0	23.5
	50-54	169.0	72.3	89.6	92.2	22.2
	55-59	166.7	66.7	86.0	89.1	20.2
女	20-24	160.4	54.4	71.6	87.5	22.5
	25-29	160.6	57.2	74.9	86.9	26.1
	30-34	159.6	57.6	74.8	88.0	27.0
	35-39	158.2	58.6	77.1	87.9	27.9
	40-44	159.0	59.0	77.1	87.2	28.3
	45-49	158.4	59.8	79.9	87.5	29.6
	50-54	157.4	57.9	79.7	87.1	29.1
	55-59	157.0	58.8	83.3	88.0	28.7

表4 黄石市 20~59 岁成人各项体质指标平均数 (续)

性别	年龄 (岁)	肺活量 (毫升)	功率车 (毫升/千克/秒)	握力 (千克)	纵跳 (厘米)	俯卧撑/跪卧撑 (次)
男	20-24	4039.6	48.4	39.3	40.7	27.6
	25-29	3957.7	44.7	42.2	37.5	25.6
	30-34	3896.6	44.7	42.9	35.4	25.4
	35-39	3735.6	40.6	42.1	33.8	24.6
	40-44	3661.1	43.2	42.0	32.2	19.5
	45-49	3342.2	39.7	40.8	29.2	20.6
	50-54	3278.8	39.0	41.2	27.1	18.2
	55-59	3010.9	40.8	39.4	25.3	16.1
女	20-24	2821.9	50.8	25.7	27.5	19.0
	25-29	2867.0	48.8	27.8	24.2	20.0
	30-34	2765.0	46.0	27.2	23.1	19.6
	35-39	2607.0	42.9	26.5	23.2	20.4
	40-44	2654.3	42.9	27.0	22.9	20.6
	45-49	2457.8	39.7	27.9	20.3	17.9
	50-54	2242.9	35.1	25.6	18.1	16.8
	55-59	2044.6	34.4	25.5	16.7	13.4

表5 黄石市 20~59 岁成人各项体质指标平均数 (续)

性别	年龄 (岁)	1 分钟仰卧起坐 (次)	坐位体前屈 (厘米)	闭眼单脚站 (秒)	选择反应时 (秒)	背力 (千克)
男	20-24	30.0	11.9	32.4	0.49	107.2
	25-29	28.4	8.7	36.0	0.52	112.6
	30-34	27.9	7.6	33.7	0.52	113.3

	35-39	25.3	9.0	28.8	0.55	109.8
	40-44	25.7	7.5	27.4	0.53	112.3
	45-49	21.9	6.8	27.2	0.57	109.1
	50-54	21.7	10.3	21.4	0.59	109.3
	55-59	18.4	7.9	20.7	0.63	108.8
女	20-24	26.0	16.3	33.2	0.54	64.6
	25-29	23.4	14.2	41.0	0.55	68.1
	30-34	20.5	12.2	36.4	0.57	63.1
	35-39	20.7	11.2	30.4	0.59	64.3
	40-44	19.3	13.4	28.8	0.57	64.8
	45-49	18.2	12.0	29.4	0.61	64.0
	50-54	15.4	12.1	22.6	0.63	62.9
	55-59	11.5	12.6	18.6	0.70	60.2

3.老年人体质单项指标情况

表6 黄石市 60-79 岁老年人各项体质指标平均数

性别	年龄 (岁)	身高 (厘米)	体重 (千克)	腰围 (厘米)	臀围 (厘米)	体脂率 (百分比)	肺活量 (毫升)
男	60-64	167.0	68.1	90.3	92.4	20.5	2701.4
	65-69	165.4	66.4	89.0	91.3	20.9	2496.3
	70-74	164.9	67.3	91.6	95.1	21.7	2661.2
	75-79	164.3	63.9	86.0	92.0	19.6	2306.3
女	60-64	155.2	59.4	86.2	89.0	30.6	1781.1
	65-69	153.7	55.9	83.4	86.1	29.3	1729.5
	70-74	153.0	54.7	82.9	91.5	29.7	1823.5
	75-79	157.8	51.1	70.5	89.9	23.8	2145.0

表7 黄石市 60-79 岁老年人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄 (岁)	2分钟原地高抬 腿（左腿+右腿 次）	握力 (千克)	坐位体前 屈（厘米）	闭眼单脚 站（秒）	选择反应 时（秒）	30秒坐 站（秒）
男	60-64	80.0	37.1	5.9	12.7	0.71	11.0
	65-69	83.0	34.3	4.8	11.9	0.74	10.3
	70-74	97.1	37.5	-2.4	11.7	0.72	13.4
	75-79	90.5	29.6	-6.4	7.8	0.76	10.8
女	60-64	87.4	23.3	10.6	14.6	0.77	10.5
	65-69	79.1	23.0	10.2	12.6	0.79	9.5
	70-74	94.1	21.0	7.3	8.2	0.81	9.4
	75-79	145.0	27.3	14.2	11.5	0.88	10.0

（二）国民体质达标率

1.总体样本达标率情况

2023 年全市总的体质达标人数为 3369 人，达标率为

93.6%。其中，合格等级为 1490 人，占比 44.2%，良好等级为 1130 人，占比 33.5%，优秀等级 535 人，占比 15.9%。体质不达标人数 214 人，占比 6.4%。

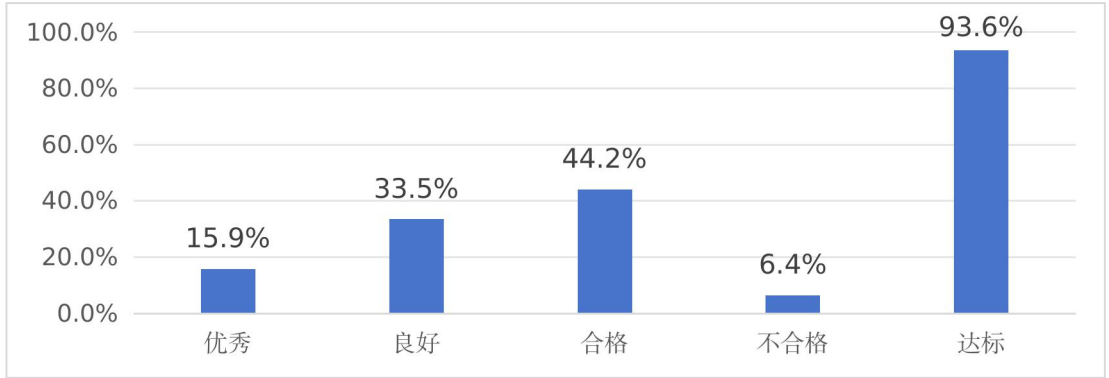


图 1 总体样本体质达标率情况

抽样人群中男性人数为 1621 人，体质达标人数为 1529 人，达标率为 94.3%，其中合格等级 782 人，占比 48.2%，良好等级 542 人，占比 33.4%，优秀等级 205 人，占比 12.6%；抽样人群中女性人数为 1748 人，达标人数为 1626 人，达标率为 93.0%，其中合格等级 708 人，占比 40.5%，良好等级 588 人，占比 33.6%，优秀等级 330 人，占比 18.9%。总达标率和合格等级比例男性都稍大于女性，但优秀等级女性要大于男性比例。

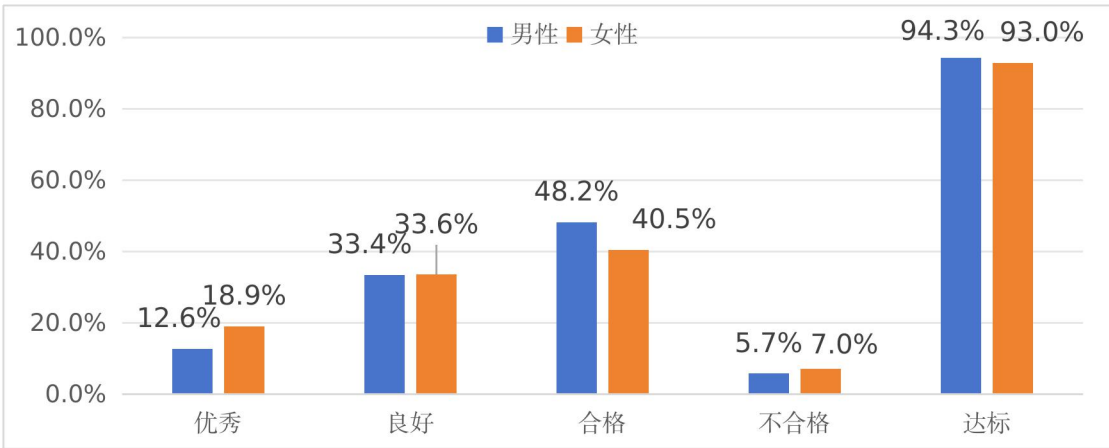


图 2 总体样本不同性别体质达标率情况

体质达标样本中城市男性 987 人，在该分类人群中达标率为 95.0%，城市女性达标人数 999 人，达标率为 93.8%，农村男性达标人数 542 人，达标率为 93.1%，农村女性达标人数 627 人，达标率为 91.8%。不同分类人群中男性达标率都要高于女性，城市男性和城市女性达标率都高于农村男性和农村女性。

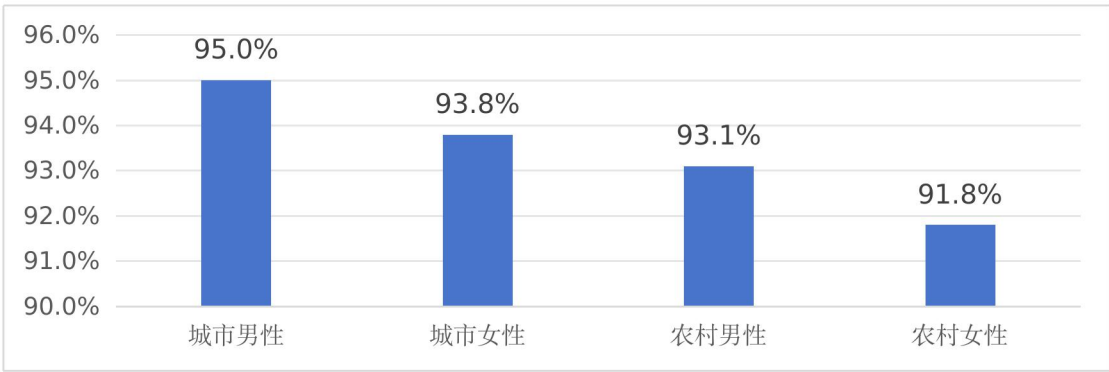


图 3 城市男性、女性和农村男性、女性体质达标率情况

3~6 岁幼儿体质达标人数为 778 人，达标率为 91.9%；20~59 岁成人体质达标人数为 1949 人，达标率为 95.4%（20~39 岁成年人为 95.1%，40~59 岁成年人为 95.7%）；60~79 岁老年人体质达标人数为 428 人，达标率为 89.5%。20~59 岁成人年龄段体质达标率要高于其它年龄段，60~79 岁老年人体质达标率最低。

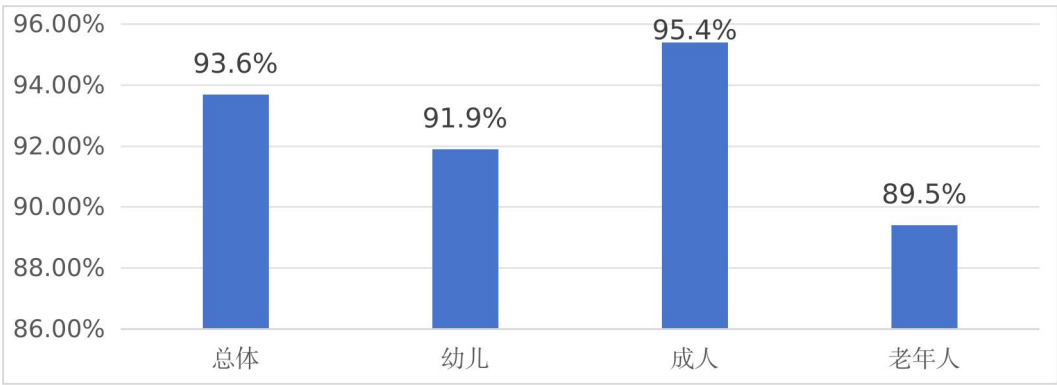


图 4 不同年龄段体质达标率情况

2.黄石市幼儿（3-6岁）达标率情况

黄石市幼儿（3-6岁）总样本 847 人，体质达标人数 778 人，达标率为 91.9%，其中合格等级 440 人，占比 51.9%，良好等级 263 人，占比 31.1%，优秀等级 75 人，占比 8.9%，不合格 69 人，占比为 8.1%。

