



上海市青少年群体参与“30 分钟体育生活圈”体育活动的需求与供给

王恩锋¹, 马祖勤¹, 孙自检¹, 孙雨萌², 孙建冰¹, 曾 泽¹

摘 要: 通过查阅文献资料,运用问卷调查法、访谈法、实地考察法等研究方法,以上海青少年群体为调查对象,以“30 分钟体育生活圈”健身活动为调查重点,对上海市青少年参与体育健身活动的动机进行了分析,对上海青少年群体参与 30 分钟体育生活圈的现状进行调查,发现知道体育生活圈的青少年仅占 20.9%;青少年参与运动项目的选择呈多样性特点,受到参与运动的动机以及时间的影响;在工作日除了参加学校的体育活动外,68.7%的青少年选择参加体育活动,地点主要集中在社区的公共场地等。小长假、周末、寒暑假大部分体育活动距离都在 1000 米以内;影响青少年参加“30 分钟体育生活圈”的首要因素是健身意识。根据分析,提出充分发挥政府的职能、加大宣传力度、不断完善基础体育设施、发挥体育教师的榜样作用、给青少年足够的空间和时间,提供青少年健身发展所需要的专业健身指导员。

关键词: 青少年; 30 分钟体育生活圈; 对策研究

中图分类号: G80-05 文献标志码: A 文章编号: 1006-1207(2015)04-0060-05

Demands and Supplies of the Shanghai Youngsters Participating in "30-Minute Sports Life Circle"

WANG Enfeng, MA Zuqin, SUN Zijian, SUN Yumeng, SUN Jianbing, ZENG Ze

(Fudan University Shanghai 200433, China)

Abstract: By the methods of literature study, interview and field inspection and taking the Shanghai youngsters as the subjects, the authors analyzes the motivation of the Shanghai youngsters participating in fitness exercises. The survey focused on the "30-Minute Sports Life Circle". The result of the survey indicates that only 20.9% of the youngsters have heard of this sports life circle. The sports the youngsters choose are of great diversity. The motivation and time available often affect their participation. Apart from the sports activities in schools during the weekdays, 68.7% of the youngsters like to do exercises in the public fields of the communities. In short break holidays, weekends and winter and summer vacations, they take part in exercise on the fields usually within 1000 meters. The main factor affecting their participation in "30-Minute Sports Life Circle" is fitness awareness. According to the analysis of the survey, the article proposes to bring into full play the government function, enhance the promotion, continuously perfect the fundamental sports facilities, set the examples of the PE teachers, leave enough room and time to the youngsters and provide professional fitness instructors for the fitness development of the young people.

Key Words: youngster; 30-minute sports life circle; countermeasure study

随着生活水平不断提高,人们对体育需求呈现追求强身健体、休闲娱乐、陶冶情操、释放压力、社交时尚、自我价值实现等多元化现象。“体育回归大众、体育回归生活”,已成为一种发展潮流,正成为人们的自觉行动。作为践行“体育是民生、体育是精神、体育是文化”的内涵理念,上海试点推进“30 分钟体育生活圈”这一民生项目,使之成为百姓衣食住行以外的第五基本生活要素,让体育锻炼真正成为市民生活的一部分。“30 分钟体育生活圈”对于大部分普通人来说依然是一项新兴的健身概念,从时间

特性上来说,它指的是市民每周 3 次,每次 30 min 的日常体育生活时间;而按照空间特性来说则指的是让市民们出门只需要 30 min 就能抵达运动场所。“优化完善 30 分钟体育生活圈,改善市民生活方式,提升市民身体素质和生活质量”,写入了上海市第十次党代会工作报告;2013 年市政府工作报告又重申这项任务;2014 年 1 月 7 日下午,在上海市政府召开的 2014 年上海市体育工作会议上,副市长赵雯强调:新的一年要聚焦重点,全面推进“30 分钟体育生活圈”建设,因地制宜建设市民健身活动中心,郊区

收稿日期: 2014-10-30

基金项目: 2014 年上海市体育社会科学决策咨询课题(TYSKYJ2014031);2015 年复旦大学“卓学计划”项目(JJH6050008)。

第一作者简介: 王恩锋,男,硕士研究生,讲师。主要研究方向:体育运动训练学。

作者单位: 1.复旦大学,上海 200433;2. 同济大学,上海 200092



新城和大型社区中加大体育健身配套设施建设,创新体育场馆运营、全民健身活动组织和赛事举办模式。建设“30 分钟体育生活圈”,对促进市民健身健康,保障市民体育权益,建设和谐社会,优化经济结构和推动体育发展转型,有着重要而深远的意义。

