

中国关心下一代健康体育基金会

关于开展“中华国学-正心健康”公益活动的通知

各相关单位：

为深入贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的二十大精神，积极响应国家关于促进全民健康的战略部署，落实《“健康中国2030”规划纲要》要求，进一步完善国民健康政策，为人民群众提供全方位全周期健康服务，经研究，我会决定开展“中华国学正心健康”公益活动。现将有关事项通知如下：

一、活动背景

随着我国经济社会的快速发展，人民生活水平显著提高，但同时也面临着诸多健康挑战。特别是儿童青少年群体，健康问题日益凸显；近视、肥胖、心理问题等成为影响儿童青少年身心健康的重要因素。“少年强、青年强则中国强”，青少年体魄强健、意志坚定、充满活力，是一个民族生命力旺盛的体现。党和国家历来高度重视青少年的健康问题，明确指出青少年身心健康和体魄强健是民族生命力旺盛的重要标志，是国家综合实力的重要体现。在此背景下，开展“中华国学-正心健康”公益活动具有重要的现实意义和紧迫性。

二、活动意义

活动旨在深入贯彻习近平总书记关于传承发展中华优秀传

统文化的重要论述，积极响应《“健康中国 2030”规划纲要》关于“推广传统养生保健方法”的战略要求，通过系统挖掘、科学转化太极、八段锦、导引术等中华传统养生智慧，构建符合当代人身心特点的健康促进体系。活动将依托专家团队研发的规范化课程体系，以线上线下融合模式免费向公众普及“治未病”理念，重点针对青少年群体开展身心健康干预，通过传统文化修养与现代健康管理相结合的方式，助力解决近视防控、体态矫正、情绪调节及网络依赖等突出问题，为提升全民健康素养、建设健康中国提供传统文化赋能，为培养体魄强健、意志坚定的时代新人奠定基础。

三、活动内容

(一)开展发扬与传承中华优秀传统文化

发扬与推广祝由术、梅山柔骨术、太极、八段锦、导引术等养生功法为主旨的中华优秀传统文化。计划制作正心健康国学相关的公益宣传片，为中华国学公益推广努力。通过线上建立正心健康系统平台，结合线下发起开展研讨、论坛等形式，开展身心健康相关的中华优秀传统文化公益活动，提高全民的强身健体的健康素养。

(二)开展养生功法研究与推广

系统性挖掘与转化道家养生功法中“身心合一、道法自然”的健康智慧，打造一套适合当代人的身心赋能、强身健体的养身健体功法体系。结合名师研究成果，形成完善的养身健体课程体

系，通过线上视频课程、沉浸互动教学、社群打卡督导等模式，向公众免费推广普及。编制《青少年养身实践指南》，免费提供给相关部门使用，目标至少为 100 万的儿童青少年提升身心健康素养。

(三)开展提升青少年的身心健康活动

校内开展健康知识讲座、身心健康主题活动、延时课堂、进入中小学为正心健康国学公益推广（目标 2000 所学校），为青少年提高身心健康素养和强健体魄而努力。校外搭建青少年身心健康平台、开展健康大讲堂、进社区为儿童青少年义诊（目标 1000 个社区），为提升青少年身心健康赋能。

四、组织架构

(一)组织机构

主办单位：中国关心下一代健康体育基金会

执行单位：中国关心下一代健康体育基金会“中华国学-正心健康”公益活动组委会(不设印章)

专家团队：邀请全国健康安全专业领域专家组成专家组，为活动提供专业技术支持和指导

(二)人员名单

活动设立“中华国学-正心健康”公益活动组委会(不设印章)负责全面的组织实施工作，人员名单如下：

执行主任：曾芝冰

副主任：杨 欢、刘孟辉、张 斌

秘书长：郭梦桃

副秘书长：刘 博、郑舒翔、刘 鹏

五、活动时间

活动于2026年1月正式启动，历时三年，分阶段、分步骤在全国范围内开展，于2029年12月结束。

六、活动性质

本活动为社会公益活动，活动不向儿童青少年、大中小学校或单位收取任何费用，活动经费由“中华正心健康”公益活动组委会通过合法合规渠道募集承担。

七、工作联系

联系人：郭梦桃 15973137623 任拥军 13651141713

联系地址：北京市丰台区吴家村路57号

中国关心下一代健康体育基金会

2026年1月26日