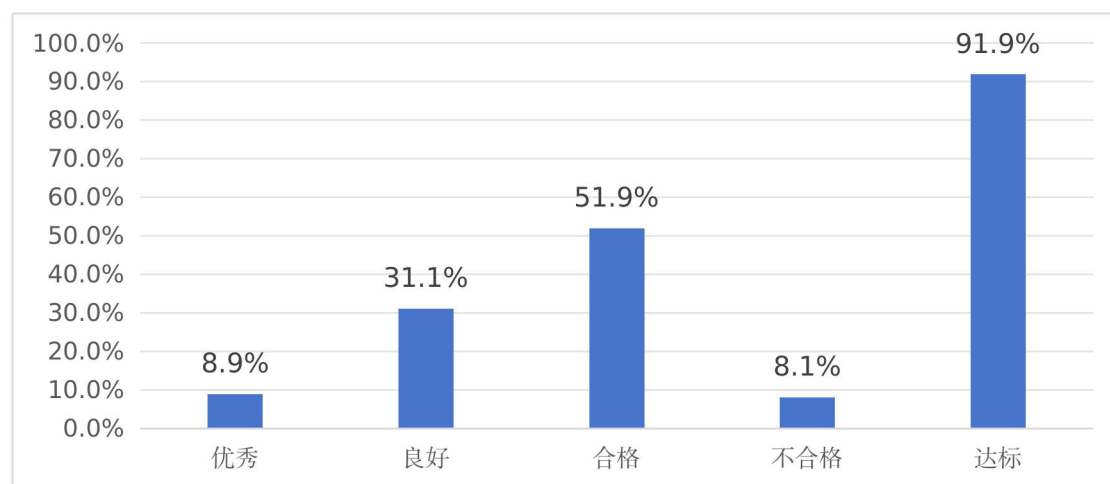


图 5 幼儿总体达标率情况

城市男孩体质达标人数为 217 人，达标率为 96.9%，城市女孩体质达标人数为 211 人，达标率为 95.5%；农村男孩体质达标人数为 175 人，达标率为 88.4%，农村女孩体质达标人数为 175 人，达标率为 85.8%。城市幼儿不同性别达标率要高于农村幼儿。

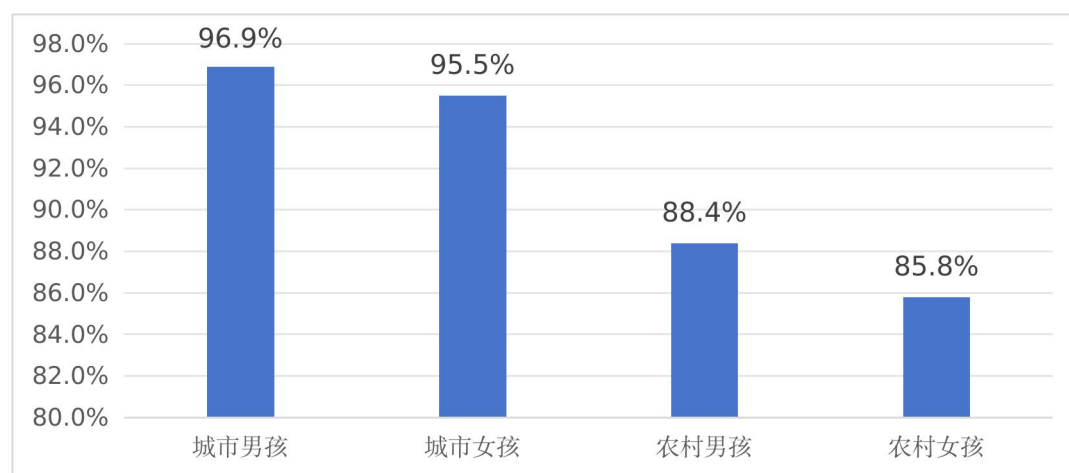


图 6 城市男孩、女孩和农村男孩、女孩体质达标率情况

3.黄石市成年人达标率情况

黄石市成年人（20-59岁）总样本 2044 人，体质达标人数 1949 人，达标率为 95.4%，其中合格等级 815 人，占比 39.9%，良好等级 740 人，占比 36.2%，优秀等级 384 人，占比 18.2%，不合格 95 人，比例为 4.6%。

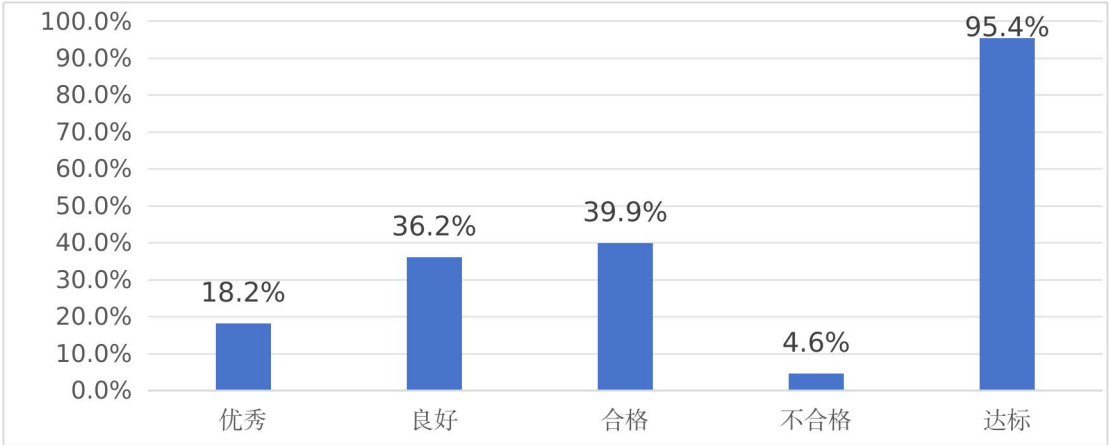


图 7 成年人体质达标率情况

城市男性成年人体质达标人数为 650 人，达标率为 95.0%，城市女性成年人体质达标人数为 665 人，达标率为 95.1%；农村男性成年人体质达标人数为 285 人，达标率为 96.0%，农村女性成年人体质达标人数为 349 人，达标率为 95.9%。城市成年人不同性别达标率都要低于农村成年人。

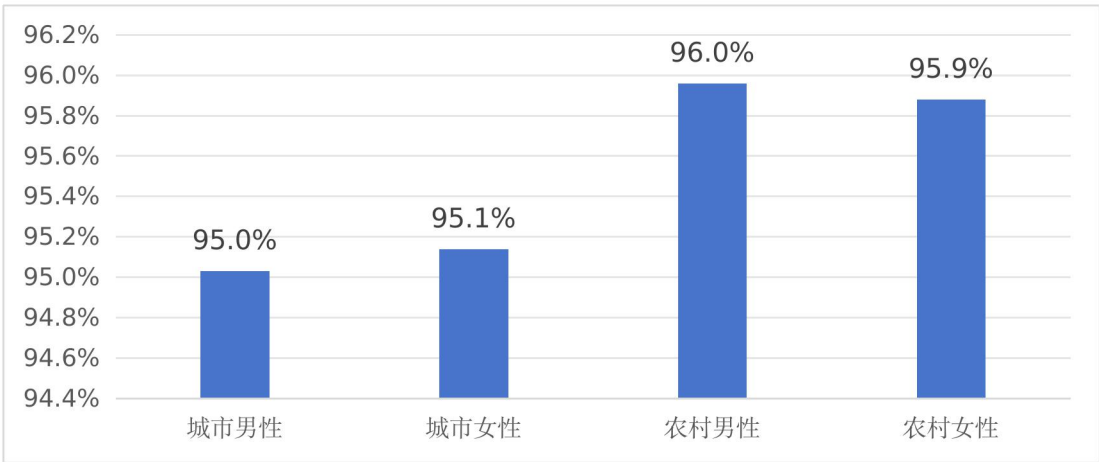


图 8 成年人城市男性、女性和农村男性、女性体质达标率情况

4.黄石市老年人达标率情况

黄石市老年人（60-79岁）总样本 478 人，体质达标人数 428 人，达标率为 89.5%，其中合格等级 235 人，占比 49.2%，良好等级 127 人，占比 26.6%，优秀等级 66 人，占比 13.8%，不合格 50 人，比例为 10.5%。

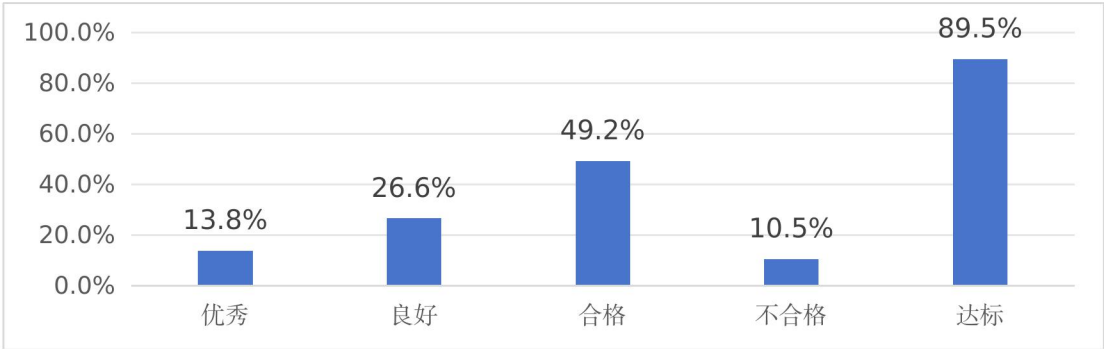


图 9 老年人体质达标率情况

城市男性老年人体质达标人数为 120 人，达标率为 91.6%，城市女性老年人体质达标人数为 123 人，达标率为 84.8%；农村男性老年人体质达标人数为 82 人，达标率为 94.3%，农村女性老年人体质达标人数为 103 人，达标率为 89.6%。城市男性老年人体质达标率低于农村男性老年人，城市女性老年人体质达标率低于农村女性老年人。

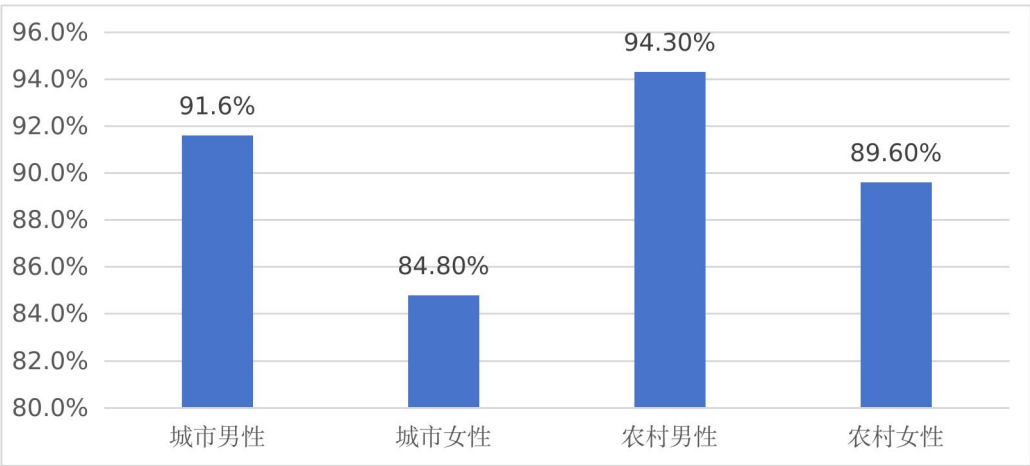


图 10 老年人城市男性、女性和农村男性、女性体质达标率情况

（三）黄石市国民体质主要特征

1.黄石市国民体质呈现性别差异化特征，幼儿年龄段和老年人年龄段男性达标率大于女性达标率

黄石市总样本达标率男性高出女性 1.3 个百分点，城市男性达标率高出城市女性 1.2 个百分点，农村男性达标率高出农村女性 1.3 个百分点，呈现男性达标率大于女性达标率的特征。从不同年龄段来看，3-6 岁幼儿组城市男孩达标率高出城市女孩 1.4 个百分点，农村男孩达标率高出农村女孩 2.6 个百分点；20-59 岁成年人达标率男女相差 0.1 个百分点；60-79 岁老年人城市男性达标率高出城市女性 1.3 个百分点，农村男性达标率高出农村女性 4.7 个百分点；幼儿和老年人年龄段性别差异特征明显，成年人年龄段性别差异特征不明显。