1 研究对象与方法

本文运用问卷调查法、文献资料法、访谈法等研究方法,以上海青少年群体为调查对象,调查研究他们在体育健身过程中的基本情况,并以对“30 分钟体育生活圈”的需求为调查重点,探寻供给结构,探寻青少年参与“30 分钟体育生活圈”的健身需求与学校、社区体育公共服务的匹配程度。

2 上海市青少年参加体育活动特征分析

2.1 上海市青少年参与体育活动的动机分析

2.1.1 上海市青少年参与体育活动动机的整体特征

参加体育活动的认知态度与动机是人们对体育活动各种客观要求心理上的反映,它是一切体育实践活动产生的主要心理动力基础。调查结果表明:上海市青少年参加体育健身活动的动机是多样的,选择强身健体的占 58.3%,缓解精神压力的占 20.2%,兴趣爱好的占 15.3%,减肥的占 5.8%,明星效应占最后一位 0.4%(图 1)。

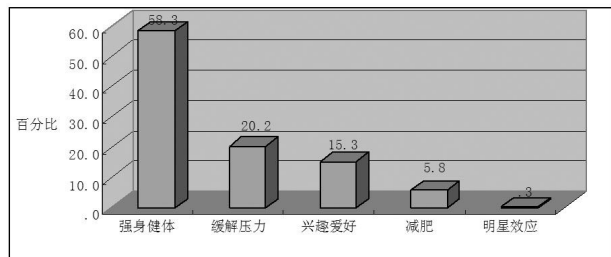


图 1 上海市青少年参加体育活动的整体特征

Figure 1 General Characteristics of the Shanghai Youngsters Participating in Sports

2.1.2 上海市不同性别青少年参与体育活动动机的异同

表 1 的统计结果显示:在强身健体、缓解精神压力方面,男、女的动机没有什么差异,而在兴趣爱好方面男生占的比例较大;而女生在减肥方面所占的比例较大,他们希望通过体育锻炼达到减脂塑形、保持身材的目的。但无论男性还是女性参加体育健身的主要动机均是强身健体,可见青少年对自己的健康是十分重视的。

表 1 不同性别青少年参与体育活动的动机

Table I Motivation of the Different Gender Youngsters Participating in Sports in Shanghai

动机	男/%	女/%
强身健体	59.6	56.8
缓解压力	19.9	20.6
兴趣爱好	17.0	13.5
减肥	2.9	9.0
明星效应	0.6	0.1

2.1.3 上海市不同年龄阶段青少年参与体育活动动机的异同

为了研究不同阶段青少年的体育活动情况,需要对青少年进行分组,本文将其分为初中组和高中组。

从表 2 可知,高中生选择体育活动的主要目的是强身健体,所占比例比初中组略高、在缓解精神压力方面可见高中组略低于初中组、在兴趣爱好方面所占比例相差不大、在减肥方面,初中组高于高中组、在明星效应方面,初中组所占比例高于高中组,说明在认知方面高中组高于初中组。通过分析发现,无论是高中组还是初中组,他们参与锻炼的最主要目的都是强身健体。可见只要他们有参与体育锻炼的动机,就会采取行动,逐渐的会成为“30 分钟体育生活圈”一份子,从而加快上海市青少年“30 分钟体育生活圈”的发展。

表 2 不同组别青少年参与体育活动的动机

Table II Motivation of the Different Group Youngsters Participating in Sports in Shanghai

组别	初中/%	高中/%
强身健体	53.8	61.9
缓解精神压力	21.4	19.3
兴趣爱好	15.9	14.9
减肥	8.3	3.9
明星效应	0.6	0.0

2.2 上海市青少年体育活动的基本情况

本文对上海市青少年体育活动的基本情况进行了调查(见表 3),50.9%青少年认为参加体育活动是非常重要的,43.9%青少年认为参加体育活动是重要的,只有小部分采取无所谓的态度。由于青少年群体的特殊性,他们选择体育活动的时间段不同,但是 54.9%的青少年能保证每周参加 3~5 次体育活动,17.2%的青少年每周体育活动超过 6 次,27.9%的青少年少于 3 次。而且每次体育活动的时间大部分在 30 min 以上,这与“30 分钟体育生活圈”在时间特性上的概念基本吻合。

