**国民体质监测服务内容及要求**

一、服务内容

（一）监测对象

覆盖人群为3-79 周岁中国公民（不含 7-19 岁人群），具体分为三类：幼儿（3-6 岁）、成年人（20-59 岁）、老年人（60-79 岁），且各类人群需满足生活自理、具备基本运动能力、无运动禁忌症等条件。

人群分类及样本量：

幼儿分城镇、乡村两类，按性别细化为 4 类样本，以 1 岁为年龄组共 16 个组别，各省（区、市）每年龄组抽样 100 人，总样本量 1600 人；

成年人分乡村居民、城镇体力劳动者、城镇非体力劳动者三类，按性别细化为 6 类样本，以 5 岁为年龄组共 48 个组别，各省（区、市）每年龄组抽样 100 人，总样本量 4800 人；

老年人分城镇、乡村两类，按性别细化为 4 类样本，以 5 岁为年龄组共 16 个组别，各省（区、市）每年龄组抽样 100 人，总样本量 1600 人；

三类人群合计样本量 8000 例。

（二）监测核心内容

针对不同人群设计专属问卷：幼儿配备家长版和教师版问卷、成年人及老年人各有对应问卷；

问卷涵盖个人基本信息、身体活动与锻炼行为、健康相关指标等板块，幼儿问卷侧重生活作息与活动时长，成年人问卷包含心理状态与运动损伤情况，老年人问卷增加跌倒风险与认知功能自评。

按身体形态、身体机能、身体素质三类维度开展，不同人群检测指标有差异：

身体形态：幼儿含身高、坐高、体重、体脂率、胸围；成年人及老年人含身高、体重、体脂率、腰围、臀围；

身体机能：幼儿含安静脉搏；成年人含安静脉搏、血压、肺活量、功率车二级负荷试验；老年人含安静脉搏、血压、肺活量、2 分钟原地高抬腿；

身体素质：幼儿含握力、坐位体前屈、立定跳远、双脚连续跳等；成年人含握力、背力、纵跳、俯卧撑 / 跪卧撑等；老年人含握力、坐位体前屈、30 秒坐站、闭眼单脚站立等。

（三）抽样服务：采用分层随机整群抽样，沿用既定抽样点，确需替换需上报审批，抽样时需保证各年龄、城乡、性别样本分布均衡。

数据与报告服务：通过专属数据采集与质量控制平台实现数据实时上传与检验，同时依托小程序为监测对象提供问卷填写、体质测试报告查询及测试预约服务。

二、服务要求

（一）人员配置要求

测试队配备经培训考核合格的检测员（女性不少于 3 人），且必须配备 1 名具备急救能力的医务保障人员。

（二）质量控制要求

测试中：严格核对受试者身份信息，做到 “人证合一”；测试人员需实时校验指标数据，对异常值及时复测；测试现场需全程录像且保留原声、不剪辑；

测试后：数据需在测试结束 10 分钟内实时报送总局系统平台。

（三）流程与安全要求

严格遵循测试流程：先完成受试者建卡与运动风险筛查（通过 PAR-Q 改良问卷），再按 “安静脉搏 / 血压→形态机能指标→素质指标→心肺耐力测试” 顺序开展检测，最后完成数据上传与报告生成；

安全保障：测试现场配备医务人员，对筛查异常或测试中出现胸闷、头晕等不适的对象，立即终止测试并妥善处理；提前做好场地器材检查，严防意外伤害。

（四）时间推进要求

需按既定阶段开展工作：准备阶段完成方案报送与人员培训，测试阶段在指定时段内完成数据采集与实时上传，总结阶段按时报送工作总结并完成监测结果发布。