



中国运动促进儿童发展公益项目扫描

资助者圆桌论坛CDR
2022年4月

感谢共创与资助伙伴

运动促儿童发展议题共创伙伴

(按首字母顺序)

北京姚基金公益基金会
福建省恒申慈善基金会
NBA关怀行动
耐克中国 (体育公益部)
上海真爱梦想公益基金会
深圳壹基金公益基金会
浙江蚂蚁公益基金会
浙江省蔡崇信公益基金会

议题地图资助伙伴

(按首字母顺序)

阿里巴巴公益基金会
北京蓝驰公益基金会
南都公益基金会
腾讯公益慈善基金会

关于议题地图 | 议题地图是由公益同行共创的、聚焦于社会问题和有效解决方案分析的、持续更新的多议题在线知识库。欢迎持续关注，了解更多社会议题知识动态。

>> 进入方式: CDR 官网 <http://cdr4impact.org.cn> → 主菜单 “知识库” → “议题地图”

版权说明 | 本报告为公益同行学习分享所用，转载或引用请注明出处。反馈建议可联系 zhangfan@cdr4impact.org

目录

1. 范围界定：运动促进儿童发展

- 概念定义
- 人力资本模型与运动的代际循环
- 在我国的政策语境

2. 问题现状

- 我国儿童身体活动现状
- 影响儿童身体活动的多重因素
- 身体活动影响儿童健康状况

3. 公益项目示例（国际、国内）

4. 思考与讨论：公益资金如何选择切入点、如何提高有效性

1. 范围界定：运动促进儿童发展

- **运动**：本报告中的“运动”特指广义的运动，即有助于身体健康、心理健康、和社会互动的**所有形式的身体活动**：包括**竞技体育**、**日常健身活动**、甚至**有一定运动量的游戏**、**休闲娱乐活动**等多种形式。不强调某一特定的运动项目，也不强调技能水平或者分数输赢。[1]
- **运动促进儿童（0-18周岁）发展**：有目的的利用运动、体育活动、玩耍、游戏或任何形式的身体活动，让参与其中的儿童实现特定的发展目标。
 - 身体活动是提高人类竞争力并且最大程度发挥人类潜能的有力投资：从长期考量，身体活动会以独特且全面的方式促进人力资本在多方面综合发展（详见第2页：运动的“人力资本模型”）。
 - 婴幼儿期到青春期是人类基本活动技能的关键发育阶段，需要发展与锻炼各种为后期身体活动所需的必要技能，这期间所形成的行为模式会被大脑固定下来，影响一生。因此，为不同年龄段的孩子们提供适宜的运动，将让孩子终身受益，并形成良性的代际循环（详见第3页：运动的代际循环）。
- **运动与可持续发展目标(SDGs)**：体育为强化可持续发展目标发挥了关键作用，包括：SDG3 确保健康的生活方式，促进各年龄段人群的福祉；SDG4 确保包容和公平的优质教育，让全民终身享有学习机会；SDG5 实现性别平等，增强所有妇女和女童的权能；SDG11 建设包容、安全、有抵御灾害能力和可持续的城市和人类住区等。[2]
- 我国的政策语境中，“儿童、运动”更多指向“学校体育”（包括不同教育阶段的体育课以及延伸的课外体育锻炼和体育竞赛等），我们将借由对学校体育（特别是中小学体育）相关政策的梳理来理解运动促进儿童发展议题在国家政策层面的定位。但后文的策略分析、项目示例的范围则不限于学校体育。

