



上海市民休闲体育锻炼认知对构建健康城市的影响

顾红, 陈爱菊

摘要: 在分析国内、外相关研究的基础上, 通过文献资料、问卷调查和数理统计等研究方法, 对不同背景特征的上海市居民在休闲体育锻炼的态度和体验差异进行分析。在此基础上, 进一步就以休闲体育锻炼建构健康城市为基础的认同感及运动态度和运动体验的相关性进行了研究。

关键词: 上海; 休闲体育锻炼; 健康城市; 运动体验; 运动态度

中图分类号: G80-05 文献标志码: A 文章编号: 1006-1207(2012)04-0070-03

Effects of Shanghai Citizens' Cognition of Leisure Sports Exercise on Building up a City of Health

GU Hong, CHEN Ai-ju

(Shanghai University, Shanghai 200444, China)

Abstract: Based on the analysis of the relevant researches at home and abroad and by the methods of literature study, questionnaire and statistics, the article focuses on the different-background Shanghai citizens' attitude toward leisure sports exercise and the difference of experience. A further study has also been made on the cognition of building up a city of health with leisure sports exercise as well as the attitude toward exercise and exercise experience.

Key words: Shanghai; leisure sports exercise; city of health; exercise experience; attitude toward exercise

始于1987年的健康城市运动在全世界已经吸纳了3 000多个城市加入, 目前这个数字还在不断地增加, 尤其是世界卫生组织(WHO)在各地成立了区域指导委员会, 该项目已成为世界各国减少城市化进程中健康危害的主要途径。建设健康城市, 是WHO面对城市化问题给人类健康带来挑战而倡导的一项全球性战略行动。其目的是呼吁民众关注城市的健康问题, 并通过强化政府职能, 协调社会力量, 动员市民参与, 更多更好地解决健康问题。

我国启动健康城市项目是在1994年8月, 在国家卫生法规司和国际合作司牵头下及世界卫生组织的帮助下, 部分城市正向WHO申请加入健康城市行列。上海作为国际化大都市, 在加快推进经济社会全面协调的进程中, 同样面临着环境的压力、资源的制约、以及城乡人口老龄化、生活方式多样化带来的健康问题。上海市在2003年“健康城市三年计划”中提出的健康城市指标共计104个, 其中普及健康锻炼6个, 占总数的5.77%。同时, 提出建设健康城市的长期的系列规划, 其重点推行11项重要活动就包括“人人运动”。而休闲体育锻炼又是当前正逐步成为人们生活的一个重要组成部分, 也是贯彻“人人运动”的主要手段和方法, 基于此, 本研究通过对上海市民进行抽样调查, 通过休闲体育锻炼的体验和态度来分析其对以运动作为建构健康城市基础的认同感, 从而为政府部门在健康城市不断建设过程中制定相关政策提供理论依据。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

以上海市闸北、宝山、徐汇和嘉定4个行政区的居民

320人(男160人, 女160人)为调查对象。对其参与休闲体育锻炼的运动体验与运动态度展开调查, 从而分析上海居民对以休闲体育锻炼构建健康城市的认同程度。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

通过中国期刊网和GOOGLE搜索引擎进行资料收集工作, 根据研究需要, 重点查阅关于“休闲体育锻炼”、“健康城市”等方面文献资料。此外, 通过阅读体育社会学、经济学等方面的书籍, 为研究提供理论依据和支撑。

1.2.2 问卷调查法

为确保调查质量, 紧密围绕研究目的设计《上海居民休闲体育锻炼认知对构建健康城市影响的研究》。对调查问卷进行效度和信度检验后, 共发放问卷320份, 回收问卷287份, 有效问卷246份, 问卷的发放情况见表1。

表1 问卷的发放、回收统计情况
Table 1 Statistics of the Distribution and Collection of the Questionnaire

类别	发放数	回收数	回收率	有效数	有效率
问卷	320	287	89.7%	266	83.1%

1.2.3 专家访谈法

面谈或电话访谈社会学专家学者、政府部门相关负责人, 了解他们对目前上海构建健康城市的目标、措施方面看法, 并做好记录。

1.2.4 数理统计法

用SPSS 11.5对调查所得数据进行统计分析, 获得研究所需的各种数据资料。

收稿日期: 2012-05-11

基金项目: 2008年上海市体育社会科学、决策咨询课题(TYSKYJ2008015)

