

国家体育总局办公厅 教育部办公厅

体青字〔2022〕28号

体育总局办公厅 教育部办公厅 关于开展2022年全国青少年科学健身 指导普及工作的通知

各省、自治区、直辖市、新疆生产建设兵团体育行政部门、教育厅（教委、教育局）：

为全面贯彻习近平总书记关于促进青少年健康成长的重要指示批示精神，进一步深化体教融合，推进健康中国行动中小学健康促进行动，提升青少年体育健身意识，促进青少年德智体美劳全面发展，经研究，决定开展全国青少年科学健身指导普及工作。具体事项通知如下：

一、工作任务

（一）举办丰富多样的青少年健身科普活动

各地要充分发挥“奔跑吧·少年”活动平台作用，通过科学健身指导、运动技能培训、体质测评、体育运动项目展演与体验、健康技能展示等形式将科普工作落到实处。要深化“体教融

合走基层”体育支教活动，帮助高校师生校准服务基层、服务乡村振兴的职业规划准星，解决体育师资薄弱、体育教师引进难等问题。按照体校、青少年体育俱乐部进校园开展课后体育服务要求，组织优秀运动员、教练员深入学校、社区开展科学健身指导服务。要广泛开展科学健身科普宣传教育，通过开设科学健身大讲堂或与学校健康教育课相结合的形式，充分利用体育馆、图书馆、博物馆、科普教育基地等场所，结合课后服务、寒暑假、全民健身日等时机，为学生、教师以及家长普及科学健身知识。

（二）开展青少年体质健康干预试点工作

今年将在全国部分省（区、市）围绕“近视防控”“科学减脂”“体姿改善”3个主题，依托体育总局科研院所开展青少年体质健康干预试点工作。各试点省（区、市）要做好体质健康监测、运动干预、数据报送、科学研究等工作，本次干预试点工作将持续开展3年。各地按照体育总局科研院所制定的运动干预方案（详见附件2）组织学生在大课间、体育课或课后服务时间进行锻炼，及时、准确采集相关数据，动员体育科研人员、教师等，加大体育锻炼对儿童青少年身心健康干预效果研究。

（三）开展儿童青少年体质健康促进学术交流活动

为丰富青少年体育科普素材、促进交流与合作，围绕“近视防控”“科学减脂”“体姿改善”“心理健康”“科学健身”等专题，面向全国发布青少年体质健康促进科普项目指南、征集科普作品、举学术交流活动（附件3），构建青少年体育行政管理、

教师、科研等人员的交流平台。请各地体育和教育行政部门高度重视、充分动员，做好组织工作。届时将开展评优工作，优秀作品颁发荣誉证书并纳入科普库在多平台进行推广。

二、有关要求

（一）加大组织实施

体育总局青少司、教育部体卫艺司负责指导各相关单位组织、开展好各项青少年健身科普工作。体育总局科研所提供科普资料、协调专家资源支持各地开展科普活动，制定干预试点工作整体方案和要求，并指导各单位落实好试点工作。各地体育和教育行政部门要建立健全部门协作、各方参与的工作机制，明确职责，负责具体实施开展各项青少年健身科普活动。各试点单位应严格按照要求落实并开展好干预试点工作。

（二）加大宣传报道

各地要高度重视宣传工作，充分发挥电视台、报纸、新媒体等媒介作用，号召广大青少年积极参加体育运动，掌握科学健身知识，提升青少年健身科普工作的影响力，对活动效果好、示范性强的在全国进行宣传推广。

（三）加大典型挖掘

各地体育和教育行政部门在青少年健身科普活动中注意收集、保存各类资料。请各地体育行政部门于2022年12月5日前报送科普活动总结 and 《全国儿童青少年科学健身指导与普及活动开展情况统计表》（附件1）至体育总局青少司。体育总局科研

