

三明市体育局文件

明体〔2025〕19号

三明市体育局关于印发 《三明市第六次国民体质监测工作方案》的通知

三元区文体和旅游局：

根据《福建省体育局等9部门关于印发〈福建省第六次国民体质监测工作实施方案（幼儿、成年人、老年人部分）〉的通知》精神，三明市为2025年全国第六次国民体质监测对象，并在三元区开展监测工作，现将《三明市第六次国民体质监测工作方案》印发给你局，请认真按照此方案做好各项准备工作，确保监测工作顺利实施。

附件：三明市第六次国民体质监测工作方案（幼儿、成年人、老年人部分）



附件

三明市第六次国民体质监测工作方案

(幼儿、成年人、老年人部分)

为了贯彻落实《全民健身条例》《全民健身计划》和《国民体质监测工作规定》，根据《福建省第六次国民体质监测工作方案(幼儿、成年人、老年人部分)》的要求，三元区作为第六次国民体质监测抽样地。为确保本次监测工作的顺利实施，制定本方案。

一、目的

开展第六次国民体质监测，是全面掌握我市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，加快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，增强全体国民身体素质和健康水平服务。

二、组织领导

- (一)“三明市国民体质监测工作领导小组”领导和协调本次国民体质监测工作，办公室设在三明市体育局群体科。
- (二)儿童青少年(学生)体质监测工作，由教育部门负责组织实施。
- (三)三元区文体和旅游局具体负责组织实施本地国民体质监测工作。

2025 年三明市国民体质监测工作领导小组名单

组 长	戴绍松	三明市体育局党组成员、副局长
	肖方杰	三元区人民政府副区长
副组长	林国海	三明市体育局群体科科长

	龚小平	三元区文体和旅游局局长
成 员	江 涛	三元区文体和旅游局副局长
	黄昌其	三元区文体和旅游局体育股股长
	魏铭星	三明市体育局群众科工作人员

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，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。

（一）三明市体育局的任务

1. 制定本市国民体质监测工作方案；
2. 指导、监督、检查本市国民体质监测工作；
3. 培训本市国民体质监测工作人员；
4. 协调落实专项经费。

（二）三元文体和旅游局的任务

1. 协助市体育局制定国民体质监测工作方案和培训国民体质监测工作人员，组建监测队，开展监测工作；
2. 宣传监测工作，收集、整理、保存监测工作音像资料；
3. 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市国民体质与运动健康指导站。
4. 组织符合要求的监测样本及场地布置。

（三）监测队必须具备的条件

1. 每队至少拥有 21 名以上（含 1 名医务人员）培训合格的检测员（其中女性不少于 3 人）；

2. 按要求配备国民体质监测的仪器、器材，为提高监测质量，至少配备一台可以全程录制监测过程的摄像机；

3. 必须有医务保障人员，现场开展医务监督工作，配备除颤仪等急救设备，保障测试安全进行，建议为受测对象办理相关责任保险。

四、监测对象与抽样

（一）监测对象

监测对象为 3-79 周岁的三明市公民（不含 7-19 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。监测对象要求具有生活自理能力、基本运动能力、语言表达能力、正常思维能力，发育健全且无运动禁忌证。

（二）类别与样本量

1. 幼儿分为城镇幼儿、乡村幼儿两类人群，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。每一年龄组抽样 36 人，总样本量为 576 人。城镇幼儿是指居住和生活在城镇一年及以上的幼儿，乡村幼儿是指居住和生活在乡村一年及以上的幼儿。

2. 成年人分为乡村居民、城镇体力劳动者和城镇非体力劳动者三类人群，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。每一年龄组抽样 36 人，总样本量为 1728 人。乡村居民是指居住和生活在乡村一年及以上且在乡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且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且从事脑力工作的人员。

3. 老年人分为城镇老年人、乡村老年人两类人群，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。每个设区市每一年龄组抽样 36 人，总样本量为 576 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；乡村老年人是指居住和生活在乡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。每个设区市幼儿、成年人和老年人合计样本量为 2880 例。

（三）抽样原则

第六次全国国民体质监测采用分层随机整群抽样方法抽取监测对象。原则上按照国民体质监测的既定抽样点开展工作，如有特殊情况可微调，但需通过市级体育行政部门与福建省体育科学研究所共同研究，经省级体育行政部门报送至国家国民体质监测中心，经批准方可执行。

四、监测内容

监测内容包括问卷调查和体质检测两部分，具体内容如下：

（一）问卷调查内容

为掌握国民身体活动与锻炼行为对国民体质变化的影响，为国家相关政策制定及科学健身指导提供数据支持和政策依据，延续历次国民体质监测的问卷调查板块，对问卷内容进行系统优化，主要调查板块内容如下：

1. 个人基本信息（年龄、职业及受教育程度等）。
2. 身体活动与锻炼行为（职业、交通、家务以及闲暇时间的身体活动水平，久坐行为与屏幕时间）。
3. 健康相关指标（与体质高度相关的行为与疾病风险情况）。

