

香港中文大學  
教育學院  
體育運動科學系

# 2022 ACTIVE



## 2022香港健康活力兒童

香港特殊教育需要兒童及青少年體力活動報告卡

# 引言

2022香港健康活力兒童 (Active Healthy Kids Hong Kong) 之**特殊教育需要兒童及青少年體力活動報告卡** (以下簡稱**2022香港帕拉報告卡**) 以實證為本, 綜合分析本港有特殊教育需要兒童及青少年的體力活動行為及相關影響的因素。

**2022香港帕拉報告卡**的對象是本港6-17歲有特殊教育需要兒童及青少年 (類別包括肢體傷殘、視覺障礙、聽力障礙、智力障礙、注意力不足/過度活躍症、自閉症、言語障礙、特殊學習困難、精神病、以及群育發展困難)。

繼2019年首次推出後, 2022年版本是第二份以香港有特殊教育需要兒童及青少年為對象的報告卡, 並依照健康活力兒童環球聯盟 (Active Healthy Kids Global Alliance, [www.activehealthykids.org](http://www.activehealthykids.org)) 所設定的國際通用標準完成製作。

**2022香港帕拉報告卡**的製作目的是鞏固現有證據, 促進國際間比較, 為體力活動及健康政策制定提供實證依據, 改善體力活動監控概況, 並為有特殊教育需要兒童及青少年提供更多參與體力活動的機會。



# 研究團隊

## 項目負責人

**薛慧萍 博士**

香港中文大學

體育運動科學系 教授及系主任

## 研究工作組

**黃雅君 博士**

香港浸會大學

體育、運動及健康學系 副教授

**王香生 博士**

香港中文大學

體育運動科學系 教授

**黃至生 醫生**

香港中文大學

賽馬會公共衛生及基層醫療學院 教授

**沈劍威 博士**

香港中文大學

體育運動科學系 副教授

**李明慧 博士**

香港中文大學

體育運動科學系 副研究員

(至2022年8月31日)

## 項目助理

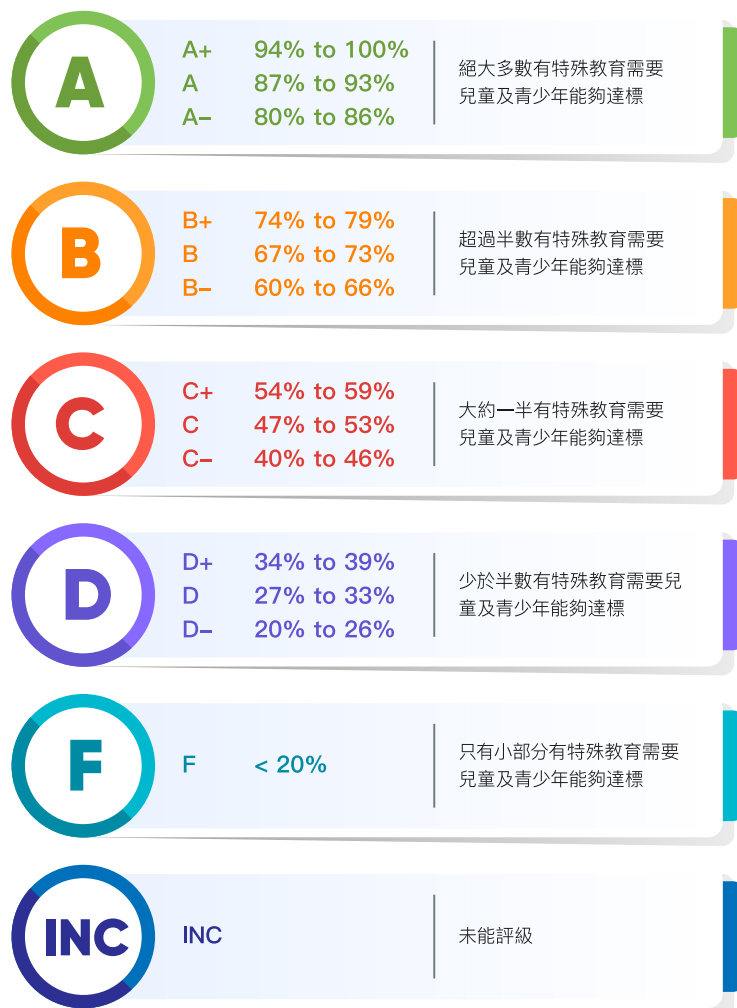
**隋景昊 先生**

香港中文大學

體育運動科學系 研究助理

# 等級釐定方案

等級釐定是基於審視每一項指標的數據，同時由有特殊教育需要兒童及青少年所達到預設基準的比例而釐定（詳細內容載於2022香港帕拉報告卡完整版）



備註：

如果等級添加“\*”代表該等級釐定是基於設備測量和自我報告的混合數據；

如果等級添加“\*\*”代表該等級釐定只基於設備測量數據。



# 2022 指標的等級



## 1 整體體力活動水平



2022 等級: F\* (12.3%)  
2019 等級: F

- 0.2% 的6–23歲有特殊教育需要兒童及青少年（肢體傷殘、視覺障礙、聽力障礙、智力障礙、以及群育發展困難）達到每日一小時中等至劇烈強度體力活動的建議（n=259）。
- 2.7% 的6–10歲有動作協調障礙兒童（屬於特殊學習困難類別）達到每日一小時體力活動的建議（n=88）。
- 40.2% 的智力障礙兒童（平均12.8歲）達到每日一小時中等至劇烈強度體力活動的建議（n=203）。
- 6.1% 的智力障礙兒童（平均12.1歲）達到每日一小時體力活動的建議（n=524）。