2.黄石市城市和农村样本体质呈现明显差异化特征，且幼儿年龄段和成年人年龄段、老年人年龄段呈现反向差异特征

从总体样本来看，城市男性体质达标率高出农村男性 1.9 个百分点，城市女性体质达标率高出农村女性 2.0 个百分点，呈现城市样本达标率高于农村样本特征。细分年龄段，在幼儿年龄段，城市男孩体质达标率高出农村男孩 8.5 个百分点，城市女孩体质达标率高出农村女孩 9.7 个百分点，非常明显；在成年人年龄段，城市男性体质达标率低出农村男性 1.0 个百分点，城市女性体质达标率低出农村女性 0.8 个百分点；在老年人年龄段，城市男性体质达标率低出农村男性 2.7 个

百分点，城市女性体质达标率低出农村女性 4.8 个百分点，成年人和老年人年龄段呈现城市样本达标率低于农村样本的反向差异特征。

3.20 岁以上女性城市与农村样本在总达标率、合格等级和良好等级、优秀等级呈现反向差异化特征

20 岁以上样本人群中，城市女性总体达标率低出农村女性 1.0 个百分点，合格等级低出 12.3 个百分点，呈现城市女性达标率和合格等级高于农村女性的特征；城市女性良好等级高出农村女性 2.4 个百分点，优秀等级高出 8.9 个百分点，代表高质量体质水平的良好与优秀等级呈现城市女性高于农村女性的反向差异化特征。

五、黄石市各县市区主要监测结果

（一）黄石市各县市区单项体质指标情况

1.黄石港区单项体质指标情况

（1）黄石港区幼儿单项体质指标情况

表 8 黄石港区 3~6 岁幼儿各项体质指标平均数

性别	年龄 (岁)	身高 (厘米)	坐高 (厘米)	体重 (千克)	胸围 (厘米)	静态心率 (次/分)	体脂率 (百分比)
男	3	103.6	59.1	16.9	53.8	103.8	18.8
	4	107.8	61.3	18.2	52.8	101.1	17.0
	5	116.3	65.1	20.9	56.3	94.3	17.4
	6	120.0	66.8	22.3	56.8	94.4	16.5
女	3	102.7	58.6	15.8	51.9	103.0	21.3
	4	107.4	61.2	16.9	52.8	97.5	19.5
	5	113.2	63.5	19.6	54.0	98.3	20.3
	6	118.2	66.2	21.1	55.8	99.0	19.1

表 9 黄石港区 3~6 岁幼儿各项体质指标平均数（续）

性别	年龄 (岁)	握力 (千克)	立定跳远 (厘米)	坐位体前屈 (厘米)	双脚连续跳 (秒)	15 米障碍跑 (秒)	平衡木 (秒)
男	3	5.5	69.7	8.5	9.5	8.4	13.6

	4	6.6	82.5	9.3	7.7	7.9	9.0
	5	7.7	109.3	7.6	5.1	6.9	5.3
	6	7.6	112.8	5.0	4.9	6.8	5.5
女	3	4.5	69.0	11.1	9.7	8.3	13.2
	4	5.6	86.5	11.1	7.0	8.1	11.4
	5	6.9	94.8	10.9	5.5	7.3	6.0
	6	7.2	103.4	11.3	5.3	7.0	5.3

(2) 黄石港区成年人单项体质指标情况

表 10 黄石港区 20~59 岁成人各项体质指标平均数

性别	年龄	身高	体重	腰围	臀围	体脂率
	(岁)	(厘米)	(千克)	(厘米)	(厘米)	(百分比)
男	20-24	174.5	69.9	80.8	95.2	18.7
	25-29	175.2	80.8	91.8	98.7	23.1
	30-34	173.0	85.9	94.2	102.8	28.1
	35-39	162.0	64.0	82.6	96.3	19.0
	40-44	168.1	72.5	90.9	97.4	23.0
	45-49	169.3	71.0	88.9	93.7	20.6
	50-54	167.7	68.5	92.1	93.3	21.1
	55-59	167.7	68.1	89.9	91.4	20.8
女	20-24	161.3	50.8	68.6	87.1	21.5
	25-29	160.9	63.2	82.6	93.8	29.6
	30-34	159.1	55.8	73.4	91.5	26.2
	35-39	159.2	62.2	78.7	93.6	29.9
	40-44	160.7	61.0	79.8	92.6	28.7
	45-49	157.4	58.9	78.3	90.8	29.0
	50-54	158.0	59.7	80.0	90.8	30.4
	55-59	158.5	59.3	84.1	87.5	29.9

表 11 黄石港区 20~59 岁成人各项体质指标平均数 (续)

性别	年龄	肺活量	功率车	握力	纵跳	俯卧撑/跪卧撑
	(岁)	(毫升)	(毫升/千克/秒)	(千克)	(厘米)	(次)
男	20-24	3641.8	48.7	38.3	41.7	21.5
	25-29	4358.8	43.1	43.7	36.2	17.7
	30-34	3926.3	33.5	44.6	31.2	9.5
	35-39	4651.0	41.4	53.5	34.9	19.0
	40-44	3115.0	40.0	38.2	27.2	7.3
	45-49	3999.3	41.1	40.2	31.4	19.0
	50-54	3001.2	35.4	39.0	28.6	14.2
	55-59	3103.2	38.9	39.7	29.4	17.1
女	20-24	2534.0	52.9	24.2	29.8	15.4
	25-29	2827.2	50.4	28.9	23.3	12.2
	30-34	2561.8	52.3	24.4	24.7	11.4

	35-39	2579.6	39.0	28.5	24.3	11.5
	40-44	2838.5	39.2	26.4	22.8	15.1
	45-49	2496.1	41.3	29.3	20.7	12.1
	50-54	2224.7	34.0	25.5	19.7	14.3
	55-59	2051.4	34.5	25.8	17.2	14.0

表 12 黄石港区 20~59 岁成人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄	1 分钟仰卧 起坐	坐位体 前屈	闭眼单 脚站	选择反 应时	背力
	(岁)	(次)	(厘米)	(秒)	(秒)	(千克)
男	20-24	30.2	16.3	23.6	0.48	105.8
	25-29	18.8	3.0	24.0	0.57	118.8
	30-34	22.0	-0.4	17.4	0.50	111.8
	35-39	33.0	9.9	4.4	0.56	101.9
	40-44	14.7	-2.4	16.6	0.45	91.6
	45-49	20.5	-0.2	47.7	0.54	121.9
	50-54	23.0	3.8	14.6	0.62	105.6
	55-59	18.9	8.3	17.5	0.60	108.7
女	20-24	30.4	13.1	39.3	0.59	63.6
	25-29	18.1	9.1	24.2	0.59	74.4
	30-34	18.3	8.0	35.0	0.61	64.3
	35-39	18.9	7.1	18.0	0.62	75.3
	40-44	16.2	10.4	22.5	0.58	59.0
	45-49	17.8	12.4	30.4	0.60	61.8
	50-54	13.5	9.2	15.2	0.73	67.1
	55-59	12.7	12.6	15.8	0.65	67.5

(3) 黄石港区老年人单项体质指标情况

表 13 黄石港区 60-79 岁老年人各项体质指标平均数

性别	年龄 (岁)	身高 (厘米)	体重 (千克)	腰围 (厘米)	臀围 (厘米)	体脂率 (百分比)	肺活量 (毫升)
男	60-64	162.6	62.4	86.9	90.4	25.3	2348.5
	65-69	162.0	66.1	90.3	93.5	26.6	2353.2
	70-74	156.8	56.1	85.4	91.8	23.7	2042.3
女	60-64	158.0	57.2	83.6	88.2	29.4	1951.2
	65-69	155.8	58.0	86.1	89.3	30.7	1915.9
	70-74	153.3	52.0	83.8	90.2	28.0	1602.3

表 14 黄石港区 60-79 岁老年人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄 (岁)	2 分钟原地高抬 腿(左腿+右腿) (次)	握力 (千克)	坐位体前 屈 (厘米)	闭眼单脚 站 (秒)	选择反应 时 (秒)	30 秒坐 站 (秒)
男	60-64	115.2	31.6	10.1	16.7	0.69	13.6
	65-69	116.7	32.1	9.5	14.1	0.71	12.2

	70-74	147.8	28.1	-1.4	7.2	0.81	15.8
女	60-64	120.1	25.4	11.6	17.0	0.72	13.4
	65-69	123.2	25.3	12.2	18.2	0.70	11.8
	70-74	161.0	20.3	2.8	4.8	0.89	12.3

2.西塞山区单项体质指标情况

(1) 西塞山区幼儿单项体质指标情况

表 15 西塞山区 3~6 岁幼儿各项体质指标平均数

性别	年龄	身高	坐高	体重	胸围	静态心率	体脂率
	(岁)	(厘米)	(厘米)	(千克)	(厘米)	(次/分)	(百分比)
男	3	103.3	59.1	16.5	51.3	100.3	16.0
	4	111.7	65.5	18.1	51.5	103.1	14.7
	5	118.3	72.3	18.6	52.8	98.0	12.6
	6	123.3	68.6	24.2	57.3	90.6	18.7
女	3	100.0	57.8	15.1	49.1	103.4	20.2
	4	106.3	59.1	16.2	49.0	104.1	17.0
	5	115.4	68.3	18.9	52.4	101.2	16.6
	6	120.3	67.8	21.4	55.6	97.6	18.4

表 16 西塞山区 3~6 岁幼儿各项体质指标平均数(续)

性别	年龄	握力	立定跳远	坐位体前屈	双脚连续跳	15 米障碍跑	平衡木
	(岁)	(千克)	(厘米)	(厘米)	(秒)	(秒)	(秒)
男	3	4.9	54.1	12.7	14.0	9.3	12.9
	4	4.9	79.3	11.1	9.1	7.7	11.3
	5	7.1	103.3	12.8	6.6	6.9	10.9
	6	9.4	118.7	10.0	5.3	6.5	6.7
女	3	4.5	55.1	13.7	13.0	9.5	9.6
	4	5.1	78.4	11.1	7.9	7.9	9.3
	5	6.5	101.5	10.7	7.1	7.4	9.6
	6	7.9	112.9	12.5	5.3	6.6	7.9

(2) 西塞山区成年人单项体质指标情况

表 17 西塞山 20~59 岁成人各项体质指标平均数

性别	年龄	身高	体重	腰围	臀围	体脂率
	(岁)	(厘米)	(千克)	(厘米)	(厘米)	(百分比)
男	25-29	167.4	64.3	79.7	91.4	16.3
	35-39	179.9	86.9	97.3	103.4	28.3
	50-54	167.2	93.1	108.6	112.3	32.3
	55-59	169.1	72.5	87.7	93.7	18.5
女	25-29	159.8	55.3	71.9	89.4	25.5
	30-34	153.8	58.5	78.0	92.2	29.8

	35-39	154.2	51.8	71.3	82.7	26.3
	40-44	155.1	49.7	74.2	88.8	23.3
	45-49	156.2	53.4	72.6	88.2	26.3
	50-54	156.0	54.6	75.7	87.8	28.6

表 18 西塞山区 20~59 岁成人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄	肺活量	功率车	握力	纵跳	俯卧撑/跪卧撑
	（岁）	（毫升）	（毫升/千克/秒）	（千克）	（厘米）	（次）
男	25-29	3417.0	53.3	30.8	35.6	21.0
	35-39	2256.0	39.4	39.1	33.3	13.0
	50-54	2991.0	39.4	35.3	21.8	3.0
	55-59	3138.0	48.7	46.7	30.4	15.5
女	25-29	3036.8	53.2	26.8	22.8	2.8
	30-34	2000.7	45.5	23.4	21.7	8.5
	35-39	2254.0	43.5	26.4	20.6	6.3
	40-44	1558.5	49.5	24.3	19.3	15.5
	45-49	2094.6	42.3	27.1	18.9	15.0
	50-54	2065.0	34.3	26.6	17.8	5.6

表 19 西塞山区 20~59 岁成人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄	1 分钟仰卧 起坐	坐位体 前屈	闭眼单 脚站	选择反 应时	背力
	（岁）	（次）	（厘米）	（秒）	（秒）	（千克）
男	25-29	27.5	3.1	8.4	0.59	82.1
	35-39	20.0	-20.8	4.9	0.78	109.7
	50-54	3.0	-7.7	3.1	0.53	82.5
	55-59	18.5	-2.9	4.4	0.65	87.1
女	25-29	13.5	8.7	14.4	0.68	64.8
	30-34	18.3	6.3	28.2	0.61	44.2
	35-39	20.3	10.9	14.4	0.65	63.0
	40-44	13.0	15.5	29.0	0.74	52.3
	45-49	13.4	5.6	7.6	0.67	70.0
	50-54	9.4	14.3	5.1	0.68	56.0

