

研究顯示:加拿大可能是世界兒童活動量最少之一

駐加拿大代表處教育組

加拿大的兒童並不愛活動是公認的現狀，一項新的研究發現，加拿大兒童可能是世界上活動量最少的孩子之一。

每年非營利組織 ParticipAction 都會發佈兒童和青年體育活動狀況報告，加拿大的兒童連續四年得了 D，其 5-17 歲的兒童和青少年只有 9% 每天至少進行 60 分鐘的強度體育活動。本週發佈的 38 個國家比較報告顯示，有 26 個國家得分為 D 或更差，包含比利時、智利、中國、卡達和蘇格蘭，其中加拿大與包含澳洲、英國、西班牙和美國在內的其他發達國家一起排名最低。

斯洛維尼亞則是獲得 A- 的最高排名，其 86% 的男孩和 76% 的女孩有足夠的體育活動，研究員-馬克·湯布雷 (Mark Tremblay) 博士表示，加拿大的兒童沒有理由不能更積極活動，在很大程度上，這是因為他們選擇不活動，同時，他把一些責任歸咎於太多的電腦電視螢幕時間和沒有足夠自由及非結構化的遊戲。其中，較發達的國家在研究中得分較低，較不發達國家的排名則相對較高，包括肯亞、莫三比克和尼日共和國的 C，以及巴西和印度的 C+。湯布雷博士指出，加拿大在某些個人項目中排名相對較高 - 包括社區和環境排名 A-，有組織的體育和學排名 Bs，但是加拿大兒童的久坐行為則排名 F。

資料來源：2016 年 11 月 16 日 CBC News