



# 新标准,新项目,新方法 第六次国民体质监测新在哪里?

本报记者 谢嘉伟

近段时间,第六次全国国民体质监测工作已经在省内陆续展开,作为全面使用新版标准后的第一次全国范围内的体质监测,功率车、高抬腿、俯卧撑这些与身体健康高度相关的运动指标被纳入到此次监测过程中,多项与身体健康高度相关的运动指标也首次被正式纳入到国民体质监测之中。

据了解,监测内容包括体质检测和问卷调查两部分,体质检测项目涵盖身体形态、身体机能、身体素质三大维度,问卷调查内容则涉及体育锻炼、生活习惯、健康状况等方面。“从整体来看,近年来我省国民体质总体呈现向好趋势。”浙江体科所全民健身中心主任薛亮表示,随着后亚运时期全民健身计划的深入实施,经常参加体育锻炼的人数比例逐年上升,2024年全省国民体质监测合格率达94.5%,反映出我省人民群众健身意识不断增强,身体素质稳步提升的良好局面。

## 什么样的人 可以参与?

本年度我省国民体质监测工作分两阶段实施,第一阶段:杭州、温州、嘉兴三个国家国民体质监测点于6月10日前完成数据采集与上报工作;第二阶段:其他非国家点于11月10日前完成该项工作。

监测对象为3-79周岁(不含7-19周岁人群)的浙江省公民,分为幼儿(3-6岁)、成年人(20-59岁)和老年人(60-79岁)3个人群,第六次国民体质监测全省计划完成有效样本量35200人。

## 想要参加体测 要注意什么?

自2021年起,我省在全国率先开展覆盖全县域的体质测试服务,并与国民体质监测相同步。通过线上预约、线下测试、线上线下一体交互式报告体验的方式。

想要参加体质监测的群众,可在浙里办进入“浙体育”服务平台点击“学健身”板块,点进“体质监测”中选取就近国民体质监测站进行预约以及查看自己的体质测试报告。同时,为确保测试安全性,受试者需在预约时如实填写运动风险筛查表。

## 此次体质监测 有什么不同?

和上一次国民体质监测相比,本次监测在器材、数据采集、测试过程等方面出现了新的变化。

具体来看相较以往有四点不同之处:第一是对监测器材无定向单一要求,符合相关接口、实时上传、数据安全等标准要求,均可作为第六次国民体质监测的设备;第二是要求测试现场的全过程录像,加强监督与质量控制手段;第三是注重测试人员过程中、数据上传前的数据检验和复核,尤其对异常数据的复核和逻辑检验;第四为体测数据和问卷数据为一个整体数据,无问卷数据视为无效数据。

薛亮表示,此次出现的变化,一方面是希望加深体质监测的服务性及外延性。另一方面通过监测设备、监测流程不断优化迭代升级,让体质监测最终能够惠及更多群众。

## 新加入的运动 指标有何意义?

新运动指标的加入,是为了与国际上的相关体质标准有所呼应,通过后期的数据对比研究,可以得出例如百姓运动趋势、体质变化规律等相关数据的分析,为我省全民健身计划的实施、一些健身方法的推广提供相应参考及数据支撑。

此外,在本次体质监测过程中,我省高度重视国民体质监测与科学健身指导、体卫融合工作的有效结合,让城乡居民能够享受“运动体检”的同时,确保城乡居民享有“体质有评估、锻炼有指导、慢病有预防”的体育新发展服务理念。通过体测,老百姓能够更清楚看到自己体质上的薄弱点,也能够根据测试报告为老百姓提供具有针对性且个性化的运动处方。

## 厉害了 老铁



4月19日至20日,2025年浙江体育助力山区海岛县系列赛事暨临海尤溪极限铁人三项挑战赛在尤溪镇成功举办。本次比赛吸引来自全球18个国家和地区的2000余名选手参与,共同在绿水青山中上演一场速度与激情的巅峰对决。 赛事组委会供图

## 百场赛事燃动“篮球城市”



➡ 详见2版

## 我的运动简史

➡ 详见5版

## “双周”新星闪耀,未来可期

➡ 详见7版