附件1：

第五次国民体质监测工作方案

（幼儿、成年人、老年人部分）

根据《全民健身条例》、《全民健身计划（2016-2020年）》和《国民体质监测工作规定》，决定于2019年开展第五次国民体质监测工作。为确保本次监测工作的顺利实施，制定本方案。

一、目的

全面了解掌握我国国民体质现状和变化规律，充实完善国民体质监测系统和数据库，开发应用国民体质与健康监测大数据，配合完成《全民健身计划》实施效果评估和研制，监控推进健康中国建设进程，为提高科学健身指导水平和全民健身公共服务能力、提高全体国民的身体素质和健康水平服务。

二、组织领导

（一）国家体育总局领导协调本次国民体质监测工作，国家国民体质监测中心（国家体育总局体育科学研究所）负责具体组织实施工作。

（二）教育部门负责组织实施儿童青少年（学生）体质监测工作。

（三）各省（区、市）体育局和承担国民体质监测任务的地（市）负责组织实施本地区国民体质监测工作。

（四）金融体协、煤矿体协、前卫体协、中建体协负责组织实施行业典型工种专项监测。

三、监测网络与任务

沿用2000年（第一次）国民体质监测工作中建立的监测网络开展本次国民体质监测工作。原则上不改变各地原有的监测网点（见表1），若个别原乡村抽样点现变为城镇，仍视为乡村抽样点，如需改变须上报国家国民体质监测中心批准方可执行。

表1 各省（区、市）抽样地市（区、县）名称

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 代码 | 省（区、市） | 一类地市（区、县） | 二类地市（区、县） | 三类地市（区、县） |
| 11 | 北京 | 海淀、房山 | 朝阳、密云 | 丰台、延庆 |
| 12 | 天津 | 和平、北辰 | 河西、津南 | 南开、静海 |
| 13 | 河北 | 石家庄 | 沧州 | 承德 |
| 14 | 山西 | 太原 | 大同 | 运城 |
| 15 | 内蒙古 | 呼和浩特 | 赤峰 | 巴彦淖尔 |
| 21 | 辽宁 | 沈阳 | 丹东 | 朝阳 |
| 22 | 吉林 | 长春 | 吉林 | 延边 |
| 23 | 黑龙江 | 哈尔滨 | 双鸭山 | 绥化 |
| 31 | 上海 | 徐汇、松江 | 嘉定、浦东 | 杨浦、奉贤 |
| 32 | 江苏 | 南京 | 无锡 | 徐州 |
| 33 | 浙江 | 杭州 | 温州 | 嘉兴 |
| 34 | 安徽 | 合肥 | 阜阳 | 黄山 |
| 35 | 福建 | 福州 | 厦门 | 三明 |
| 36 | 江西 | 南昌 | 上饶 | 赣州 |
| 37 | 山东 | 济南 | 烟台 | 滨州 |
| 41 | 河南 | 郑州 | 三门峡 | 商丘 |
| 42 | 湖北 | 武汉 | 黄冈 | 十堰 |
| 43 | 湖南 | 长沙 | 株洲 | 张家界 |
| 44 | 广东 | 广州 | 湛江 | 韶关 |
| 45 | 广西 | 南宁 | 桂林 | 玉林 |
| 46 | 海南 | 海口 | 琼海 | 儋州、乐东 |
| 50 | 重庆 | 渝中、永川 | 南岸、丰都 | 九龙坡、黔江 |
| 51 | 四川 | 成都 | 自贡 | 广元 |
| 52 | 贵州 | 贵阳 | 六盘水 | 黔南州 |
| 53 | 云南 | 昆明 | 普洱 | 临沧 |
| 54 | 西藏 | 拉萨 | 林芝 | 那曲 |
| 61 | 陕西 | 西安 | 延安 | 安康 |
| 62 | 甘肃 | 兰州 | 天水 | 武威 |
| 63 | 青海 | 西宁 | 海西州、格尔木 | 果洛、湟中、湟源、乐都、互助、循化、门源 |
| 64 | 宁夏 | 银川 | 石嘴山、吴忠 | 固原 |
| 65 | 新疆 | 乌鲁木齐 | 喀什 | 阿勒泰 |