[1] 定义参考联合国体育促进发展与和平问题国际工作组、欧洲体育宪章、《[为动而生：促进身体活动的行动框架](#)》（耐克大中华区体育公益部）等多份资源

[2] 《体育对实现可持续发展目标的作用》<https://www.un.org/zh/chronicle/article/20822>

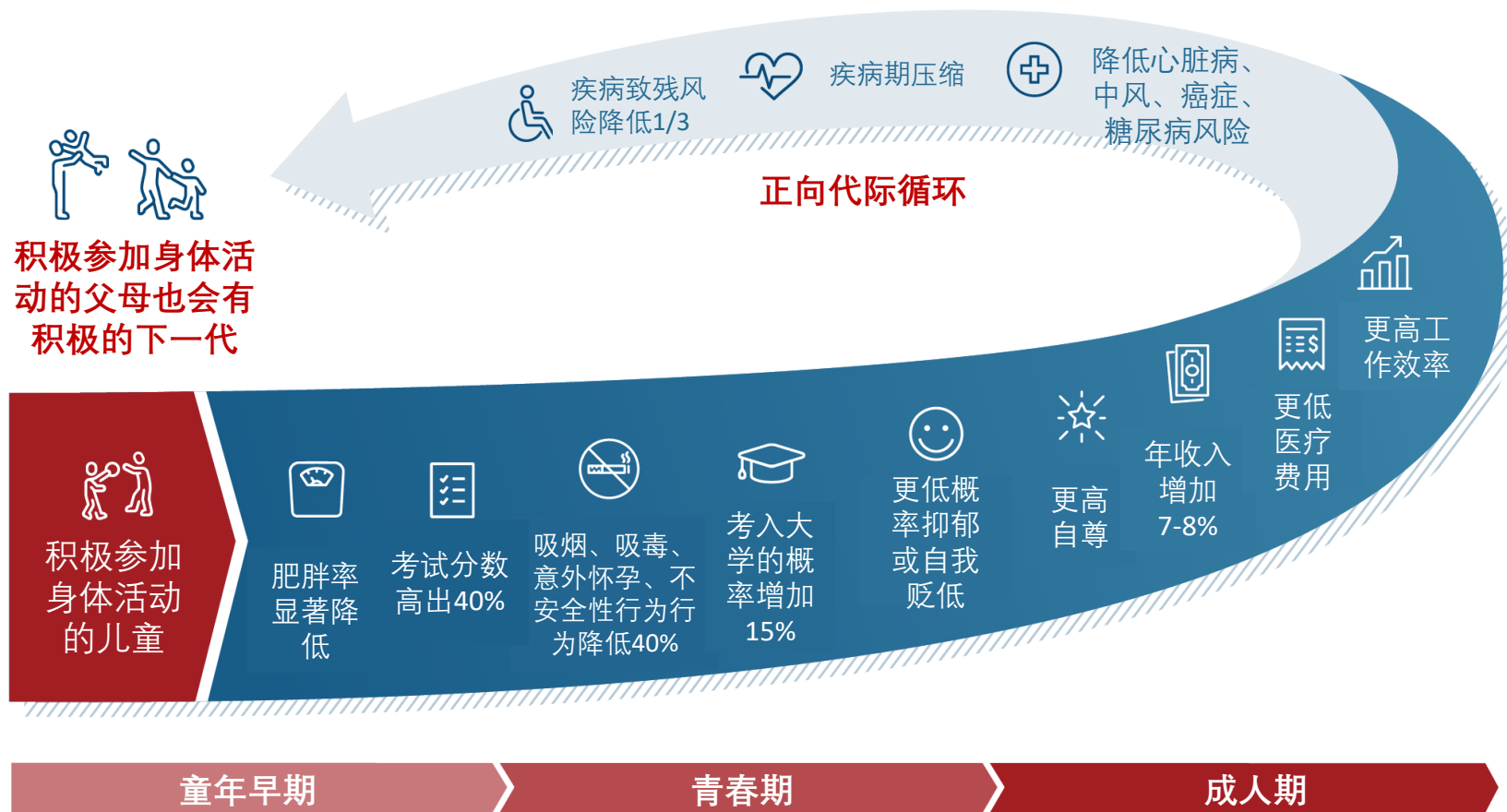
1.1 范围界定：运动促进儿童发展的人力资本模型

□ 身体活动是提高人类竞争力并且最大程度发挥人类潜能的有力投资：从长期考量，身体活动会以独特且全面的方式促进人力资本在多方面综合发展[1]：

身体资本：给身体健康带来的直接利益以及对健康行为的积极影响		情感资本：与身体活动有关的心理和精神健康		个人资本：在运动中逐渐塑造的人格特征，如生活技能、社会交往能力和价值观	
改善	预防/治疗/减少	改善	预防与治疗	改善	
- 综合运动技能 - 心肺健康 - 肌肉力量 - 肥胖/身体成分 - 关节健康 - 妇婴健康 - 睡眠质量	- 心血管疾病 - 冠心病、高血压 - 中风 - 结肠癌、乳腺癌 - 背部疼痛	- 有趣、快乐、满足程度 - 自我感觉 - 自尊、自我效能 - 身体认知 - 参与身体活动的内在动机 - 心情	- 压力 - 沮丧 - 焦虑	- 身体活动的知识和技能 - 社交技能/生活技能/非认知技能 - 体育精神 - 时间管理 - 目标设置 - 主观能动/领导力	- 诚实/正直/尊重/具有责任心等品质 - 热情/内在动机 - 守信/自律/自我控制/坚持不懈等素养 - 自信和勇气
智力资本：参与身体活动会不断带来认知与教育上的收益		经济资本：对个人的益处最终转换为经济收益		社会资本：参加团队性活动、游戏和竞技运动强化人际、组织和社会团体间的联系	
改善		改善	减少	改善	
- 教育水平 - 学习投入程度 - 处理事务的速度 - 执行力/抑制力/心理适应能力 - 记忆力 - 学习成绩	- 大脑的结构和功能 - 专心度/注意力/对冲动的控制力 - 学习能力 - 儿童多动症治疗 - 与年龄有关的认知能力	- 收入 - 工作成就 - 工作效率/工作表现 - 士气/专注度/投入度	- 医疗保健花费 - 旷工 - 怠工	- 社会规范 - 人际关系 - 社会地位/社会责任 - 社会包容与接纳 - 信任度/团队合作/协作 - 公民参与度 - 性别平等	- 残疾人平等 - 减少成人犯罪、青少年犯罪和参与帮会的人数 - 社区凝聚力 - 弥合分歧（社会经济地位、人种、民族、性取向） - 安全感和支持度

1.1 范围界定：运动促进儿童发展的代际循环

- 积极参与身体活动的儿童能够终身受益，并具备正向的代际循环[1]：



1.2 范围界定：运动促进儿童发展在我国的政策语境

- 在我国的政策语境下，与“儿童、运动、发展”最为相关的两个重要政策背景是：**健康中国，体育强国**。同时在国家战略层面，**学校体育教育**则被视为实现健康中国、体育强国的重要抓手和基础工程。**由此，理解学校体育的政策定位和目标，有助于我们更好的把握“运动促进儿童发展”这一议题与国家政策方向的契合点。**
- 我国自1985年开始每5年进行1次全国性的学生体质健康调研，直至2000年调研结果显示青少年体质连续15年下滑，引起了从政府到公众的高度重视。以下关于学校体育的政策溯源，我们可以更全面的理解国家对于学校体育的战略定位：

政策名称	对学校体育的定位
《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》 （2007.5）	• 史上最高规格的学校体育文件 • 强调青少年体质健康水平不仅关系个人健康成长和幸福生活，而且关系整个民族健康素质，关系我国人才培养的质量
《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010-2020年)》 （2010.7）	• 作为21世纪中国第一个中长期教育规划纲要，明确指出：要把促进学生健康成长作为学校一切工作的出发点和落脚点；把“加强体育，牢固树立‘健康第一’的思想，确保学生体育课程和课余活动时间”作为战略主题
《关于进一步加强学校体育工作若干意见》 （2012.10）	• 明确提出：把加强青少年体育锻炼作为提高全民健康素质的基础工程，把加强学校体育作为贯彻党的教育方针、实施素质教育和提高教育质量的重要举措
《中共中央关于全面深化改革若干重大问题的决定》 （2013）	• 作为十八大重要纲领性文件，明确提出：强化体育课和课外锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健——将强化体育课和课外锻炼列入深化改革的重大问题，进一步确立了学校体育的战略地位
《关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》 （2016.4）	• 强化政府责任，加强学校体育综合改革：罕见的把青少年健康和学校体育明确纳入地方政府的绩效考核指标

1.2 范围界定：运动促进儿童发展在我国的政策语境

- 以下是《健康中国2030规划》以来，与学校体育相关的重要政策纲领。帮我们更好的理解在健康中国、体育强国的新时代要求下，学校体育教育的发展方向与改革重点：

政策名称

与学校体育相关的主要内容、目标、指标

《“健康中国2030”规划纲要》（2016.10）

促进重点人群体育活动 | 目标指标：

- 实施青少年体育活动促进计划，培育青少年体育爱好，基本实现青少年熟练掌握1项以上体育运动技能，确保学生校内每天体育活动时间不少于1小时
- 到2030年，学校体育场地设施与器材配置达标率达到100%，青少年学生每周参与体育活动达到中等强度3次以上，国家学生体质健康标准达标优秀率25%以上

CDR理解：是关于学校体育的最高级别文件，且明确提出了可量化的学校体育目标。

《健康中国行动（2019-2030）》（2019.7）

重大行动之八 中小学健康促进行动 | 目标指标：到2022年和2030年，国家学生体质健康标准达标优良率分别达到50%及以上和60%及以上；全国儿童青少年总体近视率力争每年降低0.5个百分点以上和新发近视率明显下降；小学生近视率下降到38%以下；符合要求的中小学体育与健康课程开课率达到100%；中小學生每天校内体育活动时间不少于1小时；将学生体质健康情况纳入对学校绩效考核，与学校负责人奖惩挂钩，将高中体育科目纳入高中学业水平测试或高考综合评价体系

