

上海市体育局文件

沪体群〔2024〕79号

关于开展2024年上海市常态化 国民体质监测工作的通知

各区体育局：

为进一步贯彻落实《全民健身计划（2021—2025年）》《“健康中国2030”规划纲要》的有关规定，促进全民健身更高水平发展，推进全民健身融合发展，更好满足人民群众的健身和健康需求，根据国家体育总局下发的《体育总局群体司关于请做好2024年常态化国民体质监测工作的函》（体群字〔2024〕13号）要求，结合本市实际情况，将于2024年开展上海市常态化国民体质监测工作。

现将《2024年上海市常态化国民体质监测工作方案》印发给你们，请各单位根据方案要求，严格按照时间节点，完成本次常态化国民体质监测工作，为2025年第六次国民体质监测工作做好准备。

上海市体育局

2024年4月27日

（此件主动公开）

2024 年上海市常态化国民体质监测工作方案

根据《中华人民共和国体育法》《全民健身条例》《全民健身计划（2021—2025 年）》以及《体育总局群体司关于请做好 2024 年常态化国民体质监测工作的函》（以下简称“国家方案”）的要求，结合本市常态化体质监测站点的布局，现定于 2024 年开展上海市常态化国民体质监测工作。为确保本次监测工作顺利实施，特制定本方案。

一、监测目的

进一步优化上海市体质监测三级服务网络，为本市相关政策制定提供及时准确数据支撑的同时，探索将体质测定与科学健身、体卫融合、体养融合等创新融合，引导布局更高质量的全民健身基层公共服务网络，为升级打造上海运动促进健康模式提供多元发展路径，从而为促进全民健身和全民健康的深度融合提供有力保障。

二、组织领导

（一）市体育局领导和协调本次常态化国民体质监测工作。

（二）市市民体质监测指导中心（上海体科所，以下简称市监测中心）负责具体组织实施工作。

（三）各区体育局和区体质监测指导中心负责组织实施本区常态化国民体质监测工作。

三、监测网络

2024 年上海市常态化国民体质监测站点共 49 个，主要分为两类：

A 类站点和 B 类站点。

A 类站点：国家国民体质监测中心综合考虑国民体质变化规律、体质的地理空间分布特征、人口现状、城乡分布、经济发展水平等因素抽取的站点，上海共抽取 20 个 A 类站点。

B 类站点：非国家国民体质监测中心抽取的其他上报站点，按照本市统一要求开展常态化监测和数据报送，上海共有 29 个 B 类站点。

A 类和 B 类站点，按照本市要求开展常态化国民体质监测工作，将择优推荐参加国家国民体质监测中心开展的“国民体质测定与科学健身指导典型示范站”“最美体质测定员”案例征集活动。在此基础上，市监测中心也将开展星级评定等活动。

四、任务分工

（一）市监测中心任务

1. 制定本市常态化国民体质监测工作方案；
2. 培训本市常态化国民体质监测主要工作人员；
3. 发放工作手册、常态化站点建设基本要求、宣传物料等；
4. 指导、监督、检查本市常态化国民体质监测工作；
5. 编印工作简报，宣传本市常态化国民体质监测工作；
6. 收集、整理、保存本市常态化国民体质监测工作音像资料；
7. 验收、汇总、上报本市常态化国民体质监测数据；
8. 统计、分析本市常态化国民体质监测数据，向市体育局报送监测结果；
9. 完善和管理本市常态化国民体质监测数据库及体质健康电子

档案;

10. 结合常态化国民体质监测工作,完善市民体质测定服务规范。

(二) 区监测中心任务

1. 制定本区常态化国民体质监测工作方案;
2. 培训本区常态化国民体质监测具体工作人员;
3. 指导、监督、检查本区常态化国民体质监测工作;
4. 编印工作简报,宣传本区常态化国民体质监测工作;
5. 收集、整理、保存本区常态化国民体质监测工作音像资料;
6. 验收、汇总、上报本区常态化国民体质监测数据;
7. 统计、分析本区常态化国民体质监测数据,向区体育局报送监测结果;