(二) 体质检测指标

第六次国民体质监测体质检测指标

	体质检测指标	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。

(三) 测人数一览表

类别	年龄组	农 村		小 计	城 市					合 计
		男	女		非体力劳动者		体力劳动者		小 计	
					男	女	男	女		
幼 儿	3 岁	36	36	72	36	36			72	144
	4 岁	36	36	72	36	36			72	144
	5 岁	36	36	72	36	36			72	144
	6 岁	36	36	72	36	36			72	144
成 年 人	20-24 岁	36	36	72	36	36	36	36	144	216
	25-29 岁	36	36	72	36	36	36	36	144	216
	30-34 岁	36	36	72	36	36	36	36	144	216
	35-39 岁	36	36	72	36	36	36	36	144	216
	40-44 岁	36	36	72	36	36	36	36	144	216
	45-49 岁	36	36	72	36	36	36	36	144	216
	50-54 岁	36	36	72	36	36	36	36	144	216
	55-59 岁	36	36	72	36	36	36	36	144	216
老 年 人	60-64 岁	36	36	72	36	36			72	144
	65-69 岁	36	36	72	36	36			72	144
	70-74 岁	36	36	72	36	36			72	144
	75-79 岁	36	36	72	36	36			72	144
总计	16 个年龄段	576	576	1152	576	576	288	288	1728	2880

注：年龄按周岁计算，精确到出生日。

(四) 抽样点人数安排表

1. 城市

类别	年龄	非体力劳动者				体力劳动者				合计
		抽样点	男	女	责任单位	抽样点	男	女	责任单位	
幼儿	3岁	实验幼儿园	18	18	区教育局					72
		列东幼儿园	18	18						
	4岁	实验幼儿园	18	18						72
		列东幼儿园	18	18						
	5岁	实验幼儿园	18	18						72
		列东幼儿园	18	18						
	6岁	实验幼儿园	18	18						72
		列东幼儿园	18	18						
成年人	20-24岁	三明学院	36	36	荆西街道	三钢文体馆	21	21	三钢工会	144
						区体育活动中心	5	5	城关街道	
						群二社区乐龄家园	5	5	白沙街道	
						富文社区乐龄家园	5	5	富兴堡街道	
	25-29岁	区第一实验学校	18	18	区教育局	三钢文体馆	21	21	三钢工会	144
		市第三中学	18	18		区体育活动中心	5	5	城关街道	
						群二社区乐龄家园	5	5	白沙街道	
						富文社区乐龄家园	5	5	富兴堡街道	
	30-34岁	区第一实验学校	18	18	区教育局	三钢文体馆	21	21	三钢工会	144
		市第三中学	18	18		区体育活动中心	5	5	城关街道	
						群二社区乐龄家园	5	5	白沙街道	
						富文社区乐龄家园	5	5	富兴堡街道	
	35-39岁	区第一实验学校	18	18	区教育局	三钢文体馆	21	21	三钢工会	144
		市第三中学	18	18		区体育活动中心	5	5	城关街道	
						群二社区乐龄家园	5	5	白沙街道	
						富文社区乐龄家园	5	5	富兴堡街道	
	40-44岁	区第一实验学校	18	18	区教育局	三钢文体馆	21	21	三钢工会	144
		市第三中学	18	18		区体育活动中心	5	5	城关街道	
						群二社区乐龄家园	5	5	白沙街道	
						富文社区乐龄家园	5	5	富兴堡街道	
	45-49岁	区第一实验学校	18	18	区教育局	三钢文体馆	21	21	三钢工会	144
						区体育活动中心	5	5	城关街道	

		市第三中学	18	18		群二社区乐龄家园	5	5	白沙街道	
						富文社区乐龄家园	5	5	富兴堡街道	
	50-54岁	区第一实验学校	18	18	区教育局	三钢文体馆	21	21	三钢工会	144
						区体育活动中心	5	5	城关街道	
		市第三中学	18	18		群二社区乐龄家园	5	5	白沙街道	
						富文社区乐龄家园	5	5	富兴堡街道	
	55-59岁	区第一实验学校	18	18	区教育局	三钢文体馆	21	21	三钢工会	144
						区体育活动中心	5	5	城关街道	
		市第三中学	18	18		群二社区乐龄家园	5	5	白沙街道	
						富文社区乐龄家园	5	5	富兴堡街道	
老年人	60-64岁	三钢文体馆	10	10	三钢工会					72
		区老干局	2	2	区老干局					
			3	3	区人社局					
		区体育活动中心	7	7	城关街道					
		群二社区乐龄家园	7	7	白沙街道					
		富文社区乐龄家园	7	7	富兴堡街道					
	65-69岁	三钢文体馆	10	10	三钢工会					72
		区老干局	2	2	区老干局					
			3	3	区人社局					
		区体育活动中心	7	7	城关街道					
		群二社区乐龄家园	7	7	白沙街道					
		富文社区乐龄家园	7	7	富兴堡街道					
	70-74岁	三钢文体馆	10	10	三钢工会					72
		区老干局	2	2	区老干局					
			3	3	区人社局					
		区体育活动中心	7	7	城关街道					
		群二社区乐龄家园	7	7	白沙街道					
		富文社区乐龄家园	7	7	富兴堡街道					
	75-79岁	三钢文体馆	10	10	三钢工会					72
		区老干局	2	2	区老干局					
			3	3	区人社局					
		区体育活动中心	7	7	城关街道					
		群二社区乐龄家园	7	7	白沙街道					
		富文社区乐龄家园	7	7	富兴堡街道					
总计	16个年龄段		576	576			288	288		1728