（3）西塞山区老年人单项体质指标情况

表 20 西塞山区 60-79 岁老年人各项体质指标平均数

性别	年龄 （岁）	身高 （厘米）	体重 （千克）	腰围 （厘米）	臀围 （厘米）	体脂率 （百分比）	肺活量 （毫升）
男	60-64	167.9	70.6	90.7	94.4	22.2	2700.1
	65-69	167.3	70.3	89.1	94.2	21.7	2693.7
	70-74	168.2	72.3	91.3	95.1	23.3	2694.2
	75-79	165.1	68.6	90.4	94.8	22.8	2052.3
女	60-64	155.7	63.4	87.9	96.4	33.1	1891.8

	65-69	153.7	58.3	82.6	92.4	31.0	1788.5
	70-74	152.8	55.1	82.4	93.1	29.6	1847.3
	75-79	157.8	51.1	70.5	89.9	23.8	2145.0

表 21 西塞山区 60-79 岁老年人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄 (岁)	2 分钟原地高抬 腿（左腿+右腿 次）	握力 (千克)	坐位体前 屈（厘米）	闭眼单脚 站（秒）	选择反应 时（秒）	30 秒坐 站（秒）
男	60-64	91.6	35.7	-0.4	5.4	0.79	13.7
	65-69	124.7	36.7	-1.2	6.6	0.84	12.5
	70-74	135.9	38.2	-0.3	6.4	0.73	12.0
	75-79	120.7	29.3	-12.0	4.4	0.76	10.0
女	60-64	137.9	25.9	7.9	5.0	0.84	12.8
	65-69	138.4	24.3	7.2	6.3	0.79	14.5
	70-74	111.1	20.2	5.1	5.3	0.84	12.4
	75-79	145.0	27.3	14.2	11.5	0.88	10.0

3.下陆区单项体质指标情况

（1）下陆区成年人单项体质指标情况

表 22 下陆区 20~59 岁成人各项体质指标平均数

性别	年龄 (岁)	身高 (厘米)	体重 (千克)	腰围 (厘米)	臀围 (厘米)	体脂率 (百分比)
男	20-24	172.4	69.1	79.4	94.5	18.7
	25-29	171.0	73.7	84.4	96.2	22.5
	30-34	172.3	76.7	87.1	96.5	23.3
	35-39	171.0	75.0	86.9	96.0	23.5
	40-44	170.8	74.4	87.0	94.3	23.3
	45-49	168.9	74.1	89.9	95.6	24.2
	50-54	169.8	74.2	89.6	96.1	23.5
	55-59	167.0	70.0	86.6	94.2	21.8
女	20-24	159.4	53.6	70.1	90.6	23.2
	25-29	161.8	58.2	71.5	92.2	26.7
	30-34	161.3	56.9	71.1	90.4	26.3
	35-39	159.9	56.4	73.2	90.6	26.6
	40-44	158.4	59.5	75.6	92.1	28.5
	45-49	159.7	59.6	77.1	92.3	28.9
	50-54	158.9	58.6	77.5	91.9	29.5
	55-59	160.4	61.5	81.2	92.3	30.7

表 23 下陆区 20~59 岁成人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄 (岁)	肺活量 (毫升)	功率车 (毫升/千克/秒)	握力 (千克)	纵跳 (厘米)	俯卧撑/跪卧撑 (次)
----	-----------	-------------	------------------	------------	------------	----------------

男	20-24	4252.0	47.6	38.7	42.5	27.8
	25-29	4149.2	43.9	41.8	38.7	26.4
	30-34	4064.8	42.8	43.3	36.5	27.2
	35-39	4077.6	39.0	40.7	36.5	25.5
	40-44	3983.3	43.8	40.1	35.4	21.0
	45-49	3422.8	38.2	41.6	31.2	17.5
	50-54	3634.6	38.7	39.9	30.1	15.6
	55-59	3103.3	38.9	39.7	25.7	12.6
女	20-24	2888.8	50.1	25.1	28.4	17.0
	25-29	3052.6	45.1	27.3	25.0	17.5
	30-34	2861.4	49.3	25.8	24.4	20.7
	35-39	2827.1	43.8	25.4	26.5	21.9
	40-44	2688.2	42.5	26.2	23.7	23.0
	45-49	2838.3	38.3	27.7	20.9	20.6
	50-54	2404.6	32.9	25.4	20.3	14.7
	55-59	2303.6	32.2	24.8	18.9	11.5

表 24 下陆区 20~59 岁成人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄	1 分钟仰卧 起坐	坐位体 前屈	闭眼单 脚站	选择反 应时	背力
	（岁）	（次）	（厘米）	（秒）	（秒）	（千克）
男	20-24	30.6	11.0	32.9	0.48	108.7
	25-29	30.3	6.6	40.6	0.48	113.4
	30-34	30.2	5.3	40.1	0.49	117.1
	35-39	27.4	6.5	30.0	0.50	108.8
	40-44	30.2	5.7	27.4	0.49	115.0
	45-49	22.8	2.7	28.8	0.53	110.5
	50-54	21.7	9.0	15.7	0.53	111.3
	55-59	20.1	4.8	25.0	0.55	116.2
女	20-24	27.0	16.7	33.2	0.51	63.5
	25-29	22.8	13.6	52.0	0.51	69.8
	30-34	22.5	12.4	45.0	0.53	62.8
	35-39	24.4	10.3	38.4	0.53	66.4
	40-44	21.4	12.3	32.2	0.53	66.9
	45-49	20.1	9.8	46.4	0.55	75.7
	50-54	17.0	12.2	32.6	0.54	66.9
	55-59	12.8	10.3	25.9	0.59	55.2

（2）下陆区老年人单项体质指标情况

表 25 下陆区 60-79 岁老年人各项体质指标平均数

性别	年龄 （岁）	身高 （厘米）	体重 （千克）	腰围 （厘米）	臀围 （厘米）	体脂率 （百分比）	肺活量 （毫升）
男	60-64	167.4	62.2	84.3	89.8	16.5	3954.0

女	70-74	152.0	59.7	88.4	94.8	35.3	1844.0
---	-------	-------	------	------	------	------	--------

表 26 下陆区 60-79 岁老年人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄 (岁)	2 分钟原地高抬 腿(左腿+右腿) (次)	握力 (千克)	坐位体前 屈(厘米)	闭眼单脚 站(秒)	选择反应 时(秒)	30 秒坐 站(秒)
男	60-64	114.0	34.5	11.3	37.2	0.60	20.0
女	70-74	0.0	17.6	9.1	9.5	0.62	0.0

4. 开发区.铁山区单项体质指标情况

(1) 开发区.铁山区成年人单项体质指标情况

表 27 开发区.铁山区 20~59 岁成人各项体质指标平均数

性别	年龄	身高	体重	腰围	臀围	体脂率
	(岁)	(厘米)	(千克)	(厘米)	(厘米)	(百分比)
男	30-34	177.8	91.6	99.1	99.1	29.8
	35-39	165.1	67.4	89.1	97.5	22.4
	40-44	170.4	73.0	90.6	99.0	24.0
	45-49	170.8	81.8	100.0	102.8	26.2
	50-54	173.9	87.5	103.0	103.4	27.4
	55-59	169.2	70.1	83.4	88.0	23.9
女	25-29	157.9	52.0	76.9	89.6	24.9
	30-34	161.8	78.8	96.8	104.2	36.5
	35-39	160.4	65.9	86.5	99.4	32.0
	40-44	159.1	59.3	83.7	97.1	30.8
	45-49	157.7	60.5	82.5	95.1	30.7
	50-54	157.8	57.9	83.7	94.9	30.1
	55-59	162.8	65.3	89.3	96.8	31.8

表 28 开发区.铁山区 20~59 岁成人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄	肺活量	功率车	握力	纵跳	俯卧撑/跪卧撑
	(岁)	(毫升)	(毫升/千克/秒)	(千克)	(厘米)	(次)
男	30-34	3099.0	34.5	54.6	40.6	40.0
	35-39	3693.3	43.3	40.1	34.2	18.7
	40-44	4111.4	43.6	42.9	33.7	13.0
	45-49	3781.4	37.4	45.2	24.7	11.6
	50-54	4093.3	35.3	45.5	29.7	21.3
	55-59	3562.0	6.8	40.4	4.1	14.0
女	25-29	3042.5	50.1	21.4	29.5	19.5
	30-34	3419.0	38.9	31.2	20.3	9.5
	35-39	2924.9	36.6	26.3	22.5	13.3
	40-44	2963.1	35.8	23.6	17.7	7.7
	45-49	2525.2	38.5	25.1	20.9	9.8

	50-54	2366.7	33.6	25.2	21.8	13.5
	55-59	2219.2	31.6	24.4	19.9	7.8

表 29 开发区.铁山区 20~59 岁成人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄	1 分钟仰卧 起坐	坐位体 前屈	闭眼单 脚站	选择反 应时	背力
	(岁)	(次)	(厘米)	(秒)	(秒)	(千克)
男	30-34	11.0	3.6	20.9	0.52	108.8
	35-39	28.0	-0.1	56.6	0.52	104.7
	40-44	19.6	8.3	24.8	0.46	116.3
	45-49	19.6	0.7	17.2	0.52	108.9
	50-54	24.3	4.4	25.9	0.55	109.1
	55-59	17.0	-1.1	20.1	0.54	124.8
女	25-29	30.0	-1.7	65.6	0.45	63.5
	30-34	17.5	10.0	12.2	0.51	67.0
	35-39	17.9	10.8	32.2	0.52	73.7
	40-44	15.1	13.4	21.7	0.55	59.5
	45-49	17.0	7.1	36.3	0.57	67.8
	50-54	14.0	8.0	19.7	0.56	65.5
	55-59	8.8	13.0	23.0	0.55	58.4

（2）开发区.铁山区老年人单项体质指标情况

表 30 开发区.铁山区 60-79 岁老年人各项体质指标平均数

性别	年龄 (岁)	身高 (厘米)	体重 (千克)	腰围 (厘米)	臀围 (厘米)	体脂率 (百分比)	肺活量 (毫升)
男	60-64	168.1	71.0	93.8	101.7	25.9	3098.0
	65-69	167.0	69.2	90.0	95.5	23.6	3150.3
女	60-64	157.0	57.5	82.6	93.8	31.6	2220.4
	65-69	156.2	65.6	92.5	96.7	35.7	2207.0
	70-74	154.4	54.2	81.4	91.3	30.1	2252.0

表 31 开发区.铁山区 60-79 岁老年人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄 (岁)	2 分钟原地高抬 腿（左腿+右腿 次）	握力 (千克)	坐位体前 屈（厘米）	闭眼单脚 站（秒）	选择反应 时（秒）	30 秒坐 站（秒）
男	60-64	0.0	47.0	13.2	16.2	0.43	0.0
	65-69	84.7	36.6	1.8	6.3	0.60	4.0
女	60-64	119.1	25.7	10.5	33.1	0.51	11.4
	65-69	26.7	25.9	9.9	10.8	0.64	2.1
	70-74	64.7	23.7	11.8	6.7	0.63	5.0

5.大冶市单项体质指标情况

(1) 大冶市幼儿单项体质指标情况

表 32 大冶市 3~6 岁幼儿各项体质指标平均数

性别	年龄	身高	坐高	体重	胸围	静态心率	体脂率
	(岁)	(厘米)	(厘米)	(千克)	(厘米)	(次/分)	(百分比)
男	3	100.3	57.4	15.0	49.7	103.5	14.2
	4	105.6	59.7	16.6	50.5	97.6	13.2
	5	123.4	73.6	18.3	53.1	96.1	12.0
	6	119.7	66.6	21.4	54.7	98.7	14.0
女	3	99.4	57.0	14.6	50.3	101.1	18.7
	4	104.5	59.1	15.9	50.1	100.1	16.4
	5	111.7	62.8	18.0	53.3	97.1	16.5
	6	117.4	65.8	19.6	53.9	98.8	15.4

表 33 大冶市 3~6 岁幼儿各项体质指标平均数

性别	年龄	握力	立定跳远	坐位体前屈	双脚连续跳	15 米障碍跑	平衡木
	(岁)	(千克)	(厘米)	(厘米)	(秒)	(秒)	(秒)
男	3	4.5	46.8	11.8	7.6	9.2	7.9
	4	5.6	64.1	12.1	6.7	7.9	8.4
	5	7.1	89.3	11.8	6.2	7.1	6.2
	6	8.8	101.6	9.3	5.4	6.6	6.9
女	3	4.0	44.9	13.4	7.9	9.7	7.5
	4	5.2	61.9	13.4	7.1	8.1	8.3
	5	5.6	78.5	13.6	6.6	7.5	6.8
	6	7.3	87.8	11.9	5.6	7.0	6.8