（一）国家国民体质监测中心的任务

1. 制定全国国民体质监测工作方案；

2. 培训全国国民体质监测工作人员；

3. 协助进行国民体质监测器材采购和下发，编制数据登录书、工作手册和相关软件；

4. 指导、监督、检查全国国民体质监测工作；

5. 编印监测工作简报，宣传、指导开展监测工作；

6. 收集、整理、保存监测工作音像资料；

7. 验收、汇总、统计运算和研究分析国民体质监测数据，向国家体育总局报送监测结果；

8. 完善和管理国家国民体质监测数据库及相关资料档案。

（二）省（区、市）国民体质监测中心的任务

1. 制定本省（区、市）国民体质监测工作方案；

2. 培训本省（区、市）国民体质监测工作人员；

3. 发放监测器材、登录书、手册和软件；

4. 指导、监督、检查本省（区、市）国民体质监测工作；

5. 编印监测工作简报，宣传、指导开展监测工作；

6. 收集、整理、保存监测工作音像资料；

7. 验收、汇总本省（区、市）国民体质监测数据，按规定上传数据，并连同数据登录书报送国家国民体质监测中心；

8. 研究分析本省（区、市）国民体质监测数据，向省（区、市）体育行政部门报送监测结果；

9. 完善和管理本省（区、市）国民体质监测数据库及相关资料档案。

（三）地（市）国民体质监测中心的任务

1. 制定本地（市）国民体质监测工作方案；

2. 培训本地（市）国民体质监测工作人员，组建监测队，开展监测工作；

3. 宣传监测工作，收集、整理、保存监测工作音像资料；

4. 检查、验收、汇总监测队上传的数据和送交的数据登录书，按规定上传数据，并将数据登录书报送本省（区、市）国民体质监测中心；

（四）监测队必须具备的条件：

1. 每队至少拥有18名以上培训合格的检测员（其中女性不少于3人）；

2. 配备国家体育总局统一的体质监测器材；

3. 必须有医务保障，确保发生意外伤害事故时能够及时进行处理。

四、监测对象与抽样

（一）监测对象

监测对象为3-79周岁的中国公民（不含7-19周岁人群），按年龄分为幼儿（3-6岁）、成年人（20-59岁）和老年人（60-79岁）3个人群。同时开展针对典型工种的专项监测，监测对象为四个行业典型工种的从业人员，包括公安、金融、建筑与煤炭行业，监测人群为成年人，其中男性20-59岁（煤炭行业为20-49岁），女性20-49岁。

监测对象要求身体健康，发育健全，无先天、遗传性疾病（如先天性心脏病、瘫痪、聋哑、痴呆、精神异常、发育迟缓等），无运动禁忌症，具有生活自理能力和基本的运动能力，语言表达能力、思维能力和接受能力正常。

**（二）类别与样本量**

1. 幼儿分为城镇幼儿、农村幼儿两种人群，按性别分为四类样本。以每1岁为一组，四类样本共计16个年龄组。每个省（区、市）每一年龄组抽样80人，总样本量为1280人。

城镇幼儿是指本人居住和生活在城镇一年及以上的幼儿；

农村幼儿是指本人居住和生活在农村一年及以上的幼儿。

2. 成年人分为农民、城镇体力劳动者和城镇非体力劳动者三种人群，按性别分为六类样本。以每5岁为一个年龄组（20-24岁、25-29岁、30-34岁、35-39岁、40-44岁、45-49岁、50-54岁、55-59岁），六类样本共计48个年龄组。每个省（区、市）每一年龄组抽样80人，总样本量为3840人。

农民是指居住和生活在农村一年及以上、在农村从事农业生产或其他工作的人员；

城镇体力劳动者是指居住和生活在城镇一年及以上、在城镇从事体力工作的人员；

城镇非体力劳动者是指居住和生活在城镇一年及以上、在城镇从事脑力工作的人员。

3. 老年人分为城镇老年人、农村老年人两种人群，按性别分为四类样本。以每5岁为一个年龄组（60-64岁、65-69岁、70-74岁、75-79岁），四类样本共计16个年龄组。每个省（区、市）每一年龄组抽样80人，总样本量为1280人。