表 3 体育活动重要性认知情况

Table III Awareness of the Importance of the Sports Exercises in Shanghai

重要程度	选中百分比/%
非常重要	50.9
重要	43.9
无所谓	4.6
不重要	
非常不重要	0.6

表 4 每周体育活动次数

Table IV Exercise Times Each Week in Shanghai

周锻炼次数	选中百分比/%
6 次以上	17.2
3-5 次	54.9
3 次以下	27.9

表 5 每次参加体育活动的时
Table V Duration of the Exercise Each Time in Shanghai

每次锻炼时间	选中百分比/%
2 h 以上	10.1
1.5~2 h	18.7
1~1.5 h	29.1
0.5~1 h	31.3
0.5 h 以下	10.7

3 上海市青少年群体参与“30 分钟体育生活圈”的现状

3.1 上海市青少年对“30 分钟体育生活圈”的认识

“30 分钟体育生活圈”就是指每周参加 3 次体育活动,每次体育活动 30 min,30 min 内就能抵达运动场所的一项新兴健身概念。从调查中,我们发现知道体育生活圈的青少年仅占 20.9%,这与上海市全面贯彻落实“30 分钟体育生活圈”的目的是相背离的。所以,我们要采取一定的措施与手段,加快推动青少年“30 分钟体育生活圈”的开展。

3.2 上海市青少年参与体育活动项目的调查分析

3.2.1 上海市周末、小长假、暑假、寒假的体育活动项目

青少年参与运动项目的选择呈多样性,受其参与运动的动机的以及时间的影响。从表 6 和图 2、图 3、图 4、图 5 可知,无论是周末、小假期,或是在寒、暑假,散步、跑步、球类运动均为首选。而游泳这一特殊项目受季节的影响,在暑假所选择的较多,而在周末、小假期和寒假相对较少。其他项目在不同时间的选择均无明显差异。

表 6 青少年参与体育活动的项目 (%)

Table VI Sports Items of the Shanghai Youngsters Participate in (%)

时间	拳操类	体育舞蹈	球类	散步 跑步	棋类	游泳	其他 项目
周末	6.7	7.2	50	60.1	11.7	13.8	3.1
小长假	8.3	8.0	51.2	60.7	15.6	18.4	3.1
暑假	8.6	10.1	54.9	58.3	17.2	42.9	2.5
寒假	8.3	7.4	51.2	66.6	16.6	19	2.1

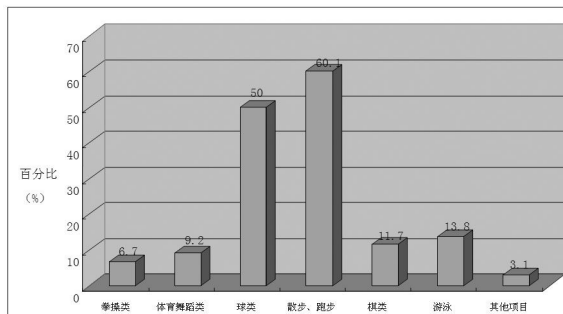


图 2 青少年参与体育活动的项目

Figure 2 Sports Activities the Shanghai Youngsters Choose in Weekends

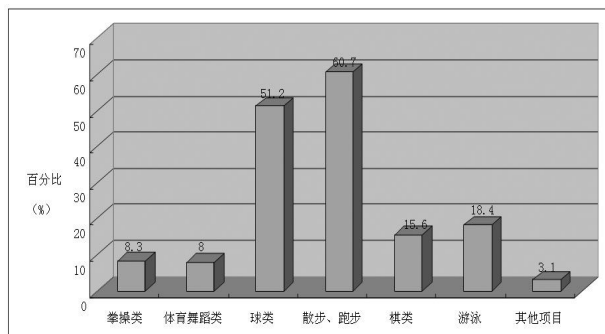


图 3 青少年小长假体育活动项目的选择

Figure 3 Sports Activities the Shanghai Youngsters Choose in Short Break Holidays