“\*”基於設備測量和自我報告的混合數據



## 2 組織性運動參與



2022 等級: INC  
2019 等級: INC

由於現有證據與預設基準不符或僅限於其中一種特殊教育需要的類別，這項指標未能評級。



## 3 動態遊戲



2022 等級: INC  
2019 等級: INC

由於現有證據與預設基準不符，這項指標未能評級。

4



### 步行/踏單車 往返學校



2022 等級: D- (23.8%)  
2019 等級: INC

- 23.8% 有特殊教育需要兒童及青少年（肢體傷殘、聽力障礙、視覺障礙、言語障礙、精神病/情緒病、自閉症、以及注意力不足/過度活躍症）步行往學校或技能訓練中心 (n=69,400)。

5



### 靜態行為



2022 等級: D\*\* (29.3%)  
2019 等級: D+

- 25.3% 的6–23歲有特殊教育需要兒童及青少年（肢體傷殘、視覺障礙、聽力障礙、智力障礙、以及群育發展困難）達至每次久坐不超過一小時的建議 (n=198)。
- 43.8% 的6–10歲有特殊教育需要兒童及青少年達至每次久坐不超過一小時的建議 (n=73)。
- 18.9% 的智力障礙學童達至每次久坐不超過一小時的建議 (n=111)。

“\*\*”只基於設備測量數據

6



### 家庭及朋輩



2022 等級: INC  
2019 等級: INC

由於現有證據僅限於其中一種特殊教育需要的類別，這項指標未能評級。

7



### 學校



2022 等級: INC  
2019 等級: B

由於現有證據與預設基準不符，這項指標未能評級。

8



### 社區及環境設施



2022 等級: INC  
2019 等級: INC

由於缺乏針對有特殊教育需要兒童及青少年的證據，這項指標未能評級。



香港特別行政區政府部門（包括康樂及文化事務署、民政事務局及教育局）實施策略性政策和措施，支持及促進有特殊教育需要兒童及青少年的體力活動與運動參與。

- 康樂及文化事務署提供一連串的措施支持殘疾人士及照顧者的體力活動參與：
  - 讓殘疾人士及照顧者參與不同運動項目享用半價優惠。
  - 為殘疾人士提供免費體育訓練計劃，並推出一站式相關資訊網站。
  - 康樂及文化事務署擴大特殊學校的學校體育活動，增加體育項目種類與訓練總時數。
  - 康樂及文化事務署於2015–2020年的開支預算中，體育發展及活動方面的年度整體開支介乎2,080萬至3,520萬港元。當中用於殘疾人士的直接開支所佔百分比為4.9% (2015–16)、4.9% (2016–17)、4.2% (2017–18)、5.4% (2018–19)、6.0% (2019–20)。
- 民政事務局積極促進殘疾人士的體育共融。作為2021年體育政策的一部分，民政事務局推出了試點體育訓練計劃，約430名殘疾人士受益。該局亦推出110項計劃，惠及約5,300名特殊學校學童。該局也在全港運動會期間為殘疾人士舉辦活動，推廣共融。
- 教育局更新《體育學習領域課程指引（小一至中六）》，強調為有特殊教育需要兒童及青少年提供平等教育機會，並積極參與體育活動。
- 民政事務局和教育局合作為有特殊教育需要學童推動體力活動和體育共融：
  - 自2017年至2018年，兩局合作推動「開放學校設施推動體育發展計畫」。該計劃不僅打開大門提升學校參與，還提高參與學校的津貼上限。此外，兩局持續努力，擴大合資格的體育團體名單。
  - 兩局共同推動「躍動校園 活力人生」計劃。活動的主要目的是激勵學童達至MVPA60的建議，並強調建立活躍及健康生活方式的重要性。



# 研究方法及結果

有關研究方法及結果的詳細資料，可參閱2022香港帕拉報告卡的完整版。

香港帕拉報告卡的完整版及簡短版可透過以下網址下載：

<http://activehealthykidshongkong.com.hk>



# 鳴謝

本香港帕拉報告卡獲2022至2023年度「聯合書院基金研究津貼計劃」及「利希慎基金研究津貼計劃」支持。

我們特此感謝所有持份者的貢獻及隋景昊先生 (香港中文大學理學碩士運動科學與體力活動) 的報告卡設計。