8. 完善和管理本区常态化国民体质监测体质健康电子档案。

(三) 监测站点任务

1. 站点至少应配备1名专职工作人员,负责日常管理和测试工作,若干名兼职人员(职业要求是社会体育指导员、医务人员等)确保可提供问卷调查、健康预检、体质测试、结果解读与健身指导等服务;
2. 工作人员分类参加市、区两级常态化国民体质监测技术培训;
3. 按照国家和本市要求,开展常态化体质监测服务,引导市民预约体质测试,提供纸质、电子报告和解读指导服务;
4. 积极宣传常态化国民体质监测工作;
5. 按照要求,完成监测器材GPS定位,采集并上传监测数据至国家数据平台和上海数据系统;

6. 收集、整理、保存本站点常态化国民体质监测工作音像资料;
7. 建立本站点常态化国民体质监测体质健康电子档案;
8. 根据常态化站点建设基本要求, 积极开展日常体质监测与科学健身指导服务、体卫融合、体养融合等工作。

五、监测对象与抽样

(一) 监测对象

监测对象为 3~79 周岁 (不含 7~19 周岁人群) 的上海市常住居民。分为幼儿 (3~6 岁)、成年人 (20~59 岁) 和老年人 (60~79 岁) 三个年龄段人群。

监测对象要求发育健全, 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) 类别和样本量

样本的类别和样本量以一个站点为单位统计。

1. 幼儿组 (3~6 岁): 本市城镇区域的常态化站点只监测站点周边辐射范围的城镇幼儿人群, 农村区域的常态化站点只监测站点周边辐射范围的农村幼儿人群。按性别分为 2 类样本, 每 1 岁为 1 组, 2 类样本共计 8 个年龄组。街镇/社区站点每 1 个年龄组不少于 10 人, 总样本量不少于 80 人。区级中心样本量同比扩充 1 倍, 即不少于 160 人。

城镇幼儿是指本人居住和生活在城镇 1 年及以上的幼儿; 农村幼儿是指本人居住和生活在农村 1 年及以上的幼儿。

2. 成年人组（20~59岁）：本市城镇区域的常态化站点只监测站点周边辐射范围的城镇体力劳动者和城镇非体力劳动者，农村区域的常态化站点只监测站点周边辐射范围的农民。城镇人群按性别分为4类样本，每5岁为1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），4类样本共计32个年龄组，街镇/社区站点每1个年龄组不少于15人，总样本量不少于480人。农民按性别分为2类样本，每5岁为1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），2类样本共计16个年龄组，街镇/社区站点每1个年龄组不少于30人，总样本量不少于480人。区级中心样本量同比扩充1倍，即不少于960人。

城镇体力劳动者是指居住和生活在城镇1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1年及以上，在城镇从事脑力工作的人员；农民是指居住和生活在农村1年及以上、在农村从事农业生产或其他工作的人员。

3. 老年人组（60~79岁）：本市城镇区域的常态化站点只监测站点周边辐射范围的城镇老年人，农村区域的常态化站点只监测站点周边辐射范围的农村老年人。按性别分为2类样本，每5岁为1组（60~64岁、65~69岁、70~74岁、75~79岁），2类样本共计8个年龄组。街镇/社区站点每1个年龄组不少于20人，总样本量不少于160人。区级中心样本量同比扩充1倍，即不少于320人。

城镇老年人是指居住和生活在城镇1年及以上的老年人；农村老年人是指居住和生活在农村1年及以上的老年人。

4. 抽取样本时，应按照实足年龄进行。

5. 每个街镇/社区站点幼儿、成年人和老年人样本量合计不少于720人，每个区级中心站点幼儿、成年人和老年人样本量合计不少于1440人。全市幼儿、成年人和老年人总样本量不少于46800人。

（三）抽样原则

常态化国民体质监测以各监测站点辐射的周边社区、村镇居民和单位工作人员为监测对象。可动态地对监测对象的体质和健康状况进行跟踪与管理，积极引导站点周边市民定期开展体质测试和健身指导服务。

六、工作内容

坚持国民体质监测的科学性、可行性，兼顾延续性和可比性，各站点要严格遵守常态化开放制度，有序引导站点周边辐射范围内的市民主动预约到站点进行体质测评。2024年度常态化监测期间，以区为单位，站点每月实际开展测试服务天数不少于12天，不允许短期内集中式完成监测任务。要以站点所在场所为主阵地，坚持场地、人员、资源共享原则，为市民提供科学健身指导、体卫融合、体养融合、科普宣传等延伸服务。

各区体育局要定期跟踪国民体质状况、科学健身指导服务效果，促进辖区内国民体质和健康水平持续提升。市监测中心将在国家国民体质监测中心的指导下，择优推荐参加“国民体质测定与科学健身指导典型示范站”“最美体质测定员”案例征集活动和本市星级评定活动，并通过媒体进行广泛宣传。