(2) 大冶市成年人单项体质指标情况

表 34 大冶市 20~59 岁成人各项体质指标平均数

性别	年龄	身高	体重	腰围	臀围	体脂率
	(岁)	(厘米)	(千克)	(厘米)	(厘米)	(百分比)
男	20-24	173.1	69.3	87.2	87.4	20.8
	25-29	174.3	74.9	88.9	89.2	21.4
	30-34	171.7	70.7	87.4	87.7	20.6
	35-39	169.0	72.1	89.5	89.5	21.8
	40-44	170.8	73.2	88.7	88.6	22.1
	45-49	168.3	74.2	91.9	91.6	24.0
	50-54	168.8	70.3	88.5	88.4	20.9
	55-59	166.8	65.5	85.4	85.3	19.1
女	20-24	162.7	58.0	78.1	79.0	24.3
	25-29	159.9	55.8	77.1	79.1	25.2
	30-34	158.1	58.8	79.3	82.2	27.2
	35-39	157.7	59.1	79.0	79.0	27.6

	40-44	159.2	58.2	77.4	78.4	27.6
	45-49	159.3	60.7	80.2	80.3	29.8
	50-54	157.7	58.7	81.5	81.4	29.0
	55-59	155.7	57.9	84.1	84.4	29.2

表 35 大冶市 20~59 岁成人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄	肺活量	功率车	握力	纵跳	俯卧撑/跪卧撑
	（岁）	（毫升）	（毫升/千克/秒）	（千克）	（厘米）	（次）
男	20-24	3471.3	47.1	39.5	34.0	28.0
	25-29	3666.2	43.9	43.9	36.0	22.1
	30-34	3709.7	47.7	41.6	35.1	24.9
	35-39	3378.8	41.1	42.5	30.5	25.5
	40-44	3363.2	40.0	42.3	30.1	23.8
	45-49	3093.5	39.0	39.1	28.5	24.5
	50-54	3107.9	39.9	41.4	26.1	20.4
	55-59	3039.1	39.5	39.3	24.6	19.0
女	20-24	2811.2	50.4	27.7	25.0	24.5
	25-29	2757.5	51.6	28.6	22.8	24.1
	30-34	2726.0	50.3	29.4	21.4	23.5
	35-39	2526.4	42.9	26.7	21.9	25.4
	40-44	2551.1	44.4	29.2	24.0	25.3
	45-49	2416.5	39.2	28.4	20.5	21.4
	50-54	2267.3	35.0	26.6	18.0	20.0
	55-59	2050.9	34.0	24.9	17.0	15.7

表 36 大冶市 20~59 岁成人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄	1 分钟仰卧 起坐	坐位体 前屈	闭眼单 脚站	选择反 应时	背力
	（岁）	（次）	（厘米）	（秒）	（秒）	（千克）
男	20-24	28.3	14.1	28.8	0.53	103.7
	25-29	26.2	16.6	26.7	0.55	112.1
	30-34	27.6	17.9	27.8	0.55	109.2
	35-39	24.5	16.2	26.5	0.58	111.9
	40-44	23.9	14.8	31.0	0.56	112.4
	45-49	22.8	13.1	22.1	0.57	107.1
	50-54	21.6	14.5	23.5	0.59	110.5
	55-59	19.9	11.6	19.6	0.66	113.0
女	20-24	23.9	15.7	26.9	0.59	66.6
	25-29	23.2	17.0	30.9	0.58	65.6
	30-34	21.6	15.1	26.7	0.60	62.9
	35-39	22.4	15.3	26.8	0.59	61.5
	40-44	20.7	16.3	28.3	0.59	65.7
	45-49	20.3	14.8	19.8	0.65	59.1

	50-54	17.9	15.4	18.5	0.66	60.0
	55-59	15.0	14.7	17.9	0.69	59.6

(3) 大冶市老年人单项体质指标情况

表 37 大冶市 60-79 岁老年人各项体质指标平均数

性别	年龄 (岁)	身高 (厘米)	体重 (千克)	腰围 (厘米)	臀围 (厘米)	体脂率 (百分比)	肺活量 (毫升)
男	60-64	166.1	67.2	90.3	90.5	19.6	2580.3
	65-69	164.8	63.0	86.7	87.0	18.9	2422.2
女	60-64	154.5	60.1	86.6	86.7	30.6	1576.3
	65-69	152.7	53.9	82.3	82.2	28.0	1699.8
	70-74	150.8	51.6	81.6	81.8	26.5	1652.0

表 38 大冶市 60-79 岁老年人各项体质指标平均数 (续)

性别	年龄 (岁)	2 分钟原地高抬 腿 (左腿+右腿 次)	握力 (千克)	坐位体前 屈 (厘米)	闭眼单脚 站 (秒)	选择反应 时 (秒)	30 秒坐 站 (秒)
男	60-64	81.3	36.5	7.7	12.2	0.69	9.4
	65-69	71.3	33.3	7.5	11.8	0.72	9.5
女	60-64	76.4	21.1	11.8	11.9	0.78	9.0
	65-69	74.0	21.6	13.0	11.4	0.75	8.6
	70-74	78.0	19.2	16.4	12.2	0.87	10.0

6. 阳新县单项体质指标情况

(1) 阳新县幼儿单项体质指标情况

表 39 阳新县 3~6 岁幼儿各项体质指标平均数

性别	年龄 (岁)	身高 (厘米)	坐高 (厘米)	体重 (千克)	胸围 (厘米)	静态心率 (次/分)	体脂率 (百分比)
男	3	99.5	55.7	15.0	51.5	107.8	14.5
	4	105.3	58.0	17.3	52.4	97.2	14.6
	5	111.7	63.3	18.2	51.7	91.2	12.6
	6	112.4	61.4	17.2	52.3	87.6	9.4
女	3	99.6	56.0	14.8	49.8	105.9	18.9
	4	101.9	56.7	14.6	49.5	104.3	15.0
	5	109.5	61.7	16.6	49.9	97.8	13.9
	6	111.4	62.6	17.7	52.1	95.3	13.1

表 40 阳新县 3~6 岁幼儿各项体质指标平均数

性别	年龄 (岁)	握力 (千克)	立定跳远 (厘米)	坐位体前屈 (厘米)	双脚连续跳 (秒)	15 米障碍跑 (秒)	平衡木 (秒)
男	3	3.2	70.3	7.5	13.8	11.0	15.1
	4	4.3	75.5	7.5	15.2	9.7	10.7

	5	6.6	92.2	9.9	7.5	8.1	8.3
	6	6.5	98.6	7.8	6.2	8.0	5.7
女	3	2.9	59.9	6.4	23.1	10.4	12.4
	4	4.0	66.4	7.5	12.0	9.5	10.9
	5	6.4	88.1	6.6	7.7	8.2	7.2
	6	5.9	93.3	10.2	6.6	8.2	7.1

(2) 阳新县成年人单项体质指标情况

表 41 阳新县 20~59 岁成人各项体质指标平均数

性别	年龄	身高	体重	腰围	臀围	体脂率
	(岁)	(厘米)	(千克)	(厘米)	(厘米)	(百分比)
男	20-24	169.3	68.8	80.7	95.4	19.4
	25-29	166.4	64.1	75.1	91.6	18.1
	30-34	170.4	71.8	86.4	94.5	22.8
	35-39	168.0	69.2	85.8	93.2	22.0
	40-44	163.5	67.5	85.9	94.6	21.2
	45-49	166.4	66.6	84.1	93.3	19.8
	50-54	166.5	71.3	90.1	94.3	22.3
	55-59	162.2	59.7	80.8	89.5	17.3
女	20-24	157.3	54.2	68.5	89.0	24.5
	25-29	158.0	57.3	71.1	90.5	27.4
	30-34	156.6	57.3	75.5	91.3	28.7
	35-39	154.4	55.4	75.0	91.3	27.4
	40-44	159.1	58.1	76.2	89.7	28.1
	45-49	153.5	59.9	82.1	94.4	31.2
	50-54	153.4	55.7	76.8	88.2	28.5
	55-59	155.7	58.6	79.9	92.7	29.8

表 42 阳新县 20~59 岁成人各项体质指标平均数 (续)

性别	年龄	肺活量	功率车	握力	纵跳	俯卧撑/跪卧撑
	(岁)	(毫升)	(毫升/千克/秒)	(千克)	(厘米)	(次)
男	20-24	3708.1	58.2	39.9	34.6	17.6
	25-29	3491.0	58.7	39.3	37.2	42.9
	30-34	3760.3	44.0	42.4	32.4	23.6
	35-39	3278.2	46.4	42.2	31.3	21.4
	40-44	3266.3	48.2	42.6	26.9	15.9
	45-49	3304.9	45.1	42.9	28.6	22.6
	50-54	2875.3	38.6	41.2	25.1	13.7
	55-59	2945.6	51.0	36.2	18.1	14.5
女	20-24	2311.6	54.1	23.0	20.8	15.0
	25-29	2593.2	50.0	24.9	26.1	18.3
	30-34	2694.4	52.6	26.9	18.3	19.1
	35-39	2218.8	46.9	27.3	17.2	20.5

	40-44	2665.8	48.2	26.2	15.1	6.8
	45-49	1840.1	43.1	29.9	15.7	17.8
	50-54	1777.8	40.0	24.3	14.5	15.3
	55-59	1989.8	35.6	26.2	13.3	14.1

表 43 阳新县 20~59 岁成人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄	1 分钟仰卧 起坐	坐位体 前屈	闭眼单 脚站	选择反 应时	背力
	（岁）	（次）	（厘米）	（秒）	（秒）	（千克）
男	20-24	24.9	5.1	30.4	0.53	102.4
	25-29	27.7	4.9	59.4	0.50	113.3
	30-34	24.3	0.0	24.4	0.58	113.3
	35-39	20.5	1.8	32.4	0.65	111.1
	40-44	22.4	4.0	25.2	0.65	110.6
	45-49	22.5	4.0	45.3	0.65	109.6
	50-54	17.1	4.1	30.4	0.75	103.0
	55-59	14.7	1.6	27.0	0.71	93.7
女	20-24	17.2	13.5	50.7	0.62	60.2
	25-29	21.2	8.5	60.3	0.63	65.9
	30-34	12.3	5.7	38.2	0.67	57.6
	35-39	13.5	7.3	30.1	0.69	63.7
	40-44	10.8	0.8	45.0	0.84	73.3
	45-49	8.4	10.1	30.9	0.72	65.5
	50-54	7.8	8.2	28.3	0.70	63.1
	55-59	4.9	8.0	23.5	0.86	59.3

（3）阳新县老年人单项体质指标情况

表 44 阳新县 60-79 岁老年人各项体质指标平均数

性别	年龄 （岁）	身高 （厘米）	体重 （千克）	腰围 （厘米）	臀围 （厘米）	体脂率 （百分比）	肺活量 （毫升）
男	60-64	162.7	65.4	89.7	93.6	20.2	2739.6
	65-69	160.3	65.9	89.4	91.8	23.1	2041.6
	70-74	162.4	69.8	95.9	96.4	23.4	1843.0
	75-79	161.7	49.8	72.9	83.6	10.0	3068.0
女	60-64	152.9	58.7	84.8	91.9	30.3	1707.9
	65-69	153.4	52.4	79.9	75.1	26.9	1432.9
	70-74	152.4	56.5	84.0	92.4	31.8	1695.0

表 45 阳新县 60-79 岁老年人各项体质指标平均数（续）

性别	年龄 （岁）	2 分钟原地高抬 腿（左腿+右腿 次）	握力 （千克）	坐位体前 屈（厘米）	闭眼单脚 站（秒）	选择反应 时（秒）	30 秒坐 站（秒）
男	60-64	124.3	37.2	5.2	20.0	0.90	8.4

	65-69	101.4	37.1	-5.9	35.1	0.72	10.6
	70-74	0.0	33.7	-16.6	42.7	0.60	11.0
	75-79	0.0	30.4	10.2	17.7	0.75	13.0
女	60-64	95.2	24.9	4.6	27.4	0.92	10.8
	65-69	59.1	22.9	3.1	19.7	1.07	8.3
	70-74	0.0	21.3	13.5	23.5	0.68	8.0

（二）黄石市各县市区部分单项核心体质指标达标率

1.各县市区幼儿（3-6岁）部分核心单项指标达标情况

在幼儿（3-6岁）身体形态指标方面，四个县市区（下陆区、开发区·铁山区未进行3-6岁幼儿样本测试）幼儿体重指数达标率都在95%以上，阳新县达标率最高，达到99.0%，达标率最低的黄石港区为96.7%。西塞山区幼儿身高指数达标率最高，达到83.6%，黄石港区和大冶市依次排在二、三位，分别是79.5%和64.4%，需要引起关注的是阳新县幼儿身高指数达标率只有50%，远低于其他三个县市区。

