

武汉一初三女生过年节食应对体育中考 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/464/2021_2022__E6_AD_A6_E6_B1_89_E4_B8_80_E5_c64_464557.htm 别人过年大鱼大肉，自己却顿顿萝卜青菜。昨日，家住徐东平价旁的李女士为女儿着急：为了即将到来的体育中考，女儿过年都没吃什么东西，只是为了减肥后考个高分。李女士说，女儿在湖大附中读书，三四月份就要参加体育中考了。由于长期坐着，女儿老觉得自己身体有点胖，“其实我看她挺正常的，身高一米六，体重116斤，应该在正常体重范围内。”虽然家人阻止，女儿还是在寒假期间开始减肥：不沾一点荤腥，每天只吃青菜水果。过年走亲访友，看着家人吃好东西，自己只吞口水。十多天后，女儿明显瘦了一圈，脸色也变黄了。她反过来安慰李女士，体育中考考完后立刻补充营养。据了解，我市体育中考中，体重指数是非常重要的评分指标：肺活量、身体形态、握力的成绩都要以体重为参数。在去年的体重考试中，不少考生因为体重偏胖或者偏瘦痛失考分。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com