

## 2025 年武汉市国民体质监测公报

2025 年国家体育总局联合教育部等九部委发布了《关于开展第六次全国国民体质监测工作的通知》，随后湖北省体育局印发了《第六次湖北省国民体质监测工作方案》（鄂体〔2025〕9 号）、武汉市体育局印发了《2025 年武汉市国民体质监测工作方案》（武体〔2025〕36 号）。依据相关工作方案，武汉市于 2025 年 4 月-7 月开展了 2025 年武汉市国民体质监测工作。本次监测旨在系统掌握武汉市居民体质现状与特征，推动构建更高水平的全民健身公共服务体系，提高武汉市居民体质和健康水平，引导人们形成健康的生活方式，助力“健康中国”建设。

### 一、组织实施

#### （一）监测对象

本次监测对象为 3~6 岁幼儿、20~59 岁成年人、60~79 岁老年人，监测对象要求身体健康、发育健全、无先天、遗传性疾病（如先天性心脏病、瘫痪、聋哑、痴呆、精神异常、发育迟缓等）及急、慢性疾病（如心脏病、高血压等），具有生活自理能力、语言表达能力、思维能力和接受能力，具有基本的运动能力。本次监测采用分层随机抽样的方法，以第五次国民体质监测抽样点为基础，从青山、汉阳、新洲、江夏 4 个区抽取 10 个街道、2 所幼儿园作为测试点，获得有效样本量 2885 人。

#### （二）监测内容

本次监测内容包含体质检测和问卷调查两部分。体质检测包括身体形态、身体机能和身体素质三类指标，问卷调查包括体育锻炼、身体活动、健康状况等内容。本次监测首次实现了数据的全面电子化采集与实时上报，通过全程追踪与即时校验，有效保障了数据质量。

#### （三）监测数据评价

《国民体质测定标准（2023 年修订）》于 2023 年 8 月发布，该标准在覆盖人群、测试指标、评分方法及技术手段等方面进行了系统优化，构建了更加科学、全面且符合当前国民健康需求的体质评价体系。本次监测依据该标准开展体质检测数据分析与评价。