《体育强国建设纲要》（2019.9）

重大工程三 青少年体育发展促进工程 |构建社会化、网络化的青少年体育冬夏令营体系，开展青少年体育技能培训，使青少年掌握2项以上运动技能；丰富青少年体育赛事活动，形成一批具有较大影响的社会精品赛事活动；构建青少年体育社会组织管理和支持体系，促进青少年体育俱乐部、青少年户外体育活动营地等发展。**推进幼儿体育发展**，完善政策和保障体系；推进幼儿体育项目和幼儿体育器材标准体系建设，引导建立幼儿体育课程体系和师资培养体系

《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的意见》（2020.8）

主要内容：从加强学校体育工作、完善青少年体育赛事体系、加强体育传统特色学校建设、规范社会体育组织、大力培养体育教师和教练员队伍、强化政策保障、加强组织实施等8个方面阐述了体育系统与教育系统融合的工作

1.2 范围界定：运动促进儿童发展在我国的政策语境

政策名称	与学校体育相关的主要内容、目标、指标
<u>《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》</u> (2020.10)	主要目标： • 到2022年，配齐配强体育教师，开齐开足体育课，办学条件全面改善，学校体育工作制度机制更加健全，教学、训练、竞赛体系普遍建立，教育教学质量全面提高，育人成效显著增强，学生身体素质和综合素养明显提升 • 到2035年，多样化、现代化、高质量的学校体育体系基本形成 主要内容： • 不断深化教学改革：开齐开足上好体育课、推广中华传统体育项目、加强体育课程和教材体系建设、强化学校体育教学训练、健全体育竞赛和人才培养体系 • 全面改善办学条件：配齐配强体育教师、改善场地器材建设配备、统筹整合社会资源 • 积极完善评价机制：推进学校体育评价改革、完善体育教师岗位评价、健全教育督导评价体系 • 切实加强组织保障：加强组织领导和经费保障、加强制度保障、营造社会氛围 CDR理解：是对未来学校体育发展最具指导意义的文件。尽管尚未有明确的量化指标，但在不少方面均有更为具体的指引，值得公益组织关注。例如： (1) 教学改革方面：针对学前、义务教育、高中阶段、职业教育等不同阶段教育设置不同的体育课程侧重，强调“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的学校体育教学模式；强调“广泛开展普及性体育运动”。 (2) 改善办学条件方面：提出校际共享场地器材、学校与公共体育场馆互促共进，综合利用公共体育设施、将开展体育活动作为解决中小学课后服务工作的重要载体。 (3) 完善评价机制方面：首次提出用“教会、勤练、常赛”评价体育老师，评价标准从课时数量转向了教学质量。
<u>《〈体育与健康〉教学改革指导纲要（试行）》</u> (2021.6)	改革目标： • 享受乐趣：注重增加游戏与比赛等要素，实现从激发兴趣到形成志趣、享受乐趣的层层深入 • 增强体质：针对学生素质发展敏感期合理组织学、练、赛，在基本运动技能的锻炼中不断发展各项身体素质 • 健全人格：通过全员参与的体育竞赛活动，促进学生身心健康与人格健全 • 锤炼意志：通过体育课、体育训练和体育竞赛，设计有一定强度、难度的运动技能学习，培养学生意志品质 CDR理解：四位一体的目标内涵丰富，是指导学校体育改革方向的根本。

1.2 范围界定：运动促进儿童发展在我国的政策语境

政策名称

与学校体育相关的主要内容

《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》（2021.7）

指导思想：

- 建设高质量教育体系，强化学校教育主阵地作用
- 促进学生全面发展、健康成长

（与学校体育相关的）主要内容：

- **全面压减作业总量和时长，减轻学生过重作业负担：**包括 - 科学利用课余时间，学校和家长要引导学生放学后完成剩余书面作业，进行必要的课业学习，从事力所能及的家务劳动，开展适宜的体育锻炼，开展阅读和文艺活动
- **提高课后服务水平，满足学生多样化需求：**保证课后服务时间；提高课后服务质量（为学有余力的学生拓展学习空间，开展丰富多彩的科普、文体、艺术、劳动、阅读、兴趣小组及社团活动）；拓展课后服务渠道；做强做优免费线上学习服务
- **大力提升教育教学质量，确保学生在校内学足学好：**促进义务教育优质均衡发展；提升课堂教学质量；深化高中招生改革；纳入质量评价体系

CDR理解：“双减”政策为学校体育提供了更多机会和空间保障：

- (1) 重申学校是体育教育的主阵地；
- (2) 强调机会不仅在体育课内，还有校内的课后服务；且注重家、校、社协同；
- (3) 客观上学生有了更多时间和精力，把学生的学科负担减下来是发展综合素质的重要前提。

1.2 范围界定：运动促进儿童发展在我国的政策语境

□ 以下是学校体育专项政策之外，从儿童群体角度出发、与运动相关的政策。

政策名称

与儿童运动相关的主要目标、内容

[《中国儿童发展纲要（2021-2030）》](#)
(2021.9)

儿童与健康：

- 增强儿童身体素质：开足开齐体育与健康课；保障儿童每天至少1小时中等及以上强度的运动，培养儿童良好运动习惯；全面实施《国家学生体质健康标准》，完善学生健康体检和体质监测制度；鼓励公共体育场馆设施免费或优惠向周边学校和儿童开放，落实学校体育场馆设施在课余和节假日向学生开放政策，支持学校向体育类社会组织购买课后体育服务；进一步加大户外运动、健身休闲等配套公共基础设施建设力度

儿童与教育：

- 坚持学校教育与家庭教育、社会教育相结合：统筹社会教育各类场地、设施和队伍等资源，丰富校外教育内容和形式，鼓励儿童积极参与科技、文化、体育、艺术、劳动等实践活动

儿童与家庭：

- 尊重儿童主体地位和权利：保障儿童休息、锻炼、闲暇和娱乐的权利

儿童与环境：

- 建设儿童友好城市和儿童友好社区
- 增加公益性儿童教育、科技、文化、体育、娱乐等校外活动场所，提高利用率和服务质量

1.2 范围界定：运动促进儿童发展在我国的政策语境

综上，我们这样理解运动促进儿童议题在我国的政策定位：

□ 范围上，学校体育、尤其是中小学体育是当前国家政策重点

- 在“健康中国”“体育强国”的政策中，青少年群体是促进体育活动的重点人群，而其中的关键目标和行动内容大多指向中小学体育教学，可见中小学体育教育在国家战略层面已成为推进健康中国与体育强国的基础工程。
- 同时，《体育强国建设纲要》中“青少年体育发展工程”提到的**发展幼儿体育**，《儿童发展纲要》中从儿童与家庭（**尊重儿童权利**）儿童与环境（**儿童友好社区**）等角度的阐述也值得关注。