第一作者简介: 顾红, 女, 副教授。主要研究方向: 体育社会学、体育教育训练学。

作者单位: 上海大学 体育学院, 上海 200444



1.2.5 逻辑分析法

运用逻辑学原理,对各种信息进行了深入的分析探讨,对研究所得的观点结论和建议进行归纳整理,分析推理并加以论证。

2 结果与分析

2.1 相关概念的理论界定

2.1.1 健康城市

1994年WHO提出健康城市的定义为健康城市是一个不断发展自然和社会环境并扩大社会资源,使人民能够在享受生命和充分发挥潜能方面相互帮助的城市。这个定义是基于WHO对城市的存在和发展提出的新呼吁,即“城市不只是一个经济实体,更应成为能生活、能呼吸、能生长和愉悦生命的现实空间。”建设健康城市就是要发挥地方政府在公共卫生方面的作用,鼓励政府履行从大众健康出发的政策,不断地创造和改善物质与社会环境,不断地扩充新的公共卫生资源,让人们在生活的各个方面得到有利于健康的帮助,使城市成为由健康的人群、健康的环境和健康的社会有机结合的发展的整体。

2.1.2 运动体验

本研究所指运动体验乃在参与休闲体育锻炼过程中,所持有的认知、情感及行为的倾向,其结果会受到参与者过去经验积累及周围环境的影响。

2.1.3 运动态度

本研究所指运动态度乃在休闲体育锻炼的过程中参与者的涉入情形,包括活动所产生的主观感受与表现情形,可能是瞬间的,也可能是长期过程的积累。

2.2 调查对象的基本特征

通过对调查对象的性别、年龄、学历及参与休闲体育锻炼的规律性进行统计(见表2),结果显示:性别方面男性居

多,占55.3%,女性占44.7%;在年龄方面21~30岁之间比例最高,占38.0%,其次为31~40岁者,占27.8%,比例最低是年龄段位51~60岁之间;在学历方面大学学历者最高,占调查总数的46.6%,其次为高中学历者,占25.2%;在日常生活中,有规律地参与休闲体育锻炼者为145人,占调查总数的54.5%。

表2 调查对象背景特征统计情况

Table II Statistics of the Subjects' Background Characteristics

背景特征		频数	%
性别	男	147	55.3
	女	119	44.7
年龄	20岁以下	32	12.0
	21~30岁	101	38.0
	31~40岁	74	27.8
	41~50岁	27	10.2
	51~60岁	15	5.6
	60岁以上	17	6.4
文化程度	高中以下	30	11.3
	高中	67	25.2
	大学	124	46.6
	研究生	45	16.9
运动习惯	有规律	145	54.5
	无规律	121	45.5

2.3 不同背景特征对运动态度与运动体验及认同感的差异性

统计结果显示(见表3):运动态度的整体均数为3.96,标准差为0.42;运动体验的整体均数为3.22,标准差为0.48;认同感的整体均数为1.62,标准差为0.22。在性别方面男性在运动体验、运动态度和认同感3个方面的得分均高于女性;在年龄方面,21~40岁之间的群体较其它层面的调查者总体上呈现出较高正面程度;在学历方面,具有高中或大学文化程度者的得分高于其它层面的调查者。

表3 不同背景特征的市民在运动态度与运动体验及认同感上的差异

Table III Difference of the Different-Background Citizens' Attitude, Experience and Cognition

背景特征		运动态度		运动体验		认同感	
		均数	标准差	均数	标准差	均数	标准差
性别	男	4.25	0.45	3.68	0.49	1.75	0.25
	女	3.67	0.41	2.76	0.47	1.49	0.21
年龄	20岁以下	3.97	0.41	3.25	0.34	1.52	0.17
	21~30岁	4.70	0.27	3.47	0.36	1.70	0.25
	31~40岁	4.23	0.53	3.27	0.51	1.60	0.24
	41~50岁	3.77	0.35	3.20	0.50	1.65	0.20
	51~60岁	3.65	0.43	3.10	0.26	1.63	0.19
	60岁以上	3.44	0.37	3.03	0.32	1.62	0.26
	整体	3.96	0.42	3.22	0.48	1.62	0.22
文化程度	高中以下	3.65	0.52	3.07	0.34	1.56	0.23
	高中	4.27	0.48	3.30	0.37	1.65	0.31
	大学	4.08	0.24	3.35	0.44	1.67	0.18
	研究生	3.84	0.28	3.16	0.56	1.60	0.17

2.4 不同参与习惯的休闲体育锻炼者的认同感差异性

参与休闲体育锻炼是一种良好的生活习惯,但只有规律

地参与锻炼才能保持强健的体魄。统计结果显示(见表4):有、无规律的参与者在运动态度上均数分别为4.05和



3.89, 经 T 检验后存在着显著差异性。有、无规律的参与者在运动体验上均数分别为 3.42 和 3.02, 经 T 检验发现存在显著差异。有、无规律的参与者在以休闲体育锻炼对构建健康城市为基础的认同感上均数分别为 1.63 和 1.61, 经 T 检验后发现未达到显著水平。