## 二、国民体质基本状况

### (一)国民体质达标情况

2025年武汉市居民体质评价结果达到“合格”等级及以上的人数比例(以下简称“合格率”)为93.03%<sup>[1]</sup>,不同人群的体质合格率见图1。

2025年武汉市居民体质评价结果达到“良好”等级及以上的人数比例(以下简称“优良率”)为31.79%,不同人群的体质优良率见图2。

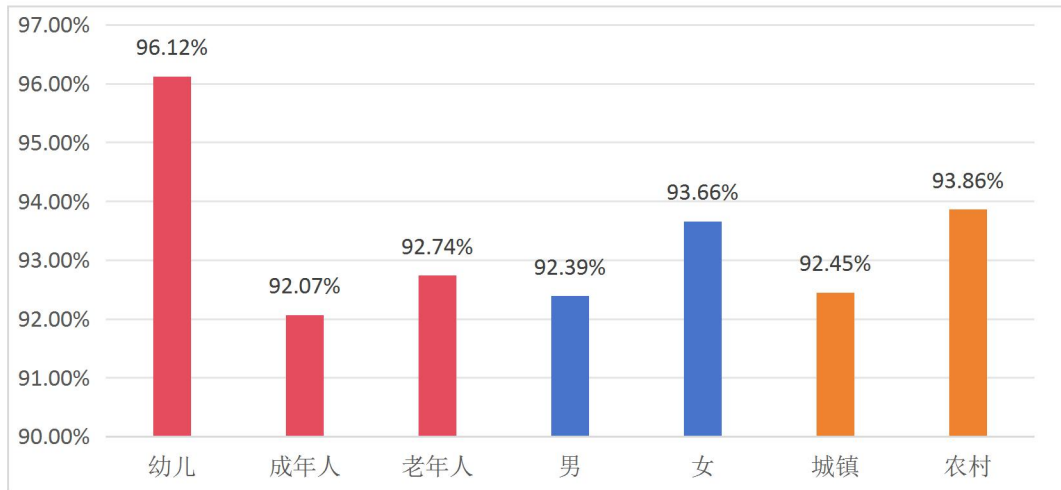


图1 不同人群体质合格率

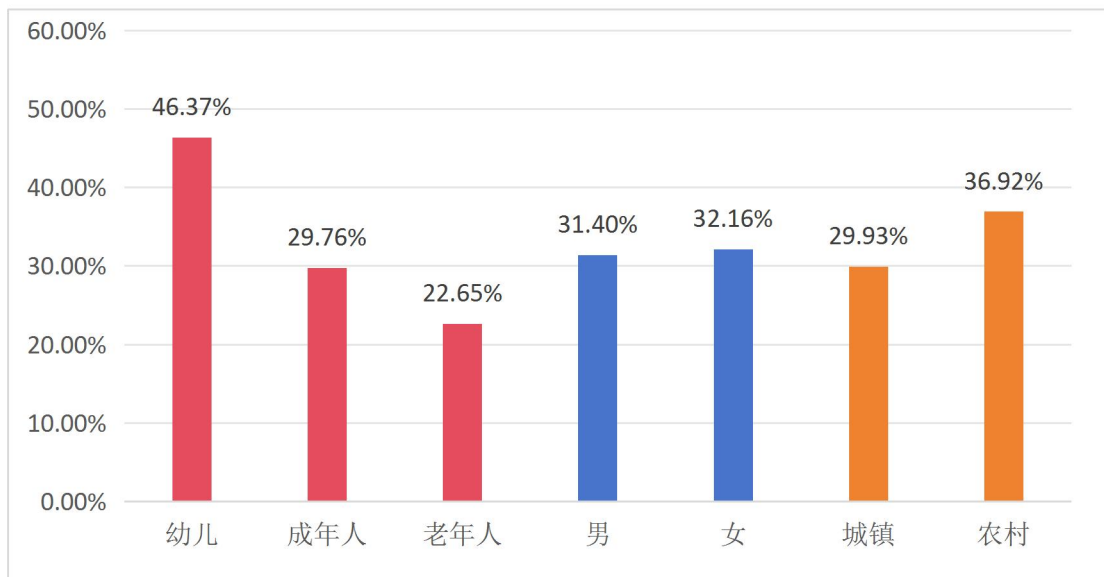


图2 不同人群体质优良率

[1] 采用2003年公布的《国民体质测定标准》对本次测试数据进行评价,2025年武汉市居民体质合格率为95.14%;采用2023年8月发布的《国民体质测定标准(2023年修订)》对本次测试数据进行评价,2025年武汉市居民体质合格率为93.03%。

(二) 武汉市居民体质主要特征

1、幼儿体质合格率高於成年居民和老年居民，女性居民体质合格率高於男性居民，农村居民体质合格率高於城镇居民。

2、武汉市3-6岁幼儿体质优势项目(图3)有：体重指数、15米障碍跑、双脚连续跳、立定跳远，合格率最低的项目是走平衡木，合格率为67.12%。

3、武汉市20-59岁成年人体质优势项目(图3)有：最大摄氧量、体脂率、肺活量、体重指数、选择反应时，合格率最低的项目是俯卧撑(男)，合格率为60.26%。

4、武汉市60-79岁老年人体质优势项目(图3)有：30秒坐站、2分钟原地高抬腿、体脂率、体重指数，合格率最低的项目是选择反应时，合格率为48.50%。



图3 不同人群体质优势项目、劣势项目及其合格率

三、国民体质变化情况

(一)国民体质总体变化

2023年8月，国家发布了《国民体质测定标准(2023年修订)》，武汉市相同统计口径的评价结果数据最早可追溯到2023年，2023至2025年武汉市居民体质水平呈现稳步提升趋势(图4)。