□ 目标上，对运动的重视始于健康，但当前更突出“所有儿童的身心健康和全面发展”

- 尽管近年有所好转，但在我国青少年体质没有根本解决的情况下，增强青少年体质依旧是学校体育教育最紧迫的目标。
- 学校体育改革同时也是竞技体育可持续发展的问题，但不再一味强调精英选拔和竞技成绩，而要突出每个学生的“全员参与”。
- 2018年习近平总书记在全国教育大会上提出要：树立“健康第一”的教育理念，开齐开足体育课，帮助学生在体育锻炼中**享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志**——增强体质、掌握技能已不再是最终目标，更强调让学生享受运动的乐趣、强调“以体育人”。体育教育，最终要落在促进儿童身心健康和全面发展上。
- 理解学校体育的发展目标和主要内容，可以帮我们更好的厘清国家层面如何界定运动与儿童发展的关系、识别当前的重点难点，并在此基础上找到公益组织参与“运动促进儿童发展”议题的空间和发力点。

2. 问题现状：我国儿童身体活动情况及城乡差距

□ 全球趋势：青少年显著缺乏身体活动，且女生比男生活动更少[1]

- 一项针对包括中国在内的147个国家的研究显示，80%的在校青少年未能达到WHO身体活动指南推荐的每天60分钟的身体活动量，且自2012年以来进展甚微。40%的青少年从不步行上学，25%的青少年除了坐着上课和做作业，每天坐着的时间还要多出3小时以上。
- 同时，女生身体活动比男生少，且男女间差距在2001-2016年间有所扩大。

□ 我国现状：总体趋势与全球趋势相符（青少年显著缺乏身体活动，女生比男生活动更少），且农村儿童体育锻炼情况不如城市儿童

- 以上研究包含的WHO对于我国4个城市儿童的调研数据显示，我国青少年2001年身体活动量不达标率为85.4%（男生82.3%，女生88.6%），2016年不达标率为84.3%（男孩80.1%，女孩85.4%）。[2]
- 我国关于儿童校外活动的调研显示，每周在上学日（校外）和周末用于体育锻炼的时间分别仅为23.5分钟和34.7分钟，且城市儿童体育锻炼的时间长于农村儿童。[3]
- 根据农村教育行动计划（REAP）的研究，在农村资源匮乏地区，6-12月龄婴幼儿中25.0%存在严重的运动能力滞后风险。随着婴幼儿月龄的增加，这一比例有所下降，12-18月龄、18-24月龄和24-30月龄婴幼儿运动能力发展存在滞后风险的比例分别为26.8%、8.3%和11.9%。[4]

[1] 《全球大多数青少年身体活动不足，当前与未来健康堪忧》，柳叶刀（2019）

[2] [Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants \(Guthold, 2020\)](#)

[3] 《中国儿童发展报告（2019）——儿童校外生活状况》，中国儿童中心

[4] 《贫困农村地区婴幼儿发展现状及风险因素分析的队列研究》，崔艺等，《中华儿科杂志》（2018）

2.1 问题现状：影响儿童身体活动的多重因素

影响儿童身体活动的主要因素有：支持身体活动的学校环境（supportive schools），社交和电子产品使用环境（the social and digital environment），生活所在社区及周边的公共设施（multipurpose urban environments）[1]。在我国，地区发展不平衡所带来的学校体育发展水平不均、家庭养育观念和健康意识差距，体育公共资源分配不均等因素叠加后，进一步造成了儿童身体活动的地域差距或城乡差距。

学校体育环境 [3]

- 学校体育场地配备条件近年来显著改善，但农村学校条件依然不容乐观，且全国学校体育场地普遍存在使用不充分的情况。
 - 研究显示，全国中小学篮球场、足球场、田径场的配备情况，农村学校明显落后于城市、县镇、乡镇学校。
 - 其中，田径场地使用率最高，但整体配备率并不理想，且田径场的农村、县镇、乡镇学校配备整体低于城市学校。
 - 除田径场，各类体育场地普遍存在使用不充分的情况。

2018年全国城乡中小学体育场地配备情况（%）

学校	体育场地	城市	县镇	乡镇	农村
小学	篮球场	97.2	95.3	94.9	89.8
	足球场	54.7	59.8	62.5	37.4
	排球场	17.4	27.2	24.7	22.4
	田径场	51.8	36.9	36.1	19.6
中学	篮球场	99.2	98.3	98.8	\
	足球场	67.8	73.5	65.0	\
	排球场	41.2	39.3	36.3	\
	田径场	88.8	80.9	69.7	\

2018年全国城乡中小学在体育课上经常使用体育场地情况（%）

学校	体育场地	城市	县镇	乡镇	农村
小学	篮球场	55.2	51.0	60.6	58.7
	足球场	72.8	69.0	59.1	62.5
	排球场	28.5	39.9	37.0	48.8
	田径场	91.9	90.6	93.3	95.7
中学	篮球场	79.7	80.9	79.1	\
	足球场	63.5	58.7	49.0	\
	排球场	25.3	26.4	28.9	\
	田径场	97.2	95.9	95.1	\

[1] [《与缺乏活动相关的死亡数每年超500万，柳叶刀呼吁将身体活动融入日常生活》](#)，柳叶刀（2021）

[2] 如无特别说明，“学校体育环境”部分的全部数据、表格均引自国家教育部的[《中国义务教育质量监测报告（2018）》](#)

CHINA DONORS ROUNDTABLE 14

2.1 问题现状：影响儿童身体活动的多重因素

学校体育器材使用率不理想。

2018年全国中小学体育器材配备比例及经常使用比例情况（%）								
	篮球		足球		实心球		乒乓球	
	配备率	经常使用率	配备率	经常使用率	配备率	经常使用率	配备率	经常使用率
小学	95.7%	56.8%	82.9%	48.8%	40.8%	20.5%	91.4%	41.4%
中学	99.8%	77.7%	89.7%	39%	89%	13.2%	96.%	28.3%

体育课开课率不足。

- 研究显示，全国来看，30.8%的学校四年级和48.1%的学校八年级体育课程开设情况无法达到教育部每周三节的开课要求。
- 其中，城市、县镇、乡镇、农村学校四年级体育周课时未达教育部规定的比例分别为 30.4%、46.3%、29.6%、29%；城市、县镇、乡镇（含农村）学校八年级体育周课时未达教育部规定的比例分别为 44.1%、50%、49.5%。