城镇老年人是指居住和生活在城镇一年及以上的老年人；

农村老年人是指居住和生活在农村一年及以上的老年人。

抽取样本时，应按照实足年龄进行。每个省（区、市）幼儿、成年人和老年人总样本量合计为6400人，全国共计198400人。

4. 典型工种专项监测中，监测对象样本类别包括工种、性别和年龄。公安行业监测对象为治安警和交警，分为男、女性两类样本，男性20-59岁，女性20-49岁，与成年人相同，以每5岁为一个年龄组，共计28个年龄组，每个省（市）每一年龄组抽样50人，总样本量为1400人；金融行业监测对象为柜台服务人员，分为男、女性两类样本，男性20-59岁，女性20-49岁，共计14个年龄组，每个省（市）每一年龄组抽样50人，总样本量为700人；建筑行业监测对象为房建工人，男性一类样本，20-59岁，共计8个年龄组，每个省（市）每一年龄组抽样50人，总样本量为400人；煤炭行业监测对象为采掘工人，男性一类样本，20-49岁，共计6个年龄组，每个省每一年龄组抽样50人，总样本量为300人。每个行业均抽取4个省（市）作为监测省，专项监测在全国共计抽取样本11200人。

第五次国民体质监测样本量（含专项监测），全国共计209600人。

（三）抽样原则

第五次国民体质监测采用分层随机整群抽样原则抽取监测对象。本次监测的抽样点应以2014年（第四次）监测时的抽样点为基础抽取样本，特殊情况可微调或增补，但需通过省（区、市）体育局上报国家体育总局批准。

专项监测采用非概率立意抽样方法，公安行业、金融行业和建筑行业选取北京市、湖北省、广东省和甘肃省开展监测；煤碳行业选取河北省、山东省、山西省和陕西省开展监测。结合行业典型工种分布特点选取监测地（市），并根据实际情况选取监测点。

**五、监测内容**

坚持国民体质监测的科学性、可行性，兼顾延续性、可比性，根据当前国民体质和社会发展的现状和变化，经过理论研究和实验验证，经全国专家组多次论证，检测指标和问卷指标在2014年（第四次）国民体质监测指标基础上进行了调整。监测内容包括体质检测和问卷调查两部分。

**（一）检测指标**

具体检测指标如下（见表2）：

**表2 检测指标**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **检测指标** | **幼儿**  **（3～6岁）** | **成年人**  **（20～59岁）** | **老年人**  **（60～79岁）** |
| 身身体形态 | 身 高 | ● | ● | ● |
| 坐 高 | ● |  |  |
| 体 重 | ● | ● | ● |
| 胸 围 | ● |  |  |
| 腰 围 |  | ● | ● |
| 臀 围 |  | ● | ● |
| 体 脂 率 | ● | ● | ● |
| 身身体机能 | 安静脉搏 | ● | ● | ● |
| 血 压 |  | ● | ● |
| 肺 活 量 |  | ● | ● |
| 功率车二级负荷试验 |  | ● |  |
| 2分钟原地高抬腿 |  |  | ● |
| 身身体素质 | 握 力 | ● | ● | ● |
| 背 力 |  | ● |  |
| 立定跳远 | ● |  |  |
| 纵 跳 |  | ● |  |
| 俯卧撑（男）/跪卧撑（女） |  | ● |  |
| 1分钟仰卧起坐 |  | ● |  |
| 坐位体前屈 | ● | ● | ● |
| 双脚连续跳 | ● |  |  |
| 15米绕障碍跑 | ● |  |  |
| 30秒坐站 |  |  | ● |
| 走平衡木 | ● |  |  |
| 闭眼单脚站立 |  | ● | ● |
| 选择反应时 |  | ● | ● |

注： ● 表示该年龄组检测此指标。

**（二）问卷调查内容**

1. 幼儿问卷内容

1. 出生时体重、身长、胎龄
2. 出生后四个月内喂养方式
3. 父、母亲出生日期
4. 父、母亲身高
5. 父、母亲体重
6. 父、母亲受教育程度
7. 父、母亲的职业类型
8. 家庭形态
9. 主要抚养人
10. 家长参加体育锻炼的频次
11. 家长与幼儿一起进行体育活动的频次
12. 家长对幼儿进行运动游戏的看法
13. 是否上幼儿园
14. 睡眠时长
15. 活动场地与运动游乐设施情况
16. 日常身体活动情况

