

中国儿童青少年体育健身指数评估报告(2017)在沪发布

青少年体育健身“被动”问题突出

昨天下午,中国儿童青少年体育健身指数评估报告(2017)在上海面向社会公开发布。这是我国首次基于全国样本数据面向社会公开发布该指数。报告显示,我国儿童青少年体育健身总体指数为60.2分,儿童青少年体育健身在效果、环境和行为上存在着较为明显的“倒挂现象”。其中,体育健身行为指数为40.0分,比2016年下降了0.8分,情况依然不乐观。

青年报记者 刘春霞

全国整体达到及格水平呈现向好趋势

儿童青少年的身心健康、体魄强健是国家繁荣、民族昌盛、社会文明进步的重要标志。为积极落实党和国家的“健康中国”战略部署,在教育部体育卫生与艺术教育司的指导下,在上海市教委的大力支持下,上海体育学院重大社科项目研究团队立足我国本土实情、借鉴国际先进经验,首创了“环境-行为-效果”三位一体的儿童青少年体育健身指数测评体系。2017年10月至11月,在全国学生体质复核抽测期间,研究团队对我国30个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团的儿童青少年、体育教师和家长进行抽样调查,通过对26余万有效样本数据的综合分析,完成了“中国儿童青少年体育健身指数评估报告(2017)”。

指数报告采用简明易懂的100分制表达方式,从健身环境、健身行为、健身效果三个维度对我国儿童青少年的体育健身情况进行了综合评估。报告显示,我国儿童青少年体育健身总体指数为60.2分。其中,体育健身环境指数为74.8分,体育健身行为指数为40.0分,体育健身效果指数为80.1分。

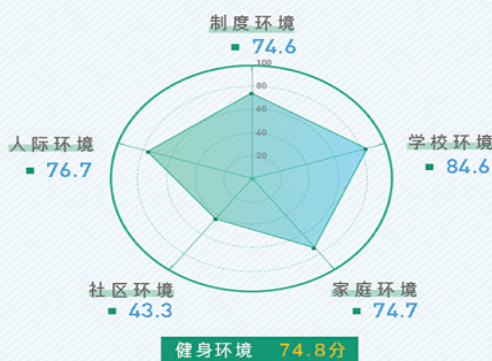
从年度数据变化来看,我国儿童青少年体育健身整体上呈现向好的趋势。2017年指数总得分(60.2分)相较2016年(59.3分)略有提升,全国整体上达到及格水平。其中,健身环境中各要素得分均有不同幅度的增长,社区环境的增长幅度最为明显,增长值达5.5分。健身效果的得分也在2016年(77.9分)的基础上增长到80.1分。不过,需要引起注意的是,健身行为的得分却在2016年(40.8分)基础上下降了0.8分,其中,静态行为方式与身体活动水平分别下降了2.2分和1.6分,学校组织化的体育锻炼也下降了3.4分。

中国儿童青少年体育健身指数评估报告

▶ 体育健身环境

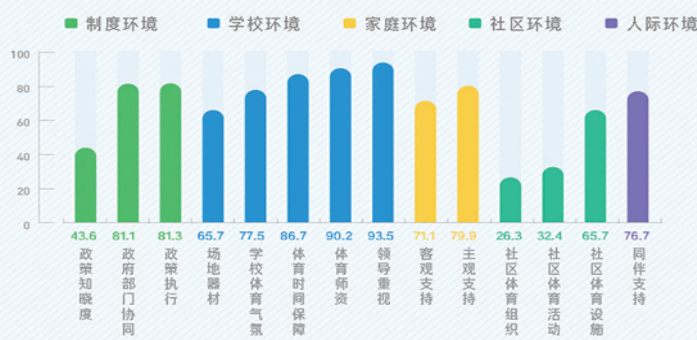
各省健身环境得分均超过60分,省际间的极差达16.8分。

🏙️ 城市 75.9 🏡 乡镇 73.8



- 学校环境在支持儿童青少年体育健身方面发挥了重要的保障作用。
- 社区环境的支持作用明显不足,制约了学校体育健身效益的延伸。

▶ 体育健身环境各要素得分



- 14个环境要素中,低于60分的有三个,其中两个属于社区环境。高于80分的有5个,其中3个属于学校体育环境。环境支持的失衡制约了儿童青少年体育健身水平的提升。

▶ 体育健身行为

🏃 身体活动水平得分 11.4分

♂ 男孩 12.9 ♀ 女孩 10.0



- “有体育活动”并不等于“有效体育活动”,身体活动水平得分低下的现实告诉我们,提升单位时间内身体活动的水平是发挥体育健康促进效益的关键。

▶ 体育健身效果

🏙️ 城市 80.1 🏡 乡镇 80.2

学段	健身意识	健身技能	体质健康水平
小学	75.1	—	93.4
初中	70.3	—	88.4
高中	65.3	81.8	89.6
健身效果: 80.1分			

- 效果指数得分“倒挂”现象表明,目前儿童青少年的体育健身活动属于一种被动状态。变“被动”为“主动”,需要政府、学校、家庭、社会的共同努力!