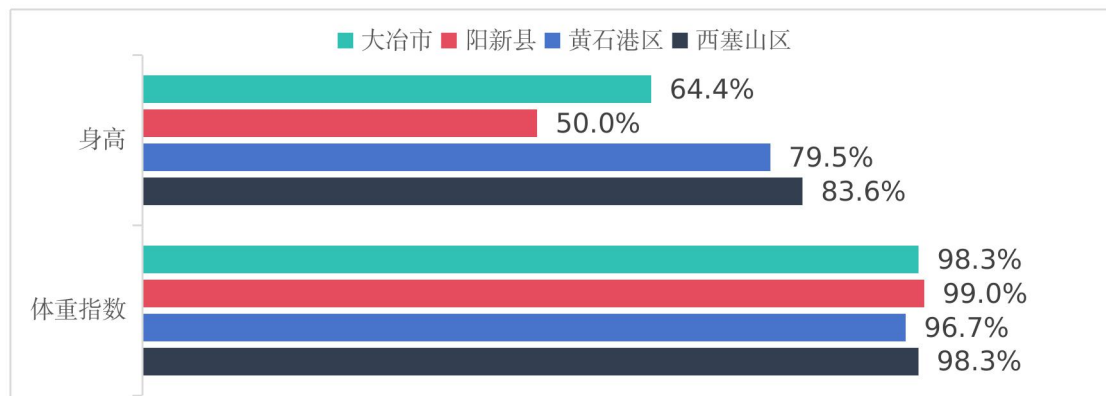


图 11 不同县市区幼儿身体形态核心指标达标率

在幼儿（3-6岁）身体素质指标方面，握力指标黄石港区达标率最高，为86.2%，排二、三位的是大冶市和西塞山区，达标率分别为83.8%和78.4%，达标率最低的是阳新县，为70.6%；立定跳远指标黄石港区达标率最高，为92.9%，排二、三位的是阳新县和西塞山区，达标率分别为80.4%和80.2%，达标率最低的是大冶市，仅为57.0%；坐位体前屈指

标大冶市达标率最高，为 87.6%，排二、三位的是西塞山区和黄石港区，达标率分别为 78.4%和 70.00%，达标率最低的是阳新县，为 60.8%；双脚连续跳指标坐位体前屈指标大冶市达标率最高，为 88.3%，排二、三位的是黄石港区和西塞山区，达标率分别为 81.0%和 65.5%，达标率最低的是阳新县，仅为 50.0%；15 米障碍跑指标黄石港区达标率最高，为 97.1%，排二、三位的是西塞山区和大冶市，达标率分别为 91.4%和 89.5%，达标率最低的是阳新县，为 66.7%；平衡木指标大冶市达标率最高，为 91.9%，排二、三位的是黄石港区和阳新县，达标率分别为 85.7%和 78.4%，达标率最低的是西塞山区，为 68.1%。

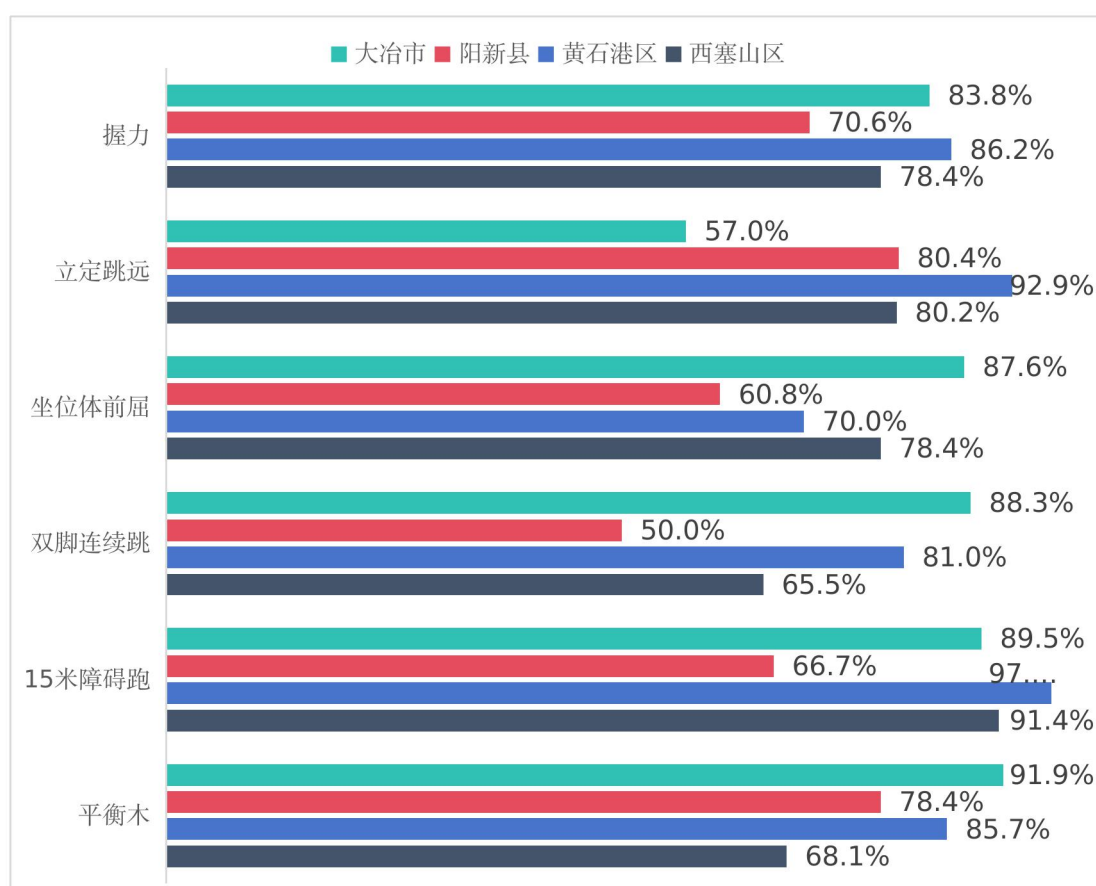


图 12 不同县市区幼儿身体素质核心指标达标率

2.各县市区成人（20-59岁）单项核心指标达标情况

在成年人身体形态指标方面，六个县市区体重指数达标率最高的是黄石港区，为93.2%，排在2-5位的依次是阳新县、西塞山区、下陆区和大冶市，达标率分别为92.0%、91.2%、89.1%和87.7%，排在末位的是开发区.铁山区，达标率为85.3%；体脂率达标率最高的是大冶市，为99.6%，排在2-5位的依次是黄石港区、西塞山区、阳新县和下陆区，达标率分别为94.8%、94.1%、94.0%和92.8%，排在末位的是开发区.铁山区，达标率为89.5%。

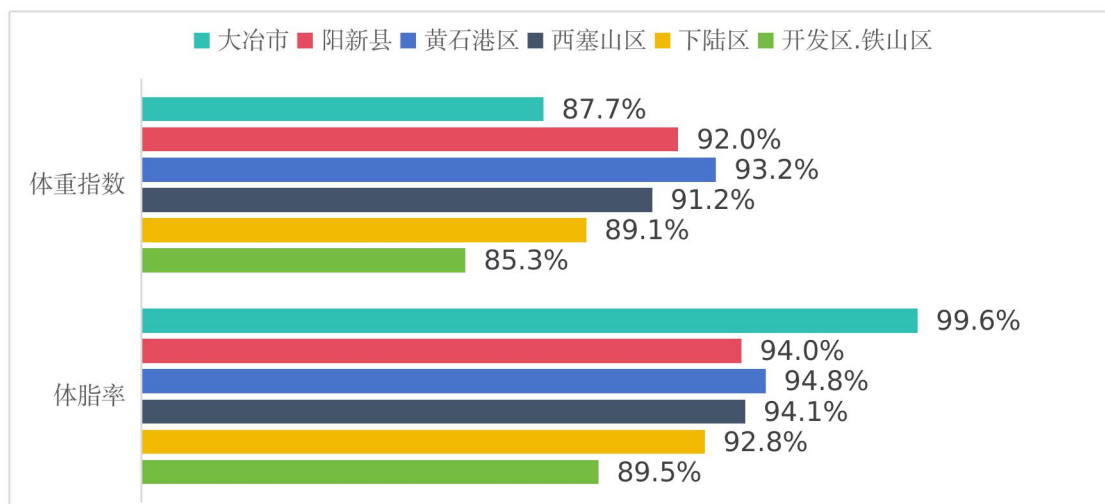


图 13 不同县市区成人身体形态核心指标达标率

在成年人身体机能指标方面，六个县市区肺活量达标率最高的是大冶市，为96.8%，排在2-5位的依次是开发区.铁山区、下陆区、黄石港区和西塞山区，达标率分别为95.8%、95.2%、82.2%和73.5%，排在末位的是阳新县，达标率为62.0%；功率车指标达标率最高的是下陆区，为98.7%，排在2-5位的依次是黄石港区、阳新县、西塞山区和开发区.铁山区，达标率分别为98.4%、98.0%、94.1%和93.3%，排在末位的是大冶市，达标率为93.1%。

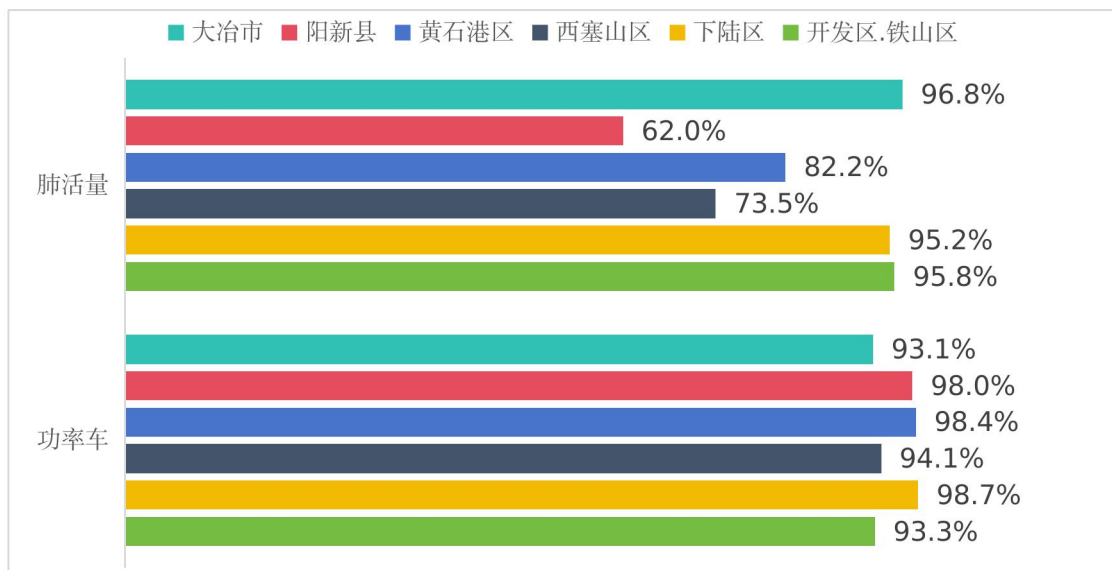


图 14 不同县市区成人身体机能核心指标达标率

在成年人身体素质指标方面，六个县市区握力指标达标率最高的是阳新县，为 82.0%，排在 2-5 位的依次是大冶市、黄石港区、开发区.铁山区和下陆区，达标率分别为 73.9%、72.3%、71.6%和 69.0%，排在末位的是西塞山区，达标率为 67.6%；纵跳指标达标率最高的是下陆区，为 91.2%，排在 2-5 位的依次是西塞山区、黄石港区、开发区.铁山区和大冶市，达标率分别为 88.9%、87.4%、73.3%和 70.4%，排在末位的是阳新县，达标率仅为 37.0%；俯卧撑/跪卧撑指标达标率最高的是大冶市，为 91.3%，排在 2-5 位的依次是下陆区、西塞山区、阳新县和黄石港区，达标率分别为 77.2%、73.5%、67.0%和 63.4%，排在末位的是开发区.铁山区，达标率为 55.8%；1 分钟仰卧起坐指标达标率最高的是大冶市，为 93.8%，排在 2-5 位的依次是下陆区、黄石港区、西塞山区和开发区.铁山区，达标率分别为 90.5%、84.3%、82.4%和 78.9%，排在末位的是阳新县，达标率为 50.0%；坐位体前屈指标达标率最高的是大冶市，为 96.6%，排在 2-5 位的依次是下陆区、阳新