学校体育师资不足，存在结构性缺编。

- 2018年，全国义务教育阶段体育教师为56.6万人[1]，同年义务教育阶段在校生1.56亿人[2]，全国平均体育教师师生比为 1：275。
- 根据《学校体育工作条例》规定体育课授课时数所占比例和开展课余体育活动需要配备体育教师的要求，如果按《北京市实施教育部〈义务教育课程设置实验方案〉课程计划（修订）》中对义务教育的课时设置推算，全国仅小学阶段体育教师缺口就达30余万人[3]。

[1] 《中国教育统计年鉴2018》，国家统计局
[2] [《2018年全国教育事业统计报告》](#)，国家教育部
[3] 《全国中小学体育教师数量缺失的归因分析与“开源” 配齐策略》，潘建芬等，《中国学校体育》（2020）

2.1 问题现状：影响儿童身体活动的多重因素

□ 体育教师教学质量依然存在较大城乡差异。

- 研究显示，全国43.4%的学校四年级体育教师和37.5%的学校八年级体育教师在课堂上未能做到有讲解、有示范、有指导地教授体育运动项目。
- 从城乡差异来看，四年级城市、县镇、乡镇、农村学校体育教师未能做到有讲解、有示范、有指导地教授体育运动项目的学校比例依次增加，分别为22.4%、34.7%、44.9%、49.7%。八年级则呈现城市学校比例最低，县镇比例最高，八年级城市、县镇、乡镇（含农村）的比例分别为20.1%、42.4%、39.6%。

□ 体育课存在强度低、负荷小、重形式、轻实效的问题。

- 长期以来，我国学校体育课存在强度低、负荷小、重形式、轻实效的问题，难以对学生的心肺功能产生有效刺激，形象地被称为“三无七不”体育课，即无难度、无强度、无对抗；不喘气、不心跳（加速）、不出汗、不奔跑、不扭伤、不擦皮、不长跑。缺乏运动强度、缺乏竞赛对抗、家长对体育课不合理的安全问责、校园体育文化缺失等是背后的原因。[1]

社交和电子产品使用环境

□ 生活模式已严重影响儿童身体活动，农村儿童使用电子产品时间长于城市儿童 [2]。

- 我国儿童校外活动占时从多到少依次是：做作业、外出游玩、电子产品使用、家庭劳动、自己玩耍、阅读、体育锻炼、社会学习、外出旅游。
- 城市儿童在学习、体育锻炼、外出游玩上时间更多，乡镇农村儿童在使用电子产品看视频打游戏、家庭劳动的时间更多。
- 儿童在上学日平均每天使用电子产品的时长为43.24分钟，在周末使用电子产品的时间更长，平均为96.27分钟。尤其是到了初中阶段，电子产品的使用时间已经跃居第二位。值得注意的是，乡镇农村儿童的电子产品的使用时间（108.18分钟）明显高于城市儿童（88.40分钟）。

生活所在社区及周边的公共设施

- ### □ 体育公共资源依然存在较大城乡差距。
- 截至2013年底，全国共有体育场地169.46万个，58.61%分布在城镇，41.39%分布在乡村，但是乡村仅有500万平方米的室内体育场地，还不到城镇室内体育场地面积的十分之一[3]。

[1] 陈少青 [《体育课不要再那么“温柔”》](#)（《光明日报》2022.3.15）

[2] [《中国儿童发展报告（2019）——儿童校外生活状况》](#)，中国儿童中心

[3] [《第六次全国体育场地普查数据公报》](#)，国家体育总局（2014）

2.2 问题现状：身体活动影响儿童健康状况

□ 速度素质、力量素质、耐力素质等体质素质指标呈下降趋势。

- 对比全国7-18岁儿童在2010年、2014年、2019年的体质与健康数据发现，儿童青少年的柔韧素质出现好转；下肢爆发力全面下降；速度素质总体呈现下降趋势，但女生和中学生有所改善；力量素质女生和小学男生有所提高，但中学男生持续下降；耐力素质总体呈现下滑趋势，中学生有所提高。[1]

□ 近视率、视力不良率、儿童超重和肥胖率均在上升，而且农村学生超重肥胖检出率的增长率已超城市学生。

- 我国1/5（19%）的6-17岁儿童和青少年、1/10（10.4%）的6岁以下儿童存在超重或肥胖。在1995年到2014年之间，中国儿童青少年超重和肥胖检出率从5.3%上升到20.5%，增长了近5倍。[2]
- 尤为值得关注的是，中国城乡儿童青少年营养状况的差距正在逐渐减小。社会经济状况较好的省份率先出现了由营养不良向营养过剩的快速转变，且该转变对乡村儿童的影响更加明显，甚至部分地区农村儿童青少年超重肥胖检出率超过城市。[3]
- 2018年全国儿童青少年总体近视率为53.6%。其中，6岁儿童为14.5%，小学生为36.0%，初中生为71.6%，高中生为81.0%[4]。2017年，中小学农村学生近视率逐级增高，由4年級的21.07%增长到9年級的51.59%[5]。

□ 心理健康问题越发凸显。我国17岁以下儿童有约3000万人受到各种情绪和行为问题的困扰，2020年青少年的抑郁检出率为24.6%，女孩发生率高于男孩，睡眠不足的现象日趋严重[6]

[1]《中国儿童发展报告（2021）——儿童校外生活状况》，中国儿童中心

[2]《中国居民营养与慢性病状况报告（2020年）》，国家卫健委

[3]《关注儿童和青少年营养状况：超重和肥胖问题突出》，柳叶刀（2019）

[4]《中国眼健康白皮书》，国家卫健委（2020）

[5]《中国农村教育发展报告2019》，东北师范大学中国农村教育发展研究院

[6]《中国国民心理健康发展报告（2019-2020）》，中科院心理所

3.公益项目示例 | 为千所学校打造玩耍环境和文化

PLAYWORKS <https://www.playworks.org/>：通过为小学提供专业支持，将游戏和体育活动融入正向的校园环境，打造**安全、参与、赋权的支持性校园文化**，为学生提供**有趣、自由、包容**的课后玩耍体验，促进儿童**社会情感学习**等能力的提升，帮助儿童全面成长。

- 成立年份：1996年
- 服务区域：美国
- 面向群体：6-12岁儿童（小学为主）
- 运动内容：游戏
- 成长目标：社会情感学习（SEL）等多元目标
- 项目规模：覆盖美国7000所小学（350万儿童）
- 推荐阅读：
 - [项目手册](#)
 - [评估报告](#)
 - [规模化案例研究](#)

玩耍的关键要素

- 创造安全、有归属感、每个人都有参与机会、适宜灵活游戏的环境
- 通过成人陪伴、平等包容、游戏化解冲突等方式建立积极的关系
- 建立有技能针对性、有正向反馈且允许犯错的学习体验