常态化国民体质监测统一采用“国家方案”确定的体质检测指标和问卷调查内容。

（一）检测指标

体质检测指标见表 1。

表 1 常态化国民体质监测体质检测指标

	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		●	●

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

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。

2. 成、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。

七、工作经费

各站点应具备场地、人员、器材和经费等保障。国家国民体质监测中心将拨付少量引导经费给 A 类站点。各区体育局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两类站点常态化国民体质监测工作。

八、监测器材

本次常态化国民监测工作使用符合《国民体质测定标准（2023 年修订）》体质检测指标体系的监测器材。监测器材需具备 GPS 定位和数据上传至指定系统的功能。区级中心负责指导辖区站点配备或调配监测器材，确保顺利完成工作。

九、工作进度

(一) 准备阶段（2024 年 1 月—5 月）

1. 2024 年 1 月—4 月，市监测中心协调完成站点信息收集、确认与上报，及已有监测器材维护、调试和软件升级、系统对接等工作。

2. 2024 年 4 月，市体育局下发《2024 年上海市常态化国民体质监测工作方案》。

3. 2024 年 4 月 8 日—12 日，市监测中心技术人员参加国家国民体质监测中心举办的“常态化国民体质监测工作技术培训班”。

4. 2024 年 5 月中旬，市监测中心组织完成本市常态化国民体质监测主要工作人员培训。

5. 2024 年 5 月下旬至正式测试前，各区制定并向市监测中心报送工作方案，并完成辖区内各站点具体工作人员培训。

6. 2024 年 5 月下旬至正式测试前，各站点开展常态化国民体质监测试运行工作。

（二）工作开展阶段（2024 年 6 月—12 月）

1. 各站点有序开展常态化国民体质监测工作。在工作中大力推广科学健身指导、体卫融合、体养融合、科普宣传等延伸服务，国家国民体质监测中心将通过质量控制网络平台进行质控。

2. 各站点按照统一要求，进行监测数据实时上传。

3. 国家、市监测中心将组织人员到站点现场进行检查、督导。

4. 2024 年 11 月底前，各站点完成本年度常态化国民体质监测数据报送。

5. 2024 年 11 月—12 月，择优推荐参加“国民体质测定与科学健身指导典型示范站”“最美体质测定员”案例征集活动和本市星级评定等活动。

（三）总结阶段（2025 年 1 月—2 月）

1. 市监测中心完成全市常态化国民体质监测数据的检查、验收和统计，并将主要数据结果报送市体育局。

2. 各区监测中心完成本区常态化国民体质监测数据的检查、验收和统计，并将主要数据结果报送区体育局。

十、工作要求

各区体育局要与有关部门协调配合，共同组织和开展好 2024 年上海市常态化国民体质监测工作：

（一）要高度重视常态化国民体质监测工作，加强领导，认真制定工作方案，周密组织实施。

（二）要把开展常态化国民体质监测工作与本市体质监测站点资源整合、功能提升、服务提质紧密结合。

（三）要加强科普与宣传，扩大常态化体质监测的影响，争取社会各界的支持，提高知晓度。

（四）要按照要求形成常态化开放制度，各站点对外开放天数、服务人次、预约比例、服务质量、市民满意度等将纳入工作评估。

（五）要积极筹措经费，为常态化国民体质监测工作提供保障，为监测站点工作创造更好的条件，发挥其基层健康服务功能。

（六）要加强监控，规范操作，确保数据质量。

（七）要积极为监测对象进行体质测定与健身指导服务，探索升级打造本市运动促进健康模式。

（八）要采取切实有效措施，严防意外伤害事故的发生。

2024 年上海市常态化国民体质监测站点

序号	所在区	监测站点类型	监测站点名称	站点类别	监测人群
1	黄浦区	区级中心	黄浦区市民体质监测指导中心	A	城镇
2	徐汇区	区级中心	徐汇区市民体质监测指导中心	A	城镇
3	长宁区	区级中心	长宁区市民体质监测中心	A	城镇
4	静安区	区级中心	静安区健康体质指导中心	A	城镇
5	普陀区	区级中心	普陀区市民体质监测指导中心	A	城镇
6	虹口区	区级中心	虹口区运光新村市民体质监测指导中心	A	城镇
7	杨浦区	区级中心	杨浦区市民体质监测指导中心	A	城镇
8	闵行区	区级中心	闵行区市民体质监测指导中心	A	城镇
9	宝山区	区级中心	顾村体育中心	A	城镇
10	嘉定区	区级中心	嘉定区体质测定和运动健身指导中心	A	城镇
11	浦东新区	区级中心	浦东新区市民体质监测中心	A	城镇
12	浦东新区	街镇/社区站点	浦东新区张江镇孙桥社区市民健身中心	A	城镇

