

### 香港與全球其他 56 個國家及地區的比較

與全球其他 56 個國家和地區相比，香港在「組織性運動參與」(B-)、「步行及踏單車往返學校」(B+)、「學校」(B)、「社區及環境設施」(B) 以及「政府策略及資源投放」(C+) 指標評分高於全球平均水平；而「整體體力活動水平」(D-\*\*)、「動態遊戲」(D)、「靜態行為」(D) 以及「健康體適能」(D) 指標評分則低於全球平均水平。(表一)

與全球 42 個極高人類發展指數(HDI) 國家及地區相比(表二)，香港在「組織性運動參與」(B-)、「步行及踏單車往返學校」(B+) 和「社區及環境設施」(B) 三項指標較為領先；而「整體體力活動水平」(D-\*\*)、「動態遊戲」(D) 和「健康體適能」(D) 評分則較為落後。

香港在「整體體力活動水平」指標的評分(D-\*\*) 更遜於大多數亞洲國家及地區，例如日本(B-)、中國(C) 和新加坡(C-)。在亞洲國家/地區中，香港是唯一一個基於設備測量數據來釐定整體體力活動水平等級的地區。(表三)

過多的靜態行為在極高人類發展指數國家和亞洲均是一個嚴重的問題。香港的評分為 (D)，與韓國和美國同級，但高於澳洲(D-)、法國(D-)、加拿大(F) 和蘇格蘭(F)。(表二、表三)

### 關於香港兒童及青少年體力活動報告卡

香港兒童及青少年體力活動報告卡是矢志促進全球兒童及青少年的體力活動的非牟利組織「健康活力兒童環球聯盟」成員之一。報告卡透過實證分析就不同指標發布評級，為兒童和青少年的體力活動水平作全面及系統性的評估。詳情請瀏覽：<http://activehealthykidshongkong.com.hk/>

### 鳴謝

2022 香港健康活力兒童報告卡由健康活力環球聯盟，香港中文大學及 Sun Life 永明共同支持下完成，致力鼓勵大眾建構健康生活。