学业压力还是一定程度上“剥夺”了孩子身体活动的时间

指数报告也显示,我国儿童青少年体育健身在效果、环境和行为上存在着较为明显的“倒挂现象”。

报告认为,体育健身环境失衡发展是我国儿童青少年体质健康促进过程中的重大隐忧。在五个环境要素上,学校环境得分最高(84.6分),制度环境(74.6分)、家庭环境(74.7分)和人际环境(76.7分)得分相当,社区环境(43.3分)得分最低。总体来看,学校环境对儿童青少年参与体育健身的支持力度最大,社区环境的支持力度亟待加强。

同时,体育健身行为的情况依旧不容乐观。我国儿童青少年学生日常体育健身的活动方式(77.8分)较为丰富完善,但儿童青少年身体活动水平(11.4分)和静态行为方式(14.8分)的得分仍然处在很低的水平。而且,儿童青少年身体活动水平和静态行为方式的得分随年龄增长呈递减的趋势十分明显。例如,在身体活动水平方面,小学生每天保证1小时中高强度身体活动的得分均值为17.7分,而初中生降到9.8分,高中生则降到6.5分。这说明,年级越

高的孩子参加高强度身体活动的时间越少,学业压力还是一定程度上“剥夺”了孩子身体活动的时间。

此外,体育健身的“被动”问题也较为突出。我国儿童青少年体育健身效果指数得分较好,为80.1分。不过健身效果中体质健康水平的得分(小学93.4分、初中88.4分、高中89.6分)明显高于健身意识的得分(小学75.1分、初中70.3分、高中65.3分)。这说明我国儿童青少年体育健身参与总体上处于一种“被动参与”的状态。

学校体育仍是儿童青少年体育健身发展关键力量

综合各项数据分析,报告提出了多点建议。

第一、尽管2017年指数的总分在以往的基础上有所增长,但不能忽视总分增长背后部分学校体育要素得分下降的不良现象。在很长一段时期内,学校体育仍是我国儿童青少年体育健身发展中的关键力量,强化学校体育对保障儿童青少年基本的体育参与意义仍然十分重大。

第二、尽管高质量的学校体育工作是推进青少年体育健身和提升学生体质健康水平的重要支撑,但不是唯一支撑。青少年规律性的体育健身参与和体质健康水平的持续向好,需要全社会各方力量的协力。长远来看,建立政府主导下的学校、家庭、社会一体化青少年体育促进机制,是提升青少年体质健康

水平的重要保证。

第三、青少年体育健身效果随着年级的提高存在着明显的“递减现象”,同时,在健身意识、技能与体质健康水平之间也存在着明显的“倒挂现象”。这表明,青少年的体育健身参与仍然处于一种强制性的被动状态。这种状态下的体质健康水平成果是很脆弱的。变被动为主动,是包括学校体育在内的青少年体育工作努力的方向。

第四、在多年来国家强力的政策推动下,学校体育在保证学生参与体育活动的方面取得了明显成绩。但青少年身体活动水平得分严重偏低的现实表明,学校体育需要从学校“有体育活动”向“有效体育活动”的工作思路转变,即要提升活动时间中高强度活动时间的比例。

第五、初中毕业升学体育考试对“初升高”阶段学生的体育健身参与和体质健康水平都有明显的作用,但这种作用效益的延续性较短。这说明,“考试思维”在促进青少年积极参与体育方面确有价值,但如何通过完善的制度设计,既淡化“考”的应试痕迹,又能发挥“考”的持续导向作用,是当前学校体育考核评价亟待进行专题研究的课题。

第六、指数测评体系在全国应用以来,对学校体育乃至青少年体育工作的推进产生了积极的效果。但在部分指标的数据采集方面,科学工具的应用还有待加强。建议相关部门启动对指数测评体系升级的支持力度,在进一步提升评估科学性的同时,提升我国在青少年体育健身测评领域的国际话语权。