序号	所在区	监测站点类型	监测站点名称	站点类别	监测人群
13	金山区	区级中心	金山区市民体质监测指导中心	A	城镇
14	金山区	街镇/社区站点	金山区吕巷镇体质监测站	A	农村
15	松江区	区级中心	松江区市民体质监测指导中心	A	城镇
16	青浦区	区级中心	青浦区市民智慧运动健康促进中心	A	城镇
17	青浦区	街镇/社区站点	青浦区徐泾镇北大居都市运动中心体质监测站	A	城镇
18	奉贤区	区级中心	奉贤区体质监测中心	A	城镇
19	崇明区	区级中心	崇明区市民体质监测指导中心	A	城镇
20	崇明区	街镇/社区站点	崇明区堡镇市民体质监测站	A	城镇
21	黄浦区	街镇/社区站点	黄浦区外滩街道市民体质监测站	B	城镇
22	黄浦区	街镇/社区站点	黄浦区老西门街道市民体质监测站	B	城镇
23	徐汇区	街镇/社区站点	徐汇区华泾镇市民体质监测指导站	B	城镇
24	徐汇区	街镇/社区站点	徐汇区徐家汇街道市民体质监测指导站	B	城镇
25	长宁区	街镇/社区站点	长宁区新泾镇市民体质监测站	B	城镇

序号	所在区	监测站点类型	监测站点名称	站点类别	监测人群
26	长宁区	街镇/社区站点	长宁区新华路街道市民体质监测站	B	城镇
27	静安区	街镇/社区站点	静安区曹家渡街道万航渡路健康驿站	B	城镇
28	静安区	街镇/社区站点	静安区宝山路街道社区康健驿站	B	城镇
29	普陀区	街镇/社区站点	甘泉街道体质监测站	B	城镇
30	普陀区	街镇/社区站点	长征镇体质测试站	B	城镇
31	虹口区	街镇/社区站点	虹口区广中路市民体质监测站	B	城镇
32	虹口区	街镇/社区站点	虹口区凉城新村市民体质监测站	B	城镇
33	杨浦区	街镇/社区站点	杨浦区殷行街道智慧健康驿站	B	城镇
34	杨浦区	街镇/社区站点	杨浦区长海路市光文化分中心	B	城镇
35	闵行区	街镇/社区站点	闵行区浦江镇市民体质监测站	B	城镇
36	闵行区	街镇/社区站点	闵行区马桥镇市民体质监测站	B	城镇
37	宝山区	街镇/社区站点	宝山区杨行文化中心	B	城镇
38	宝山区	街镇/社区站点	宝山区吴淞坊	B	城镇

序号	所在区	监测站点类型	监测站点名称	站点类别	监测人群
39	嘉定区	街镇/社区站点	嘉定区南翔镇体质测定与运动健身指导站	B	城镇
40	嘉定区	街镇/社区站点	嘉定区安亭镇体质测试站	B	城镇
41	浦东新区	街镇/社区站点	浦东新区康桥镇文化服务中心体质监测站	B	城镇
42	浦东新区	街镇/社区站点	浦东新区塘桥文化活动中心	B	城镇
43	金山区	街镇/社区站点	金山区石化街道体质监测站	B	城镇
44	松江区	街镇/社区站点	松江区中山街道体质监测站	B	城镇
45	松江区	街镇/社区站点	松江区泗泾镇体质监测站	B	城镇
46	青浦区	街镇/社区站点	青浦区朱家角体质监测站	B	农村
47	奉贤区	街镇/社区站点	奉贤区奉浦街道体质监测站	B	城镇
48	奉贤区	街镇/社区站点	奉贤区金汇镇体质监测站	B	城镇
49	崇明区	街镇/社区站点	崇明区城桥镇市民体质监测站	B	农村

备注：城镇成年人包括城镇体力劳动者和城镇非体力劳动者

上海市体育局办公室

2024 年 4 月 29 日印发
