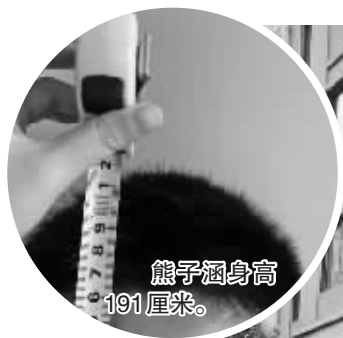


小学男生身高191厘米

他是个爱打篮球的“小暖男”

4月1日,余姚市姚北实验学校鲍老师向记者“爆料”,称学校有“一颗春笋”:一名小学六年级的男生,身高达到191厘米,成了校园里的“第一身高”。

□现代金报 | 甬派
记者 万建刚 通讯员 黄莹



熊子涵身高
191厘米。

余姚市姚北实验学校

2022学年与2023学年六年级学生身高对比

2022学年第一学期	男平均身高	149.9
2022学年第一学期	女平均身高	150.5
2022学年第一学期	总平均	150.2
2023学年第一学期	男平均身高	152.7
2023学年第一学期	女平均身高	153.3
2023学年第一学期	总平均	153

(单位:厘米)

A “医生说一米八有点难,没想到飙到一米九”

小男孩叫熊子涵,就读余姚市姚北实验学校小学部601班,出生于2011年10月,目前身高191厘米,体重90kg。

“我自己身高176厘米,孩子妈妈身高168厘米,家族里没有身高特别高的人。”熊爸爸告诉记者,小熊是家中独子,从小就比同龄人高,这两年更是像“春笋一样”,几乎以肉眼可见的速度往上长。

小熊三年级时曾看过生长发育科,也拍过骨龄。“当时

骨龄超了两年,医生说长到1.8米有点困难。我们觉得1.8米够了,之后就没有干预过,没想到他直接飙到1.9米以上。”熊爸爸告诉记者,小熊作息比较规律,一般晚上10点休息,早上6:40左右起床。睡眠质量也很好,一躺下没几分钟就能睡着,一觉睡到大天亮。“他什么都吃,尤其喜欢肉类,各种肉都爱吃。平时也没特别锻炼,有个小爱好就是打篮球。”



爱打篮球的熊子涵。

B 他是班主任心中的“小暖男”

熊子涵的班主任鲍老师教书15年了,她告诉记者:“六年级的学生长到170厘米比较常见,但长到191厘米我也是第一次碰到。”

鲍老师说,小熊是个善良、仗义的孩子,乐于帮助同学。“平时班里的后勤工作他都会主动承担,拔河比赛的时候,他每次都是班级里的‘主力军’。”

在鲍老师心中,熊子涵还是

个“小暖男”。他家住学校附近,现在都是自己上下学,不需要家长接送。“今年三八节,他们小区物业在送鲜花,子涵一大早拿了一朵鲜花送给我。我们只收学生做的卡片,但他的那一朵花我当天破例收下了。”

周子墨同学经常和熊子涵玩在一起,说起这位高高的好哥们,周子墨告诉记者:“每次擦黑板,我

够不到他都会主动过来帮我。下雨天会帮我撑伞,因为我们身高差挺多的,每次为了不让我淋雨,他的另一边肩膀都是淋湿的。”

当被问及长这么高,有没有啥尴尬事时,小熊吐槽:“曾在路上被低年级的小朋友叫叔叔,感觉有点滑稽。”“别的倒也没啥,就是衣服比较难买,比如校服就要定制。”熊妈妈说。

C 六年级孩子平均身高1.5米多

“现在的孩子吃得好,都长得高。”这是很多家长讨论孩子身高时,说得比较多的一句话。那目前小学六年级的孩子,身高又是怎样一个水平?

姚北实验学校教导主任徐耀固告诉记者,学校每年都会有体质健康检测,一般安排在12月份。从去年的数据(见上表)来看,变化还是挺大的。

“2023年,我们六年级男生

的平均身高是152.7厘米,女生是153.3厘米,相比前几年,有了明显的提高。”徐耀固说,之前4年的数据分别是151厘米、151.1厘米、150.8厘米、149.9厘米,而女生的这一数据分别是152厘米、151.5厘米、153.7厘米、150.2厘米。

“孩子长高,原因肯定是多样的。就学校层面而言,我觉得和学校重视体育是分不开的。”

徐耀固说,除了每周正常的3节体育课外,学校保证学生每天在校有一小时的体育活动时间,如上午的大课间、下午的阳光体育活动、冬天的晨跑等。

此外,学校还充分利用现有场地,连廊、楼间、操场、篮球场、乒乓球桌等,设立了多样的活动形式,如跳绳、踢毽子等,为学生的身心健康发展保驾护航。



熊子涵一家三回的身高。

●新闻多一点

影响身高的因素有很多

春季(每年3月—5月)是儿童身高长得最快的季节,其生长速度是秋季(9月—11月)的2至2.5倍,所以春天被称为儿童发育的黄金期。宁波市李惠利医院儿科主任施红波有几点要提醒广大家长:

每个孩子“蹿个”的季节不同

“影响身高的因素有很多,包括遗传、营养、睡眠、运动、饮食等多方面,需要长期关注。”施红波说,家长们不能只在春天猛抓身高,每个孩子有个体差异,“蹿个”的季节也各有不同。

施红波曾在门诊中遇到这样一个病例:晓涵(化名)幼儿园时期的身高一直处于中位,等上了一年级以后,位子越坐越前面,成了班级里最矮的同学之一。原来,晓涵做事拖拉,每天作业都要做到深夜,而且入睡困难。

“睡眠好坏会直接影响孩子身高发育,因为生长激素的分泌主要在夜间,如果孩子晚上睡眠时间短,睡得不踏实,长时间下来就会导致发育迟缓。”施红波说。

想长高 运动的时间和强度是重点

“每天跳绳2000下有用吗?”“我们家孩子在打篮球,会长高吗?”很多家长都会将孩子长高寄托于某种运动方式上,施红波认为,不管是跳绳还是打球,重点不在于运动方式,而是运动时长和强度。“坚持运动肯定是有好处的,至少能够增强抵抗力。但想达到长高的目的,达到中等强度的有氧运动每天要持续在30—40分钟,日积月累才能见效。”

关注身高 不能只看几个月的变化

施红波强调,一年四季任何时候都是孩子长高的重要时节,切不可忽视。和其他孩子比身高时,要和同年龄段、同性别的孩子比。而且,监测身高不要只看仅仅几个月的数据,要看完整的生长曲线。

“孩子如果一年内长高5—6厘米就已经达到标准。”施红波提醒,希望孩子“青出于蓝而胜于蓝”的心态可以理解,但要结合实际。