2. 成、老年人问卷内容

1. 受教育程度
2. 职业类型
3. 工作单位的性质
4. 婚姻与居住情况
5. 工作场所或居住场所是否有公共体育活动场地、设施
6. 交通出行方式和时间
7. 工作时的状态
8. 家务劳动情况
9. 闲暇时间的静态活动情况
10. 闲暇时间的体育锻炼情况
11. 经常参加体育锻炼的项目
12. 参加体育锻炼的主要原因
13. 影响参加体育锻炼的障碍
14. 吸烟情况
15. 饮酒情况
16. 是否患有下述疾病（经医院确诊）
17. 与同龄人相比，体质自评状况
18. 睡眠时长及睡眠质量
19. 社会心理健康状况：压力、抑郁、焦虑（成年人）、孤独（老年人）
20. 过去一年，跌倒情况（老年人）
21. 过去30天，身体健康或心理状态欠佳的天数
22. 生活满意度

**六、监测经费**

（一）国家体育总局从彩票公益金中划拨专款用于实施本次国民体质监测工作；

（二）各省（区、市）和承担国民体质监测任务的地（市）应从地方财政或本级彩票公益金中划拨专款用于实施本地区国民体质监测工作；

（三）行业典型工种专项监测由相关行业体协列支专项经费予以保障。

**七、监测器材**

本次监测工作所需器材部分由国家体育总局配发，不足部分由省（区、市）利用国家体育总局2019年财政转移支付经费购买相同器材。

**八、工作进度**

（一）准备阶段（2018年12月～2019年5月）

1. 2019年1月底前,国家体育总局下发《第五次国民体质监测工作方案》。

2. 2019年4月底前，国家国民体质监测中心编制完成数据登录书、工作手册。

3. 2019年4月底前，各省（区、市）制定并向国家体育总局报送本省（区、市）国民体质监测工作方案（包括组织领导、监测网络、监测队数量及人数、培训时间、监测时间、器材情况、工作流程、经费落实情况等详细内容）。

4. 2019年5月中旬，国家体育总局举办“第五次全国国民体质监测技术骨干培训班”。

5. 2019年5月底前，国家体育总局将数据登录书、工作手册发放到各省（区、市）。完成录入软件及质量控制网络系统的研发。

6. 2019年5月底前，国家体育总局将监测器材发放到各省（区、市）。

7. 2019年5月底前，各省（区、市）完成本省（区、市）监测工作人员的培训。

（二）数据采集阶段（2019年6月～10月）

1. 各省（区、市）可根据本地区的气候等情况，在此期间内自行确定测试时间完成本省（区、市）所承担的监测任务，国家国民体质监测中心将通过质量控制网络平台全程监控。

2. 各省（区、市）按照统一要求，进行检测数据实时上传。

3. 国家体育总局根据各省（区、市）的测试时间，组织人员到测试现场进行检查、督导。

（三）数据处理阶段（2019年11月～2020年3月）

1. 2019年11月10日前，各省（区、市）将汇总的数据登录书报送国家国民体质监测中心。

2. 2020年3月底前，国家国民体质监测中心完成全国监测数据的检查验收、录入和统计，并将结果报送国家体育总局和国家统计局。

（四）总结阶段（2020年4月～2021年12月）

1. 2020年4月～9月，国家国民体质监测中心组织撰写《第五次国民体质监测公报》。

2. 2020年8月底前，各省（区、市）向国家体育总局报送监测工作总结。

3. 2020年10月举行第五次国家国民体质监测结果发布会。

4. 2020年11月，召开第五次国家国民体质监测总结会。

5. 2020年5月～12月，国家国民体质监测中心组织撰写、出版《第五次国民体质监测报告》。

6. 2021年1月～12月，国家国民体质监测中心组织撰写、出版《2019年国民体质研究报告》。

7. 2021年5月～10月，召开体质研究论文报告会，出版论文集。

**九、工作要求**

地方各级体育行政部门要与有关部门协调配合，共同组织和开展好本次国民体质监测工作：

（一）高度重视国民体质监测工作，加强领导，认真制定工作方案，周密组织实施，按时保质保量完成监测任务。

（二）加强宣传，扩大监测工作影响，争取社会各界的支持。

（三）积极筹措经费，为监测工作提供保障。

（四）为各级国民体质监测中心开展工作创造条件，使其充分发挥作用。

（五）加强监控，规范操作，确保数据质量。

（六）采取切实有效措施，严防意外伤害事故的发生。

（七）为抽样测试对象进行体质测定与健身指导服务。