为学校提供专业服务

- 在岗教练（从课间课后、体育课、校际联赛、学生教练等）
- 咨询支持（为教师团队提供持续或集中在岗培训、咨询、督导支持，或者对学校一对一专业评估咨询）
- 培训工作坊（为学校或儿童机构员工提供培训工作坊）
- 在线资源（包含运动/玩耍课程、授课自测工具等内容的在线课程资源）

服务成效（项目学校调研的受访者赞同比率，摘选）

- **对学生的支持**
 - 94%+ 项目帮助学生提升技能/改善行为
- **对学习的支持**
 - 97% 提供支持型学习环境
 - 86% 提高学生专注力
 - 83% 提高学生学术活动参与率
- **对教育者的支持**
 - 73% 教会老师如何调动学生参与
 - 68% 为课堂和社区的玩乐提供重要资源
- **对学校的支持**
 - 94% 促进学校整体氛围

3.公益项目示例 | 运动与教育并进 为40万困境儿童赋权

Magic Bus 魔法巴士 <https://www.magicbus.org>: 是印度最大的运动类发展机构, 以结构化的运动类课程为媒介, 陪伴困境儿童/青少年 (**持续陪伴至少3年**以实现儿童行为改变), 提升儿童的**健康水平**、**学业水平**、**生活技能**和**就业能力**, 让困境儿童获得更多的选择和自主权, 摆脱**贫困**、**性别不平等**等问题带来的成长阻碍。

- 成立年份: 1994年
- 服务区域: 印度的22个州及尼泊尔、孟加拉、缅甸
- 面向群体: 12-18岁青少年
- 运动内容: 球类及其它
- 成长目标: 提升生活技能和学业、促进就业; 避免辍学、贫困、童婚
- 项目规模: 已覆盖印度1961个社区+1363所学校; 惠及40+万儿童; 培育5500名青少年社区领袖
- 推荐阅读:
 - [项目年报](#)
 - [规模化案例研究](#)

课程内容

- 在运动中融入教育内容
- 针对不同年龄儿童设计结构化课程内容, 主题包括: 教育的重要性、个人和社区健康卫生、性别平等和消除歧视、生活技能、求职技巧等

人力资源

- 通过T2T模型, **在社区中招募培训青少年志愿者教练** (同辈社区领袖), 并由志愿者教练为社区儿童提供服务
- “**省-区-街区-社区**”金字塔形人力资源模型

相关方合作

- 与**社区**合作, 在社区内推动支持型的环境 (社区领袖志愿者在项目结束后也会在社区中长期推动, 确保项目可持续)
- 与**家庭和家长**合作, 确保贫困儿童、女童等弱势儿童能参与项目
- 与**学校**合作, 确保孩子不辍学并关注学业水平
- 与**企业**合作, 为青少年提供就业技能、实习机会、岗位支持
- 与**政府**合作, 推动政府将项目模式纳入各省的教育/乡村体育扶持计划, 以实现系统变革

项目成效

- **自我效能和韧性**: 青少年自我效能提升26%, 韧性提升17.5%
- **完成学业&避免童婚**:
 - 女孩8年级学业完成率高于95% VS 印度全国水平60%
 - 女孩童婚率为5% VS 印度全国水平30%
- **生计就业**:
 - 70%参加就业项目的青年实现可持续就业, 并帮助家庭收入翻倍;
 - 55%参加就业项目的是女性

3.公益项目示例 | 研究倡导促行动 推动青少年体育

PROJECT PLAY <https://www.aspenprojectplay.org/>: 由Aspen Institute发起的跨部门行动, 以促进全美青少年运动参与率为核心目标, 通过研究、倡导、联合行动, 从上至国家、下至社区层面推动青少年体育发展。每年主办Project Play峰会, 集结全美青年、体育健康领域的领袖, 发挥集合影响力。(项目在[青少年运动](#)、[学校体育](#)、[儿童权利](#)、[社区青少年体育](#)等方面均有涉及, 篇幅所限, 这里仅呈现青少年运动和学校体育板块。)

核心板块一: 青少年运动(Youth Sports)

- 2015年发布美国儿童[运动领域首份全国行动框架](#), 呈现全美青少年运动的问题现状、行动目标、和**促进青少年体育参与的关键策略(如下)**, 并为商业、社区社团、教育、家长、政策制定者与公民领袖、公共卫生、科技和媒体等不同部门提出建议
 - 回归儿童的兴趣和需求
 - 重视自由玩耍
 - 提供更多运动选择
 - 重振县级联队
 - 灵活创新的为儿童提供更多运动空间
 - 以儿童发展为目标
 - 扩大教练培训
 - 重视运动安全
- 每年发布[全国青少年运动现状与趋势调研](#), 监测青少年运动参与率指标, 以及2015年报告中各项策略建议的进展

核心板块二: 学校体育(School Sports)

- 2019年发布[全国高中生体育调研](#);
- 2022年发布关于[美国高中体育的研究报告](#), 针对高中体育革新提出**关键策略(如下)**, 并向政策制定者、商业、学校、慈善领域等相关方提出建议
 - 校园体育发展与学校愿景使命相一致
 - 理解学生人口构成
 - 创建个人运动计划
 - 引入更多形式的运动
 - 发展社区合作伙伴
 - 支持教练教育
 - 优先考虑健康与安全
 - 重视评估
- [分类学校研究 & 示范高中评奖](#), 将美国高中按公/私立、大/小规模、城市/乡村/城郊等属性分为8类, 每类学校各出一份研究报告, 包含该类学校体育发展的难点、机会, 并选出1个创新示范学校案例重点研究(同时每个学校提供16万奖金支持)

3.公益项目示例（国内项目部分）

□ 中华全国体育基金会

- [红军小学阳光体育工程](#)与全国红军小学建设工程理事会合作发起，开展红军小学校园足球队建队、教练员培训以及体育足球场地援建等活动。截至到目前，已经建成232所红军小学，覆盖全国29个省市革命老区。
- [少数民族网球选手培养项目](#)培养少数民族青少年网球选手，选拔贫困山区少数民族孩子，最终目标是培养他们成为有文化素养、有专业能力、能够冲击世界网坛的球员。
- [西部地区青少年体育助训](#)自2009年起对我国西部12省内品学兼优、训练成绩突出的体校学员予以资助，第一批为1920人。后来扩大到中部地区，并开展体育支教项目。

□ 各省市体育基金会

- 一般服务于省/直辖市内的体育事业与体育产业，项目包括但不限于：资助与开展体育公益活动；开展全民健身运动；开展全民健身运动；资助与关怀伤残运动员、退役运动员；开展老年人、儿童、青少年、残疾人体育运动等。