所做好全面总结工作、深入挖掘典型案例，并及时提交给体育总局青少司和教育部体卫艺司。

体育总局青少司

联系人：朱 伟 (010) 87182106

教育部体卫艺司

联系人：许 弘 (010) 66096472

体育总局科研所

联系人：李 良 (010) 87182619、87182568 (传真)

E-mail: kexuejianshen@ciss.cn

- 附件：1. 全国儿童青少年科学健身指导与普及活动开展情况统计表
2. “体教融合”青少年体质健康干预试点工作方案
3. 全国儿童青少年体质健康促进学术交流活动方案



附件 1

全国儿童青少年科学健身指导与 普及活动开展情况统计表

单位（盖章）：

填报人：

电话：

序号	活 动 形 式	开展场次	参与人次	备 注
1				
2				
3				
4				
5				

注：1. 活动形式包含科学健身指导、运动技能培训、体质测评、体育运动项目展演与体验、健康技能展示、运动员健身指导等。

2. 请于 2022 年 12 月 5 日前连同科普活动总结报送至 kexuejianshen@ciss.cn。

“体教融合”青少年体质健康 干预试点工作方案

为贯彻落实《体育总局 教育部关于印发深化体教融合 促进青少年健康发展意见的通知》（体发〔2020〕1号）中“加强学校体育工作，树立健康第一的教育理念”的有关精神，围绕“近视防控”“科学减脂”“体姿改善”3个主题，在部分省份开展为期3年的“体教融合”青少年体质健康干预试点工作（以下简称“干预试点工作”），具体方案如下：

一、遴选试点省市和试点学校

在北京、江苏、浙江、安徽、江西、湖北、湖南、广东、重庆、陕西、贵州、宁夏等省份开展干预试点工作。每个试点省市体育和教育行政部门要结合国家学生体质健康标准的抽测复核工作遴选出学校体育开展较好、配合度高、组织性强的若干所小学作为试点学校，从2、3、4年级小学生中各选取不少于1000名学生参与该项工作。干预试点主题由相关试点学校从“近视防控”“科学减脂”“体姿改善”3个主题中选择2个。

二、主要工作内容和计划

（一）进行体质健康测评，建立健康档案

按照体育总局科研所制定的测试细则和调查问卷对纳入试点

工作的学生进行体质健康筛查，包括视力水平、身体形态、身体素质、身体姿态、心理状态等方面，建立学生体质健康档案。体质健康测评每学年开展2次，原则上为新学年起始的9月至10月及学年结束时的5月至6月。

（二）开展运动干预，促进体质健康

为确保运动干预工作真正落实落细，各试点学校可结合学校条件和组织情况，优先从体育总局科研所制定的“基础运动干预方案”和“运动干预操”两种形式中选择一种开展运动干预，具体情况由试点学校同体育总局科研所沟通后确定。

1. 选择“基础运动干预方案”的试点学校，在上学日在校期间，由试点学校统一组织学生开展相应主题的运动锻炼，可充分利用大课间、体育课或课后服务时间组织开展锻炼，保证每天不少于40分钟，每周不少于3次。

2. 选择“运动干预操”的试点学校，在每个上学日在校期间，统一组织学生练习相应主题的“运动干预操”；在课后及节假日，以体育家庭作业的形式由学生自行安排练习并完成打卡。每周至少保证120分钟的运动干预，探索构建家校联动运动干预模式。

（三）开展科普教育，引导健康行为

通过科普讲座、运动健身指导以及发放科普资料等方式开展科普教育工作，邀请相关领域的专家开展科普讲座，内容涵盖主题相关理论知识与实践方法，有条件的学校可在每学期末组织专

题知识竞赛，强化和巩固知识储备，引导学生养成健康生活方式，提升干预工作成效。

（四）注重过程，总结完善

各干预工作承担单位应注意留存干预工作推进过程中所产生的数据、文字、图片、视频等素材，梳理典型案例，做好宣传报道，总结干预工作的经验，完善青少年体质健康干预模式。

全国儿童青少年体质健康 促进学术交流活动方案

为全面贯彻习近平总书记关于促进青少年健康成长的指示批示精神，体育总局教育部依托体育总局科研所举办以“体教融合、健康身心”为主题的第一届儿童青少年体质健康促进学术交流活动的，旨在为儿童青少年体质健康促进工作者搭建高起点、宽范围、多领域的学术交流平台，进一步推动儿童青少年体质健康促进工作的发展。具体方案如下：