表 4 不同参与习惯的休闲体育锻炼者的认同感差异性
Table IV Cognition Difference of Leisure Sports Exercisers with Different Participation Habits

	有规律		无规律		T 值
	均数	标准差	均数	标准差	
运动态度	4.03	0.45	3.89	0.43	-4.07*
运动体验	3.42	0.41	3.02	0.37	-4.34*
认同感	1.63	0.21	1.61	0.23	-1.12

注: 带* 为 $P < 0.05$

2.5 运动态度与运动体验对以休闲体育锻炼来构建健康城市认同感相关性分析

通过采用 pearson 积差相关性统计分析, 结果显示 (见表5) 运动态度与运动体验呈现显著的正相关, 即积极的、正面的参与态度会出现良好的运动体验; 运动态度与休闲体育锻炼对构建健康城市为基础的认同感之间存在着正相关性。运动体验与休闲体育锻炼对构建健康城市为基础的认同感之间也存在显著相关性。

表 5 运动态度与运动体验及认同感的相关性
Table V Correlation between Attitude, Experience and Cognition toward Exercise

	运动态度	运动体验	认同感
运动态度	1	0.47*	0.52*
运动体验	0.47*	1	0.41*
认同感	0.52*	0.41*	1

注: 带* 为 $P < 0.05$

3 结论

男性在运动体验、运动态度和认同感 3 个方面的得分均高于女性; 在年龄方面, 21~40 岁之间的群体较其它层面的调查者总体上呈现出较高正面程度; 在学历方面, 具有高中或大学文化程度者的得分高于其它层面的调查者。

是否规律地参与休闲体育锻炼, 在运动态度、运动体验和认同感上表现出不同差异性, 在运动态度和运动体验上呈现出显著差异, 即有规律参与者显著要高于无规律参与者, 而在认同感上二者无明显差异。

积极的休闲体育锻炼参与态度, 易获得良好的运动体验, 从而对休闲体育锻炼构建健康城市有着较高的认同感。

参考文献:

- [1] 上海市建设健康城市三年行动计划 (2003-2005 年) [M]. 上海市人民政府 [沪府 (2003) 59 号]. 2003
- [2] 世界卫生组织欧洲区网站: <http://www.euro.who.int/thehealthycities/How2MakeCities/20020114> 1
- [3] 王书梅. 城市发展的新理念 - 世界卫生组织欧洲区健康城市项目简介 [C]. 健康教育论坛, 2001, 2:47
- [4] 梁鸿, 曲大维, 许非. 健康城市及其发展的社会学解析 [J]. 社会科学, 2003, (11): 70-76.
- [5] 世界卫生组织. 渥太华宪章 [A]. 健康教育健康促进重要文件选编 [Z]. 北京: 中国人口出版社, 1998. 12-15.
- [6] 田本淳. 健康教育与健康促进 [J]. 中国健康教育, 1998, 14 (7): 4-7.
- [7] 梁鸿. 论健康城市与社会经济发展 [J]. 中国卫生经济, 2003, (3): 8-9.

(责任编辑: 陈建萍)

(上接第 50 页)

成绩明显优于男子。这除了国内对女性竞技体育的重视以外, 还有一个重要原因是由于国际环境的改变越来越有利于女性竞技体育的发展。

5 结语

通过对我国女性竞技体育成绩发展轨迹的梳理, 不难发现中国女性竞技体育成绩的获得与社会环境有着密切的关系, 这在一定程度上反映了社会主义初级阶段发展条件下中国女性竞技体育发展的规律性。中国现在正处于计划经济向市场经济转变的时期, 在社会变革下, 女性所受的影响要大于男性, 怎样解决女性竞技体育在市场经济改革中的一些问题, 这还需要我们不断进行探索与研究。

参考文献:

- [1] 董进霞. WOMEN, SPORT AND SOCIETY IN MODERN CHINA [M]. London Portland, 2002: 81-82.

- [2] 田雨. 女权主义的划界、反思与超越 [D]. 吉林大学, 2006: 141.
- [3] 赵慕峰著. 叱咤体坛的“半边天” [M]. 北京: 五洲传媒出版社, 1995: 10-11.
- [4] 董进霞. WOMEN, SPORT AND SOCIETY IN MODERN CHINA [M]. London Portland, 2002: 85.
- [5] 伍绍祖主编. 中华人民共和国体育史 (1949-1998) 综合卷 [M]. 北京: 中国书籍出版社, 1999: 268.
- [6] 中国体育总局网站. 改革开放以来中国体育发展战略的演进与思考, 发布时间: 2003-07-30.
- [7] 傅砚农等. 20 世纪 80 年代体育改革中几个问题的回顾——访原国家体委副主任张彩珍 [J]. 体育学刊, 2008 (7): 1-4.

(责任编辑: 何聪)