3.公益项目示例（国内项目部分）

□ 中国足球发展基金会

- **少儿围栏足球** 在小学推广普及足球运动，让小学生在轻松快乐中认识足球、喜欢足球，养成运动习惯。由中国足球名宿张路发起，截至2021年12月底，项目已覆盖云南、陕西、贵州、湖南、河北、江西等6省、共20个区县的184所小学，开展活动2000多场次，参与学生达到20+万人次。
- **幼儿足球教育** 以互联网平台为载体，为幼儿园（包括非专业教师）提供一整套专业系统幼儿足球教学体系。通过线上教学、线下游戏、教师培训、评估、反馈等一系列工作，培养幼儿运动乐趣，提升老师、家长体育教育认知水平。针对3-6岁学前教育适龄儿童，在中西部地区县域内推广普及幼儿足球教育。截止2021年12月底，云南、贵州省14个县179所幼儿园开展幼儿足球教育课程，受课幼儿18637人。
- **校园赛事** 中国城市少儿足球联赛是由国家体育总局青少司、中国足球协会共同指导，中国足球发展基金会支持，全国体育运动学校联合会主办的全国性青少年儿童业余城市足球联赛。组织8至12岁儿童分五个年龄段分别进行比赛。2020-2021年度，进行了4500场比赛，参赛运动人员达到6800人，参赛队伍不少于500支。
- **师资培训** 项目面向全国各省（自治区、直辖市）的指导运动员、教练员、足球教师等专业人士组织培训，以此提高教练教学水平，扩大足球教练队伍，推动足球训练体系建设，为足球人才培养夯实师资基础。项目周期2017-2019年，覆盖31个省区市，累计培训7467人。

3.公益项目示例（国内项目部分）

□ 北京姚基金公益基金会

- **姚基金希望小学篮球季**：是由姚基金、中国青少年发展基金会和中国篮球协会于2012年共同发起，通过与全国各大师范、体育院校合作选拔志愿者支教，同时开展篮球培训、集训联赛，提供硬件支持，缓解乡村小学体育师资不足、体育课程和体育活动缺失的问题，助力学生体质健康和身心发展。截至2021年底，项目已连续举办十届，与全国39所高等院校合作，累计派出3795人次的支教志愿者，在全国29个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团的2379所学校开展项目，近271万人次的乡村地区青少年从中获益。
- **姚基金慈善赛**：与中国青少年发展基金会、中国篮球协会三方共同主办的慈善赛事，除篮球义赛外还同期举办慈善晚宴、学校探访、篮球嘉年华、公益论坛、高尔夫慈善赛等系列活动。自2013年起，慈善赛的第三节比赛由希望小学篮球季的乡村地区学校篮球小队员们上场参与。自2007年，该项慈善活动相继于北京、台北、东莞、上海、福州、香港、大连、南宁、武汉等城市成功举办10届。慈善赛筹集款项主要用于支持希望小学篮球季项目。
- **乡村体育师资培养星空计划**：2019年启动，重点针对乡村学校既有体育师资能力提升。组织国内顶级专家团队，设计符合乡村学校现状的培训课程，让兼职体育老师能力得到提升。让更多的乡村孩子爱上体育运动，科学地进行体育锻炼。2019年1月起，分别在四川内江、福建厦门、内蒙古阿尔山、湖北丹江口、广东潮州等地区举办了五期系列培训课，累计培训了468名乡村地区学校的校长和专兼职体育老师。

3.公益项目示例（国内项目部分）

□ 浙江省蔡崇信公益基金会

- **以体树人杰出校长计划**：发起于2019年。每年在全国范围内寻找10名优秀的“体育校长”代表，为他们提供总计50万元的奖励（包括10万元奖励校长、10万元打造影响力、30万元作为体育教育基金用于所在学校）。值得关注的是，从第二届开始，评选根据城区（地级市以上城区、县政府所在镇和街道）、非城区（乡镇村）不同差异制定两套侧重点不同的评选体系，例如：关注城区校长如何在原有课程体系基础上推陈出新，推动体教融合发展等；关注非城区校长如何打破软硬件局限，因地制宜发挥体育育人功能等。
- **以体树人体育联盟**：2019年发起，先后在河北、浙江、背景、云南、四川、贵州、陕西的40所学校落地。项目为联盟校营造良好的校园体育氛围；开展**全员体育老师培训**；完善教学、训练、竞赛和全员参与体系；加强联盟校学生身体和心理健康监测，让运动效果的监测更加科学和直观；通过体育和教育的高度融合，激励和帮助年轻一代成长为社会发展的积极贡献者。

3.公益项目示例（国内项目部分）

□ 耐克中国（体育公益部）

- **撒开脚丫**：以9-14岁女孩运动为资助方向，包括篮球、足球、排球、跑步等常规体育运动，并结合地方文化和女孩需求开设特色课程。同时倡导男孩共同参与。项目于2019年发起，覆盖300+所学校。
- **活力校园**：2013年开始与教育部合作，针对7-12岁儿童开发体育课程，已在8500所学校、390余万学生中开展。自2017年与中国教育发展基金会联合开展年度**活力校园优秀案例评选**，鼓励并嘉奖小学体育教育创新和实践。2022年面向**一线体育教师和体育教研员**征集创新案例，前者包括“最佳课内体育教学案例”、“最佳课外体育活动案例”、“最佳校园体育文化案例”三种类型。
- **小篮球：与姚基金合作**，在城市和边远乡村小学重点推广，围绕小学篮球教学与活动开展等多个维度做出努力。已覆盖209所小学合作，近28万学生。

□ NBA中国 政府事务及企业社会责任部（**NBA关怀行动**）

- **希望篮途计划** 2021年，NBA联合姚基金、北京体育大学合作发起乡村体育师资篮球专业技能与职业素养提升计划，提升教学水平，让更多的孩子享受到更优质的体育教育，并更正规的参与篮球运动，助力乡村青少年健康成长、全面发展。并由些推动乡村振兴。项目覆盖了8个省160所学校的168名教师。
- **篮球梦想学校** 由NBA关怀行动和中国青少年基金会于2021年共同发起。该项目旨在改善乡村体育环境，增强乡村青少年运动意识、提升身体素质，通过发展乡村体育教育事业，助力乡村振兴战略实施。为10个省的80所乡村学校，提升体育条件，发展篮球运动。
- **特奥融合篮球日** 希望通过带领自闭症儿童和特奥儿童体验NBA体测和基础训练课程，丰富他们的生活，促进社会大众对这些群体的关注和支持。
- **童运动 绘美好** 2021年，篮球主题公益画展展出的是来自特殊儿童的绘画作品，旨在展现特殊儿童的绘画才能及乐观顽强精神，意在唤起全社会对特殊儿童群体的关注与关爱。40所特殊学校300+作品参展，浏览量80000+。