县、西塞山区和黄石港区，达标率分别为 82.4%、79.0%、76.5% 和 76.4%，排在末位的是开发区.铁山区，达标率为 70.5%；闭眼单腿站指标达标率最高的是阳新县为 95.0%，排在 2-5 位的依次是大冶市、开发区.铁山区、下陆区和黄石港区，达标率分别为 93.7%、84.2%、81.6%和 73.3%，排在末位的是西塞山区，达标率为 41.2%；选择反应时指标达标率最高的是开发区.铁山区，为 97.9%，排在 2-5 位的依次是下陆区、黄石港区、大冶市和西塞山区，达标率分别为 97.8%、81.7%、80.0%和 70.6%，排在末位的是阳新县，达标率为 53.0%；

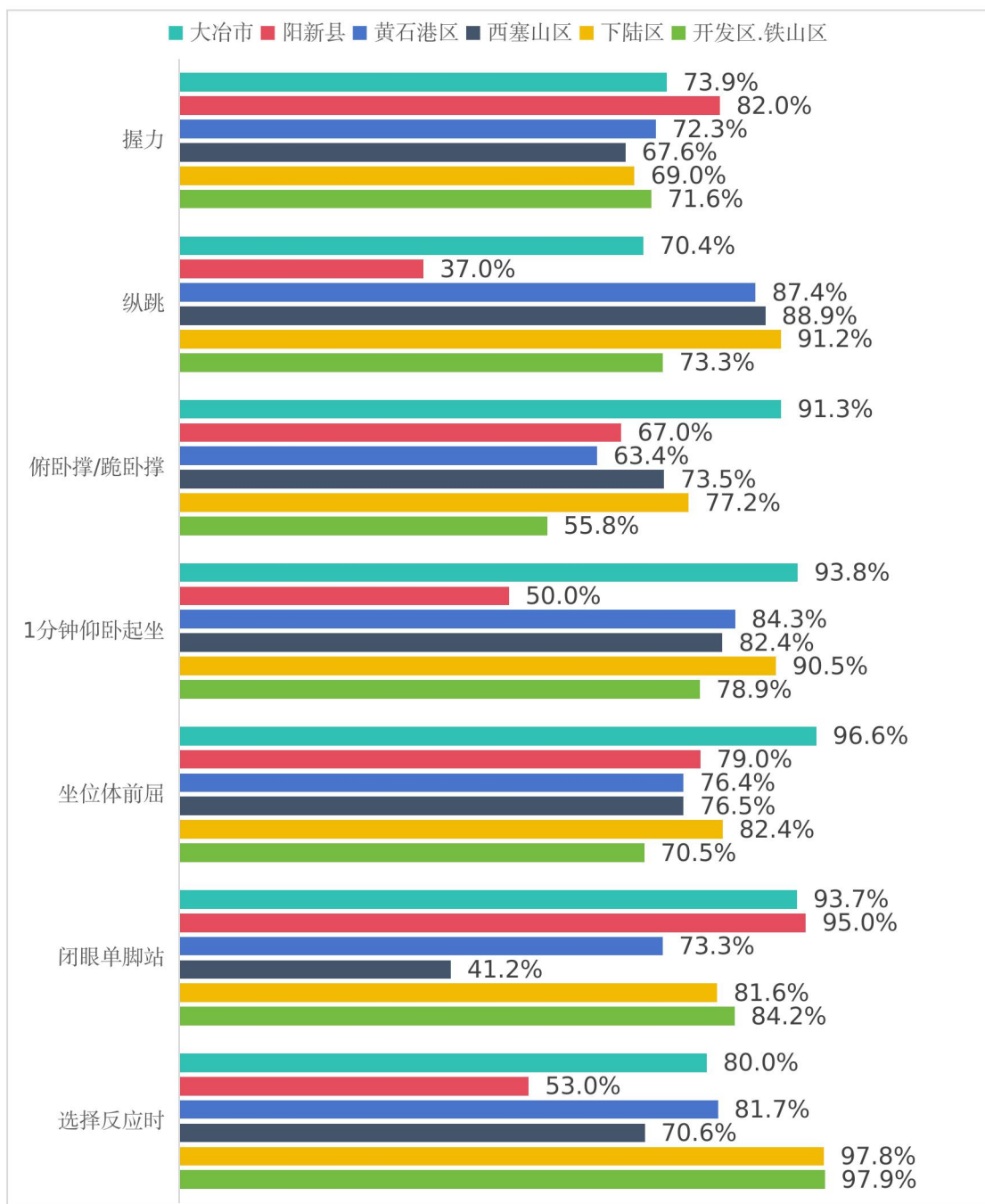


图 15 不同县市区成人身体素质核心指标达标率

3.各县市区老年人（60-79 岁）单项核心指标达标情况

在老年人身体形态和身体机能指标方面，六个县市区体重指数达标率最高的是下陆区，为 100%，排在 2-5 位的依次是黄石港区、大冶市、开发区.铁山区和阳新县，达标率分别为 89.9%、89.2%、87.0%和 86.8%，排在末位的是西塞山区，

达标率为 83.3%；体脂率达标率最高的是下陆区，为 100%，排在 2-5 位的依次是大冶市、开发区.铁山区、黄石港区 and 西塞山区，达标率分别为 99.0%、91.3%、90.9%和 90.7%，排在末位的是阳新县，达标率为 86.8%；肺活量达标率最高的是下陆区，为 100%，排在 2-5 位的依次是开发区.铁山区、西塞山区、黄石港区和 大冶市，达标率分别为 95.7%、88.0%、85.9%和 73.8%，排在末位的是阳新县，达标率为 64.2%。

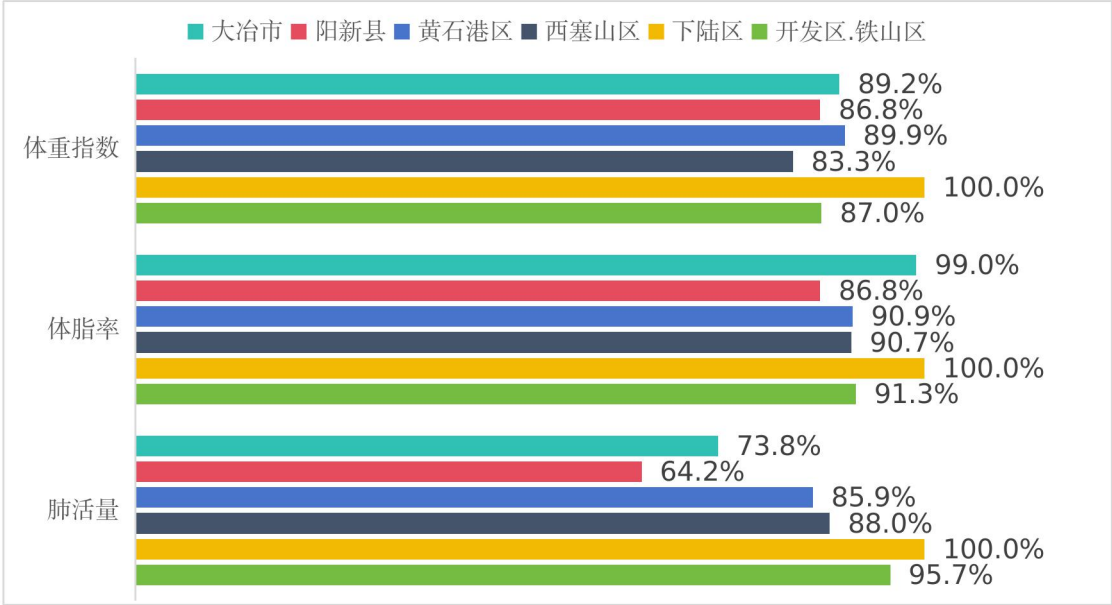


图 16 不同县市区老年人身体形态和身体机能核心指标达标率

在老年人身体素质指标方面，六个县市区握力指标达标率最高的是阳新县，为 90.6%，排在 2-5 位的依次是西塞山区、黄石港区、开发区.铁山区和大冶市，达标率分别为 83.3%、75.8%、69.6%和 64.6%，排在末位的是下陆区，达标率为 50.0%；坐位体前屈指标达标率最高的是下陆区，为 100%，排在 2-5 位的依次是大冶市、黄石港区、开发区.铁山区和阳新县，达标率分别为 87.7%、78.8%、73.9%和 64.2%，排在末位的是西塞山区，达标率仅为 63.9%；闭眼单脚站指标达标率最高的

是下陆区，为 91.3%，排在 2-5 位的依次是阳新县、大冶市、黄石港区和开发区.铁山区，达标率分别为 92.5%、89.7%、78.8%和 73.9%，排在末位的是西塞山区，达标率为 33.3%；选择反应时指标达标率最高的是下陆区，为 100%，排在 2-5 位的依次是开发区.铁山区、黄石港区、大冶市和西塞山区，达标率分别为 91.3%、78.8%、74.4%和 63.9%，排在末位的是阳新县，达标率为 39.6%；30 秒坐站指标达标率最高的是黄石港区，为 90.9%，排在 2-5 位的依次是西塞山区、阳新县、大冶市和下陆区，达标率分别为 90.7%、64.2%、62.6%和 50.0%，排在末位的是开发区.铁山区，达标率为 43.5%。

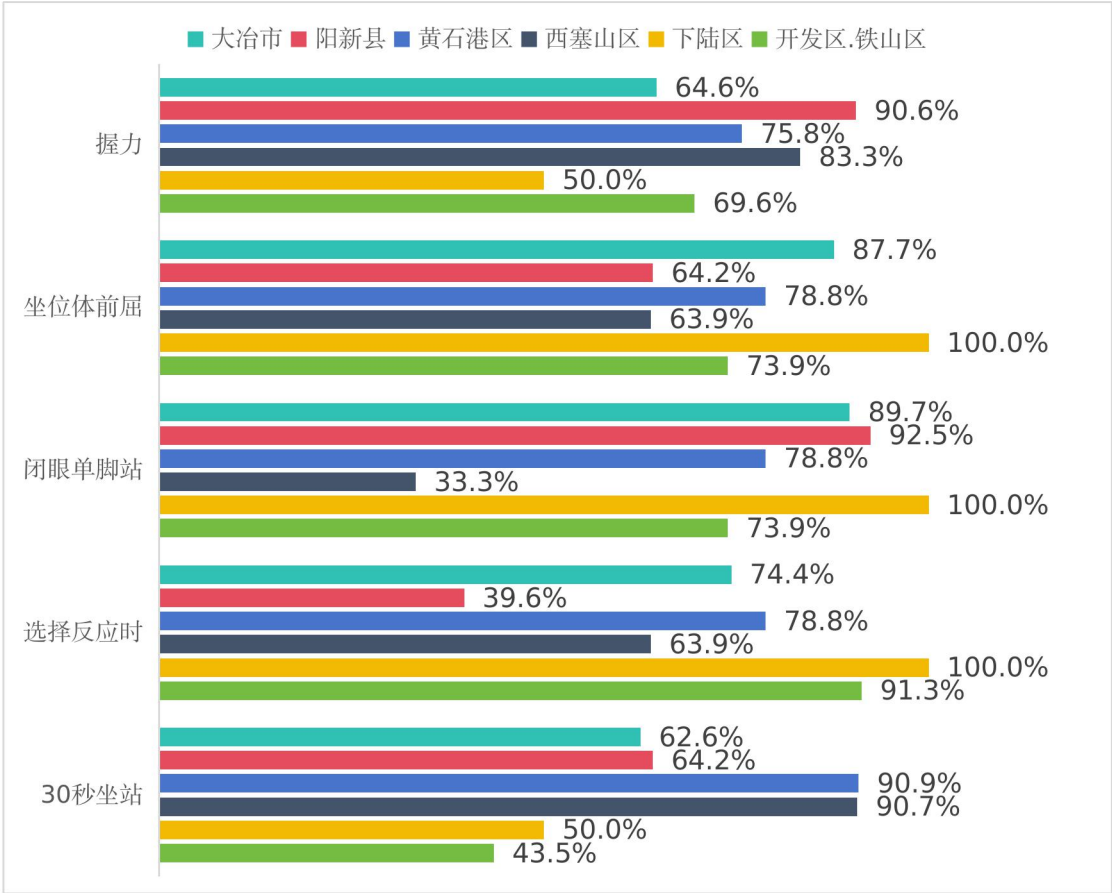


图 17 不同县市区老年人身体素质核心指标达标率

（三）黄石市各县市区国民体质达标率

1.各县市区国民总体体质达标率情况

大冶市抽样样本 1293 人，体质达标 1227 人，体质达标率为 94.9%，其中男性达标率为 96.3% ，女性达标率为 93.7% ；阳新县抽样样本 366 人，体质达标 310 人，体质达标率为 84.7% ， 其中男性达标率为 85.4% ， 女性达标率为 84.1%。黄石港区抽样样本 497 人，体质达标 468 人，体质达标率为 94.2%，其中男性达标率为 96.4%，女性达标率为 92.4%；西塞山区抽样样本 258 人，体质达标 233 人，体质达标率为 90.3%，其中男性达标率为 88.5%，女性达标率为 91.9%；下陆区抽样样本 842 人，体质达标 813 人，体质达标率为 96.6%，其中男性达标率为 95.7%，女性达标率为 97.6%；开发区.铁山区抽样样本 113 人，体质达标 104 人，体质达标率为 92.0%，其中男性达标率为 97.1%，女性达标率为 89.9%。

