

# 晋城市体育局文件

晋市体字〔2024〕58号

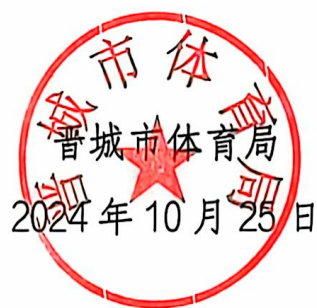
## 关于开展2024年晋城市常态化国民体质监测的通知

各县（市、区）卫生健康和体育局、有关单位：

“《国民体质测定标准》合格以上的人数比例”是全国文明城市创建的一项重要指标，根据《山西省体育局关于做好2024年山西省常态化国民体质监测工作的通知》（晋体群〔2024〕28号）文件要求，为健全我市国民体质数据库，分析研究我市各类人群体质状况，经研究，拟定于2024年11月—12月面向全市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。进行一次集科学性和系统化为一体的免费国民体质监测活动。请按照《2024年晋城市常态化国民体质监测工作方案》要求，积

极配合，提前做好准备工作，确保本次监测工作按时、保质、保量完成，为我市全民健身提供科学依据。

- 附件：1.2024年晋城市常态化国民体质监测工作方案  
2.2024年晋城市常态化体质监测样本量分配计划表  
3.2024年晋城市常态化国民体质监测测试点安排



## 2024 年晋城市常态化国民体质监测工作方案

根据《山西省体育局关于做好 2024 年山西省常态化国民体质监测工作的通知》文件要求，晋城市体育局将委托国民体质监测指导协会于 2024 年 11 月—12 月在全市抽取 2000 名公民进行抽样国民体质测定。为确保此项工作顺利完成，特制定本方案。

### 一、目的意义

国民体质监测旨在通过对人体形态、机能、素质指标等方面的测试，评价受试者体质状况和体育锻炼效果，经过对测试数据的整理和综合分析来判断受试者的身体状况。通过此次测试，为促进我市《全民健身计划》的实施提供一定的科学依据。

### 二、监测对象与抽样

#### （一）监测对象

监测对象对 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。

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、聋哑、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、和接受能力正常。

## (二) 类别与样本量

下表 1 是泽州县、高平市、阳城县、沁水县、陵川县类别与样本量统计。

表 1 样本量分配表 ( 示例 )

组别	年龄	男		女		小计		
		城	乡	城	乡			
幼儿	3	10	10	10	10	40		
	4	10	10	10	10	40		
	5	10	10	10	10	40		
	6	10	10	10	10	40		
	合计	160 人						
老年人	60-64	4	4	4	4	16		
	65-69	2	2	2	2	8		
	70-74	2	2	2	2	8		
	75-79	2	2	2	2	8		
	合计	40 人						
组别	年龄	男			女			小计
		城非	城体	农民	城非	城体	农民	
成年人	20-24	2	3	3	2	3	3	16
	25-29	2	3	3	2	3	3	16
	30-34	2	3	3	2	5	3	16
	35-39	2	3	3	2	3	3	16
	40-44	2	3	3	2	3	3	16
	45-49	2	3	3	2	3	3	16
	50-54	2	3	3	2	3	3	16
	55-59	2	3	3	2	3	3	16
	合计	128 人						
总 计	328							

下表 2 是城区类别与样本量统计。

表 2 城区样本量分配表 ( 示例 )

组别	年龄	男		女		小计
		城	乡	城	乡	
幼儿	3	20	0	20	0	40

	4	20	0	20	0	40		
	5	20	0	20	0	40		
	6	20	0	20	0	40		
	合计	160人						
老年人	60-64	3	0	3	0	6		
	65-69	3	0	3	0	6		
	70-74	2	0	2	0	4		
	75-79	2	0	2	0	4		
	合计	20人						
组别	年龄	男			女			小计
		城非	城体	农民	城非	城体	农民	
成年人	20-24	3	5	0	3	5	0	16
	25-29	3	5	0	3	5	0	16
	30-34	3	5	0	3	5	0	16
	35-39	3	5	0	3	5	0	16
	40-44	3	5	0	3	5	0	16
	45-49	3	5	0	3	5	0	16
	50-54	3	5	0	3	5	0	16
	55-59	3	5	0	3	5	0	16
	合计	128人						
总计	308							

### 样本说明：

1.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.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.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。

4.抽取样本时，应按照实足年龄进行。

### 三、监测内容

#### (一) 检测指标

表 3 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)
身体形态	身高	●	●	●
	坐高	●		
	体重	●	●	●
	胸围	●		
	腰围		●	●
	臀围		●	●
	体脂率	●	●	●
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		●	●

## **(二) 问卷调查内容**

幼儿问卷内容：幼儿家庭结构；家长受教育程度及职业；家庭收入；幼儿身体活动及体育锻炼行为；幼儿睡眠情况等。

成年人、老年人问卷内容：受教育程度及职业；家庭收入；身体活动；体育锻炼行为等。

## **(三) 科学健身指导**

根据监测结果，为受测者开具运动处方，结合健身需求，进行科学健身指导。探索开展站点日常体质检测与科学健身指导服务。

## **四、监测任务**

1.各县(市、区)根据监测点人数情况确定1-3个监测点(最多3个)；

2.各监测点需提供100-150 m<sup>2</sup>空旷的测试场地(室内)，可接电。监测点附近尽量方便体质检测车停放(约12米长，3米高，以便拉运测试器材)。

3.请各县(市、区)于10月29日前确定好本县区测试具体时间和地点，并将附件3表格填好，报送至市体育局群体科，联系人：赵海瑞，邮箱：jctyj405@126.com，电话：0356-2693005。

4.协助测试工作人员顺利完成测试工作。

附件 2

2024 年晋城市常态化国民体质监测样本量分配计划表

类别	样本量								小计
	城区	泽州	高平	阳城	陵川	沁水			
城市幼儿	160								160
农村幼儿		160	160	160	160	160			800
城镇非体力	80	80	80	80	80	80			480
城镇体力	80	80	80	80	80	80			480
农民		80	80	80	80	80			400
城镇老年人	20	20	20	20	20	20			120
农村老年人		20	20	20	20	20			100
合计	340	440	440	440	440	440			2540



附件 3

2024 年晋城市常态化国民体质监测测试点安排

	监测点	受测人数	监测点负责人	联系电话
城 区				
泽 州 县				
高 平 市				
阳 城 县				
陵 川 县				
沁 水 县				

信息公开选项：主动公开

---

晋城市体育局办公室

2024年10月25日印发

---

- 10 -