注：年龄按周岁计算，精确到出生日。

2. 乡村

类别	年龄	抽样点	人数		责任单位	合计
			男	女		
幼儿	3 岁	陈大幼儿园	12	12	区教育局	72
		洋溪幼儿园	8	8		
		莘口幼儿园	8	8		
		岩前幼儿园	8	8		
	4 岁	陈大幼儿园	12	12	区教育局	72
		洋溪幼儿园	8	8		
		莘口幼儿园	8	8		
		岩前幼儿园	8	8		
	5 岁	陈大幼儿园	12	12	区教育局	72
		洋溪幼儿园	8	8		
		莘口幼儿园	8	8		
		岩前幼儿园	8	8		
	6 岁	陈大幼儿园	12	12	区教育局	72
		洋溪幼儿园	8	8		
		莘口幼儿园	8	8		
		岩前幼儿园	8	8		
成年人	20-24 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
	25-29 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
	30-34 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
	35-39 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
	40-44 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72

		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
	45-49 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
	50-54 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
	55-59 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
老年人	60-64 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
	65-69 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
	70-74 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
	75-79 岁	陈大镇六中	7	7	陈大镇	72
		新街村村部	7	7	洋溪镇	
		莘口镇政府	7	7	莘口镇	
		岩前镇政府	8	8	岩前镇	
		中村乡政府	7	7	中村乡	
合计	16 个年龄段		576	576		1152

注：年龄按周岁计算，精确到出生日。

六、监测经费

所需监测经费从体育彩票公益金中安排，主要用于实施本次监测工作的有关器材购置、交通、宣传、人员聘用等费用。

七、监测器材

本次监测工作所需器材使用2025年福建省体育科学研究所新配发的第六次国民体质监测仪器。同时可继续使用2020年体育总局统一配发的第五次国民体质监测仪器

八、工作进度

（一）准备阶段（2025年4月）

1. 2025年4月下旬，市体育局下发《三明市第六次国民体质监测工作方案》。

2. 2025年4月中旬，组织参加省体育局举办的省级“第六次国民体质监测技术培训班”，选派24人参加培训（其中女的3名以上）。

3. 2025年4月底前，三元区制定并向市体育局群体科报送国民体质监测工作方案，方案内容包括组织领导、监测网络、监测队数及人数、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。

（二）数据采集阶段（2025年5月—6月）

1. 三元区文体和旅游局可根据本地的气候等情况，在此期间内自行确定测试时间完成所承担的监测任务，福建省体育科学研究所将通过质量控制网络平台全程监控。

2. 三元区文体和旅游局按照统一要求，进行检测数据实时上传。

3. 省、市体育局将根据测试时间，组织人员到测试现场进行检查、督导和质控。

（三）总结阶段（2025 年 7 月—2026 年 3 月）

1. 2025 年 8 月上旬，三元区上报监测工作的书面总结材料。

2. 2025 年 8 月中旬，市体育局向省体育科学研究所报送本市监测工作总结。

3. 2025 年 12 月，福建省国民体质监测中心组织撰写《第六次福建省国民体质监测公报》。

4. 2026 年 2 月底前，福建省国民体质监测中心报批《第六次福建省国民体质监测报告》。

5. 2026 年 3 月底前，福建省国民体质监测中心发布第六次福建省国家国民体质监测结果。

九、工作要求

三元区文体和旅游局要与有关部门加强协调配合，共同组织和开展好本次国民体质监测工作。要认真制定工作方案，周密组织实施，按时保质保量完成监测任务。同时加强宣传。扩大监测工作影响，争取社会各界的支持。要为各级开展国民体质监测工作创造条件，使其充分发挥作用。加强监控，规范操作，确保数据质量。采取切实有效措施，严防意外伤害事故的发生。监测过程中为监测对象提供科学健身指导与体卫融合相关服务。

抄送：市教育局、市民宗局、市民政局、市财政局、市农业农村局、市卫健委、市统计局，市总工会。

三明市体育局办公室

2025 年 4 月 24 日印发