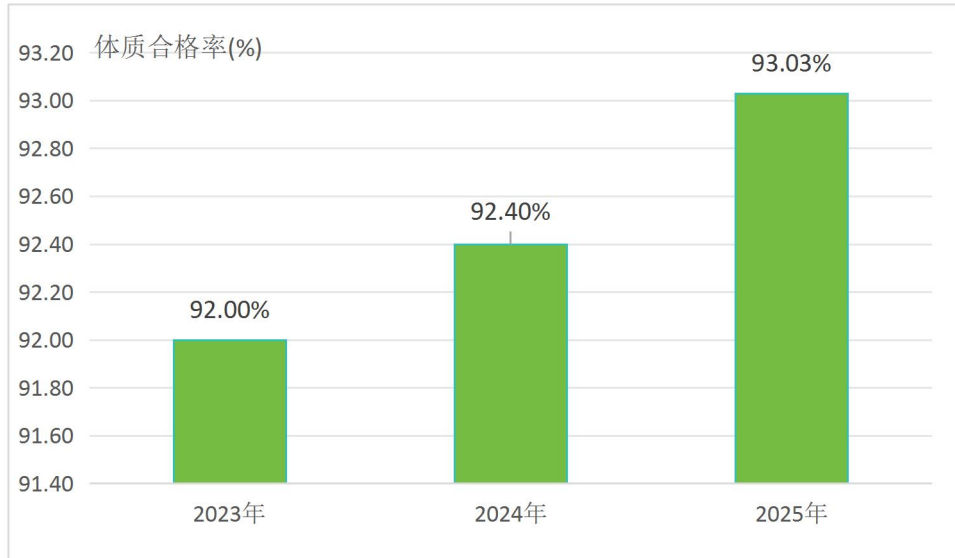


图4 2023-2025年武汉市居民体质合格率

(二)不同人群体质变化

1. 幼儿

与2020年监测相比(图5),2025年男性幼儿身高、坐高、体重、胸围和体脂率均有所下降,降幅在0.02%~16.34%;走平衡木下降<sup>[2]</sup>9.00%;握力、立定跳远、坐位体前屈、双脚连续跳、15米障碍跑等身体素质均有提升,增幅在4.27%~14.06%。



图5 3-6岁男性幼儿各项体质数据的变化

[2] 体质测试指标中,幼儿的走平衡木、双脚连续跳和15米障碍跑,以及成年人与老年人的选择反应时属于“低优指标”,即测试数值越小,代表该能力越强。为准确反映相关能力的变化趋势,在描述其变化值与变化率时,依据其实际能力的提升或下降的方向进行表述。

与2020年监测相比（图6），2025年女性幼儿身高平均身高、坐高、体重、胸围和体脂率均有所下降，降幅在0.3%~12.27%；握力、立定跳远、坐位体前屈、双脚连续跳、15米障碍跑、走平衡木等身体素质均有提升，增幅在0.64%~19.81%。



图6 3-6岁女性幼儿各项体质数据的变化

## 2. 成年人

与2020年监测相比（图7），2025年成年男性身高、体重、腰围、臀围增长0.15%~1.45%；肺活量、仰卧起坐、坐位体前屈、闭眼单脚站、选择反应时、最大摄氧量等水平均有提高，增幅为2.72%~26.00%；体脂率下降2.15%；握力、背力、纵跳及俯卧撑能力有所下降，降幅1.79%~21.32%。



图7 20-59岁成年男性各项体质数据的变化

与2020年监测相比（图8），2025年成年女性身高、体重、臀围和体脂率增长0.45%~3.15%；肺活量、仰卧起坐、选择反应时、最大摄氧量略微提高0.10%~6.88%；坐位体前屈和闭眼单脚站提高显著，分别为28.56%、40.93%；腰围和握力分别减少0.17%和3.79%；背力、纵跳和俯卧撑能力则出现下降，降幅为5.93%~22.12%。



图8 20-59岁成年女性各项体质数据的变化

### 3. 老年人

与2020年监测相比（图9），2025年老年男性身高和臀围分别增长0.19%和0.63%；肺活量、原地高抬腿及30秒坐站等水平均有提高，增幅为11.98%~34.06%；坐位体前屈平均值增长1.91厘米，增幅达116.76%；体重、腰围和体脂率分别下降1.20%、0.39%和9.14%；握力、闭眼单脚跳及选择反应时等水平均有所下降，降幅为2.47%~12.68%。



图9 60-79岁老年男性各项体质数据的变化

与2020年监测相比（图10），2025年老年女性身高、体重和臀围分别增长1.43%、2.06%和1.75%；肺活量、原地高抬腿、握力及30秒坐站等水平均有提高，增幅为0.06%~36.03%；坐位体前屈平均值增长5.26厘米，增幅达313.42%；腰围和体脂率分别下降1.00%和3.08%；闭眼单脚跳和选择反应时分别下降0.69%和31.30%。



图 10 60-79 岁老年女性各项体质数据的变化