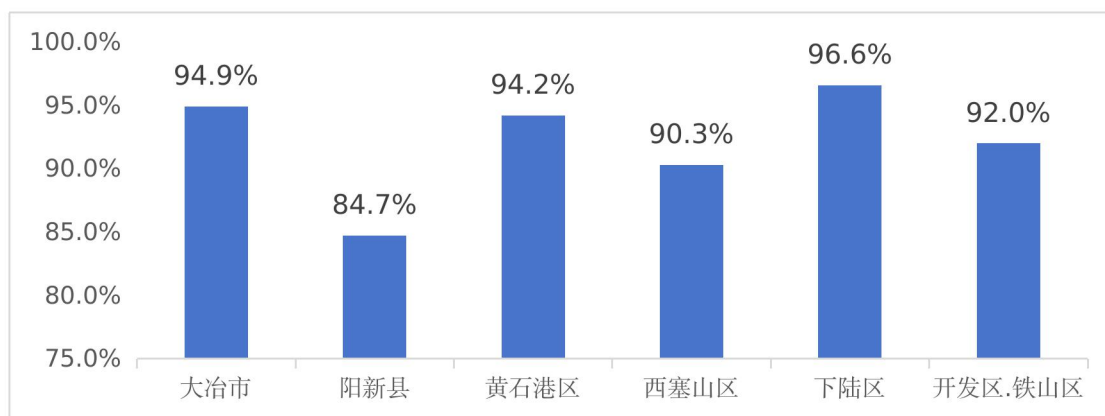


图 18 各县市区总体达标率

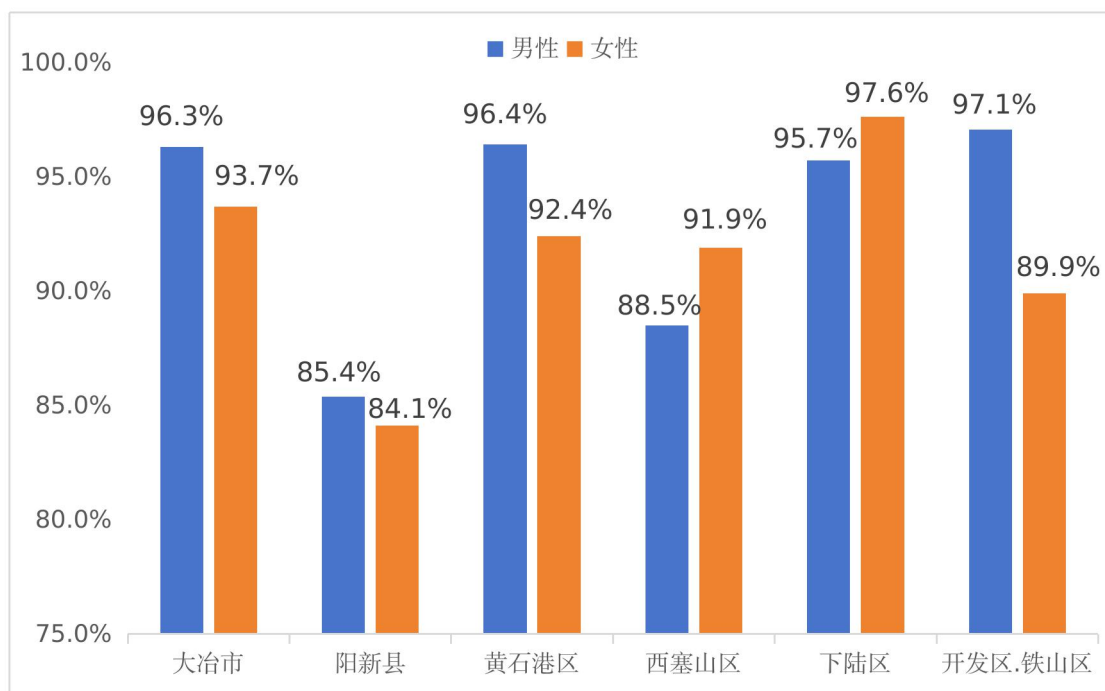


图 19 各县市区不同性别达标率

2.黄石市 20 岁及以上女性体质达标情况

(1) 黄石市 20 岁及以上女性体质总体达标情况

体质达标样本中 20 岁及以上女性人数为 1323 人，其中城市女性 844 人，农村女性 479 人，体质达标总人数 1240 人，总体达标率为 93.7%。20 岁及以上城市女性达标人数 788 人，达标率为 93.4%，合格等级人数 270 人，占比 32.0%，良好等级人数 307 人，占比 36.4%，优秀等级人数 211 人，占比 25.0%；20 岁及以上农村女性达标人数 452 人，达标率为 94.4%，合格等级人数 212 人，占比 44.3%，良好等级人数 163 人，占比 34.0%，优秀等级人数 77 人，占比 16.1%。20 岁及以上农村女性在总达标率和合格等级比例两项指标上都高于同年龄段城市女性，但在良好等级和优秀等级比例上都要低于同年龄段城市女性。

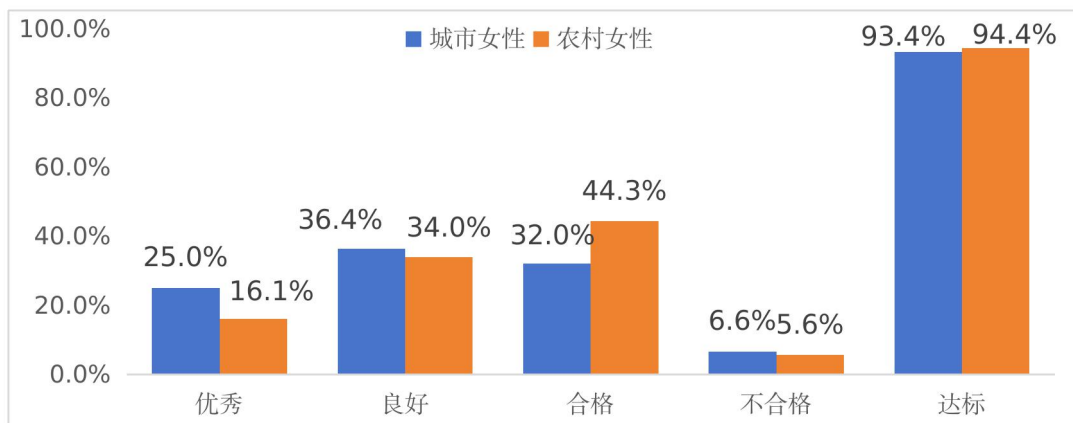


图 20 20 岁及以上城市女性和农村女性体质达标率情况

(2) 黄石市 20 岁及以上各县市区女性体质达标情况

20 岁及以上女性大冶市抽取样本 485 人，达标人数 454 人；阳新县抽取样本 130 人，达标人数 118 人；黄石港区抽取样本 170 人，达标人数 153 人；西塞山区抽取样本 79 人，达标人数 73 人；下陆区抽取样本 380 人，达标人数 371 人；开发区.铁山区抽取样本 79 人，达标人数 71 人。各县市区 20 岁及以上女性达标率最高的是下陆区，达标率为 97.6%；排在第 2-5 位的依次是大冶市、西塞山区、阳新县和黄石港区，达标率依次是 93.6%、92.4%、90.8%和 90.0%，排在末位的是开发区.铁山区，达标率 89.9%。

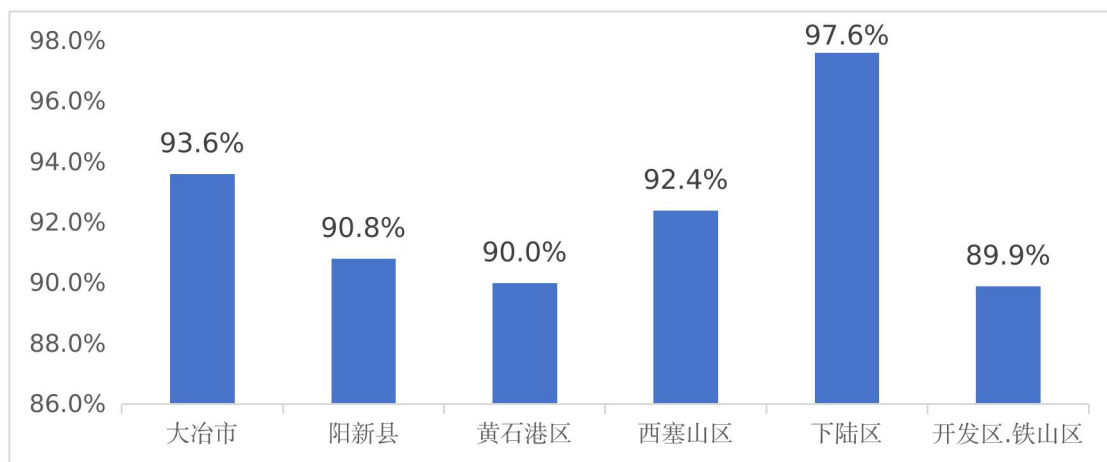


图 21 20 岁及以上各县市区女性体质达标率情况

六、黄石市开展国民体质监测工作的特色和经验

（一）高度重视，明确责任

黄石市高度重视国民体质监测工作，专门召开国民体质监测工作启动会，成立领导组织机构，制定具体工作方案。分管领导亲自抓工作的落实和协调，并按要求组建黄石市国民体质监测工作队，指定专人负责。强化责任，明确各县（市、区）体育主管部门指标数和职责范围，纳入各级体育主管部门日常工作清单和考核体系；压实任务，绩效激励，明确国民体质监测工作队工作流程、目标责任，并对工作进行绩效考核。领导高度重视，各部门积极配合，我市率先在全省圆满完成了 2023 年国民体质监测工作。

（二）结合实际，强化结果运用

把黄石市国民体质监测工作与创建全国文明城市和国家卫生城市复审工作实际结合起来，实施过程和体质达标率纳入各县（市、区）全国文明城市和卫生城市创建、复审工作考核体系，强化了过程和结果的运用，让各相关部门主动担当，认真负责组织测试工作，群众对公共体育服务满意度逐步提高。

七、下一步推进黄石市国民体质监测体系建设的基本思路

（一）广泛宣传，压实责任，推进《标准》施行

2023 年 8 月，国家国民体质监测中心正式发布了《国民体质测定标准（2023 年修订）》，这是《标准》自 2003 年

来的第一次修订，在 2023 年首次根据新《标准》进行国民体质数据采集的基础上，下一步将继续开展大范围的《新标准》培训和研讨，广泛宣传、广而告之，提供群众对此项公共体育服务的知晓率、参与率。

进一步明确黄石市各级体育行政部门主体责任，要求将《标准》的施行和国民体质监测工作纳入日常工作清单和目标考核体系，负责统筹各自行政范围内《标准》的施行和监测数据的采集工作。同时，与卫健、农业、民宗、工会、共青团、妇联等部门联动，将《标准》的施行纳入工作任务目标体系，推动各单位在各自的职责范围内协助施行《标准》工作。

（二）优化布局测试站，构建国民体质健康测试、数据采集测试体系

根据黄石市行政区体系，遴选具有测试场地和医疗卫生便利条件的社区、企事业单位和学校，共同建立体质监测站（健康中心），完成行政区全覆盖的国民体质健康测试、数据采集站点体系建设工作，方便居民就近进行体质测试。

（三）加强人员培训，扩大黄石市国民体质测试人员队伍

黄石市国民体质监测站点体系建设完成后，定期开展体质测试工作人员培训，扩大黄石市国民体质测试工作人员队伍，提高测试精准性、科学性。

（四）加强资源合作，建立国民体质测试数据采集、整理和分析等信息收集合作机制

加强与在黄高校合作，发挥高校体育科研优势，对黄石市国民体质测试数据进行深层次分析，为黄石市全民健身实施方法、路径等科学决策提供理论依据，助力《“健康中国2030”规划纲要》和体育强国更好更快实现。

2023 年 12 月 31 日