一、征文范围

凡符合以下选题范围、未在公开刊物上发表过且未在全国性学术会议上报告过的论文均可报送。

(一) 科学健身

1. 儿童青少年运动训练负荷研究
2. 儿童青少年训练理论与实践研究
3. 儿童青少年体能训练
4. 儿童青少年体质健康促进研究
5. 运动增强体质与健康的机制与应用研究
6. 促进儿童青少年参与体育锻炼的干预措施的研究

(二) 心理健康

1. 学校体育与青少年学生心理健康发展
2. 锻炼的心理动因与心理效益
3. 运动与儿童青少年脑健康
4. 运动提升儿童青少年心理健康素养
5. 儿童青少年心理发展规律
6. 儿童青少年心理健康保护因素
7. 家庭、学校、社会三位一体心理健康体系建设

(三) 脊柱健康

1. 学校体育与儿童青少年脊柱健康
2. 儿童青少年不良体姿的发生机制研究
3. 儿童青少年不良体姿的评定
4. 儿童青少年不良体姿矫正的运动干预研究

(四) 肥胖防控

1. 儿童青少年肥胖防控的运动干预研究
2. 儿童青少年运动营养管理
3. 儿童青少年运动减脂训练的应用研究
4. 儿童青少年减脂中的运动损伤预防

(五) 近视防控

1. 儿童青少年近视预防教育
2. 近视低龄化问题的机制与应用研究
3. 运动与儿童青少年近视防控的机制与应用研究

二、征文要求

1. 论文须系作者（或课题组）独立研究完成，对他人知识产权有充分尊重，且未在全国性学术会议上报告或公开刊物发表过。

2. 论文请勿涉及政治敏感话题和保密内容，请作者确保论文内容的真实性和客观性，文责自负。

3. 请在投稿前确定所投稿件的作者、单位信息及排序，投稿完成将不能修改。

三、论文格式要求

1. 论文整体格式：论文文稿请用 word 录入排版，A4 版面，五号宋体通排，单倍行距，页边距、页眉页脚取默认值，插入页码居中。文题和正文中的数字及西文字母用 Times New Roman 字体。

2. 论文大摘要要求（1000—1200 字）：论文应包含作者信息、论文题目、论文摘要（应包括研究目的、方法、结果和结论四部分）和关键词（需列出 3—5 个）。

3. 论文全文要求：论文应完整且简明扼要，需包括论文题目、必要的研究背景、研究方法、研究结果与分析和参考文献等；应保留设计主要观点的图片、曲线和表格，并注明数据来源，不少于 3000 字，不超过 8000 字。

四、论文报送及评选

1. 请各省级体育部门于 10 月 21 日前将论文报送信息汇总表盖章后交换体育总局科研所，论文电子版发送至指定邮箱

(kexuejianshen@ciss.cn)。

2. 请严格按照征文要求撰写论文，组委会只接受中文稿件，将通过“中国知网科技期刊学术不端文献检测系统（AMLC）”对所有投稿论文进行检测，凡不符合要求的论文将不予受理。

3. 为激励广大科技工作者进行高质量的学术论文报告，将进行优秀论文和优秀组织单位评选。

五、其他事项

1. 本次学术交流活动不收取任何费用。
2. 论文评选结果及学术交流活动议程另行通知。

附表：论文报送信息汇总表

附表

论文报送信息汇总表

单位（盖章）：

填报人：

电话：

序号	作者姓名	所在单位	论文题目	联系电话	通讯地址	备注
1						
2						
3						
4						
5						
6						

序号	作者姓名	所在单位	论文题目	联系电话	通讯地址	备注
7						
8						
9						
10						