3.公益项目示例（国内项目部分）

□ 上海真爱梦想公益基金会

- 2017年，上海真爱梦想公益基金会开展欠发达地区青少年体育现状公益调研，基于调研结果反馈、体育教学现状，结合国家政策导向，与“超我全功能训练体系”创始人共同研发[运动梦想课](#)，并获得“安踏茁壮成长公益计划”提供研发资助。课程研发面向义务教育阶段中小学生，旨在发挥体育对孩子健康成长的全面功能，激发运动兴趣，培养学生终身体育意识，帮助塑造健全人格。运动梦想课以体育教育的特点和功能为依据，强调安全、高效、有趣，通过课程体系、体育器材、教师培训和成长、运动装备激励、体育教研和赛事活动及线上平台资源支持等，建立全方位体育素养教育公益服务体系。项目启动5年来，已服务1226所学校的2543名一线体育教师，超过120万名学生受益。

□ 深圳壹基金公益基金会 - [壹乐园-运动汇](#)

- 通过儿童游乐设施和多功能运动场建设、体育教学器材设备、体育教师专业能力培训、体育课程与活动开发以及体育主题活动推广，提高乡村学校的体育教育质量，促进6-12岁儿童的身体发育、情感发展和社会交往，帮助乡村儿童在快乐中发展潜能。截止2021年12月，壹乐园运动汇项目已在全国的24个省市自治区，为1894所农村学校建设多功能运动场1123座，游乐设施771座，直接受益儿童1043927名，同时培训农村学校体育教师及区县教研员约2300人次。

□ 浙江蚂蚁公益基金会 - [追风计划](#)

- 乡村校园女足扶持项目，帮助全国相对欠发达地区的乡村校园发展足球、建立女足球队，支持更多乡村女孩通过足球，走出大山、获得自信、享受快乐、自立拼搏的同时，获得更多教育和发展机会。入选学校可获得三年30万的支持（包含20万元足球发展基金+10万元培训发展支持）。截至2021年12月，已确定资助60支乡村校园女足球队，覆盖23个省300所乡村学校的女孩和体育教师。

□ 福建省恒申慈善基金会 - [恒爱体育-乡村儿童健康成长计划](#)

- 通过协助乡村学校研发适合乡村学校开展的趣味体育课程资源包、捐赠趣味体育课程资源包开展所需的体育器材、开展专兼职师资培训、支持学校发展体育特色校、搭建体育竞赛平台，改善乡村体育教学活动缺失问题，提升乡村学校体育教学质量，让乡村儿童在快乐运动中健康成长。

3.公益项目示例（国内项目部分）

□ 强棒天使

- 2015年发起，通过专业棒球训练让更多的困境儿童受益，通过“棒球”改变命运，同时也为国家筛选、输送更多的棒球人才。截至2021年底项目共资助困境儿童100+名，目前有88名孩子在强棒天使棒球基地学习生活，其中男孩54名，女孩34名，年龄最小的6岁，最大的16岁，少数民族占80%。

□ 智乐儿童游乐协会（香港）

- 医院游戏 以病童为服务对象，让小朋友在抗病路上及住院期间也可参与游戏，并透过游戏认识医疗程序及身处环境，了解患病后所遇到的事情和情绪反应。2020年项目惠及229630人。
- 游乐环境 确保可惠及所有儿童，即不同年龄、不同能力，包括幼儿、小学生、青少年、身体残障或其他特殊需要的孩子，共融游乐环境的概念因而衍生，让每一位小朋友均可自由享用各式游乐设施，自在体验不同游戏。2020年内完成环境顾问及评估12次。
- 游戏及游戏服务 通多元化的项目作示范及赋权，包括举办活动、安排专业培训、孩子提供游戏资源、营运游戏空间等，包括特殊学校的孩子们，为成长中的每一位儿童，创造游戏，满足小朋友的需要。2020年内服务惠及覆盖10179人。

□ 儿童乐益会（Right to Play）

- 总部位于加拿大。2007-2020年在中国开展工作，开展乐益早教-乡村幼儿园发展支持项目（在幼儿园开展以儿童为中心的足篮球运动为载体的游戏化的教与学奠定基础、提供支持、提升技能）、为医院配备儿童医疗游戏辅导员、与BMW合作开办童悦之家。
- 其它国家有不同类型特色项目，涉及性别平等、残障融合等，可参考 <https://righttoplay.com/en/our-work/>。

4. 思考与讨论：公益资金如何选择切入点

- **为什么关注运动——新开运动促儿童发展的方向，还是结合已有方向？**
 - 为什么关注运动促进儿童发展这个议题（关注的是儿童健康？儿童发展？儿童保护？乡村振兴？.....）
 - 出资方有哪些优势？（品牌定位、硬技能、软技能.....）
- **定目标**
 - 补短板：支持资源薄弱地区的运动场地、器材、师资等资源短板，填补发展不均衡的鸿沟
 - 助发展：以提供运动体验为手段促进儿童多元发展
- **选场景**
 - 学校体育（课内、课外）
 - 校外（社区、家庭、青少年俱乐部...）
- **选区域**
 - 农村（特定地区、特定学校类型 农村小规模学校/寄宿制学校/乡镇中心校/县域学校...）
 - 城郊/城乡结合部...
- **选内容（根据不同年龄段特点）：**
 - 开发结构化内容 纳入体育课程教学
 - 专项技能（如三大球、三小球）
 - 游戏、玩耍...
- **选群体**
 - 不同年龄：学前（0-3岁/3-6岁），学龄（小学、初中、高中阶段等）
 - 不同属性：残障儿童、女童、农村儿童、农村留守儿童、流动儿童、事实孤儿、辍学儿童等

4. 思考与讨论：公益资金如何提高有效性

□ 学校体育：

- 更深层次的问题和原因是什么？
- 农村学校“软件”有哪些问题？问题的现状、趋势是怎样的？当前的重点难点是什么？
- 入校干预，已有的共性干预策略，有哪些突出的瓶颈？有哪些重要经验？——比如农村学校体育老师的问题，有哪些已见效、可操作的干预策略？全民体育教师？
- 针对细分类型的学校，比如县城学校、乡镇村学校、小规模学校、寄宿制学校等不同细分类型学校，各自的特点、挑战是什么？有哪些已见效、可操作的干预策略？
- 有哪些明显缺口？地区的、问题的、人群的？
- 公益组织如何更有效撬动资源，与地方政府合作？

□ 学校体育之外，还可以做什么？各领域现有的问题是什么？已有的行动者有哪些？

- 场域：社区？家庭？公共环境？
- 年龄：学前？
- 人群：残疾儿童（特殊教育）？流动儿童？事实孤儿？