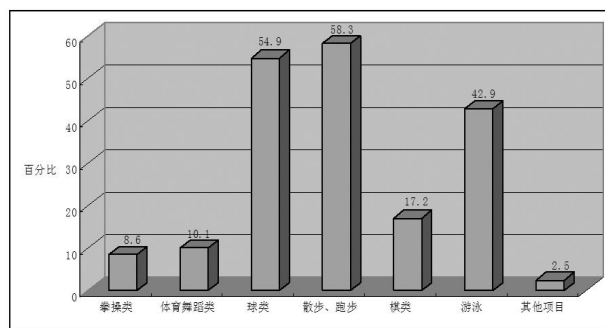


图 4 青少年暑假体育活动项目的选择

Figure 4 Sports Activities the Shanghai Youngsters Choose in Summer Vacations

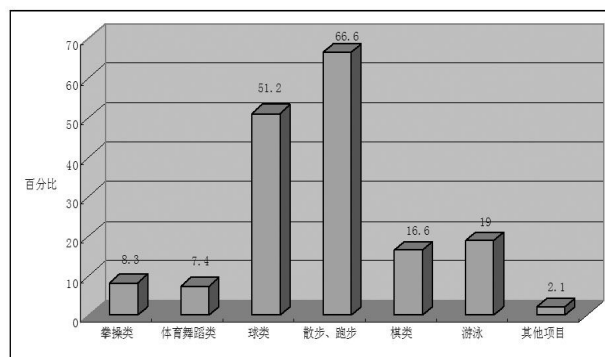


图 5 青少年寒假体育活动项目的选择

Figure 5 Sports Activities the Shanghai Youngsters Choose in Winter Holidays

3.2.2 上海市不同性别的青少年体育活动项目选择的异同

从表 7 数据统计中可以得知:拳操类项目,男女差异不大;体育舞蹈类,女生明显高于男生,这与女生追求形体、保持身材等有关;而球类项目比较受男生欢迎,所以在选择上远远高于女生;散步、跑步是一项相对比较简单的运动,男女生选择这种体育活动的比例都比较大,女生略高于男生。此外,棋类项目比较受男生喜爱,而选择游泳项目的女生比较多。总体来看,排在前几位的都是比较简单和流行的项目。而且男生和女生在选择上是存在差异的,男生多参加球类项目,而女生多选择舞蹈等非剧烈的项目。

表 7 不同性别青少年体育活动的选择

Table VII Choice of the Sports Activities of the Different Gender Youngsters

	选择频率/%	排序	选择频率/%	排序
	男		女	
拳操类	7.6	5	5.8	6
体育舞蹈类	4.7	6	14.2	4
球类	62.6	1	36.1	2
散步、跑步	50.3	2	71	1
棋类	15.8	3	7.1	5
游泳	9.4	4	18.7	3
其他	2.9	7	3.2	7

3.2.3 上海市不同年龄阶段青少年体育项目选择的异同

从表 8 中可以看出,不同年龄段的群体对活动项目的选择具有不同的特点。其中,初中组把散步跑步、球类和游泳作为选择的前三位;在高中组,散步跑步、球类和棋类排在选择的的前三位。但是高中组的散步跑步和球类的选择略高于初中组,而初中组的棋类、游泳、体育舞蹈、拳操类项目均高于高中组。但无论是初中组还是高中组,散步跑步和球类运动均为首选。

表 8 不同阶段青少年对体育活动项目的选择

Table VIII Choice of the Sports Activities of the Youngsters at the Different Age Stages

	选中频率/%	排序	选中频率/%	排序
	初中		高中	
拳操类	8.3	6	5.5	6
体育舞蹈类	11	5	7.7	4
球类	47.6	2	51.9	2
散步、跑步	59.3	1	60.8	1
棋类	14.5	4	9.4	3
游泳	22.8	3	6.6	5
其他	4.8	7	1.7	7

3.2.4 上海市青少年体育活动场地的选择

在对“青少年在工作日(周一到周五)除了参加学校的体育活动外,还参加体育活动吗?”这项内容的调查中,68.7%的青少年选择“参加体育活动”。参加体育活动的地点主要集中在社区的公共场地、公园,具体见表 9。上海市青少年在周末、小假期、寒假和暑假对体育活动场地的需求调查结果见表 10。

表 9 上海市青少年在工作日(周一~周五)除了学校外的体育活动地点

Table IX Exercise Fields for the Shanghai Youngsters in the Weekdays Apart from the Schools

地 点	百分比/%
社区公共体育场地	47.8
健身路径	16.1
广场	8.0
公园、绿地	33.5
收费体育馆	21.4
室内	37.9
旅游景点	1.8
郊区	3.1
其他	11.2

表 10 上海市青少年周末、小长假、暑假、寒假参与体育活动的场地(%)

Table X Exercise Fields for the Shanghai Youngsters in the Weekends, Short Break Holidays, Summer Vacations and Winter Holidays(%)

时间	社区公共体育场地	健身路径	广场	公园、绿地	收费体育馆	室内	旅游景点	郊区	其他
周末	39.3	13.8	10.4	32.5	16	32.5	0.9	1.2	7.1
小长假	40.8	14.1	10.1	37.1	21.5	28.2	3.4	1.5	6.1
暑假	48.2	16.6	13.8	32.8	26.6	28.8	2.8	1.2	4.0
寒假	42.3	12.3	10.1	31	22.7	33.7	3.1	1.2	4.3

从表 10 中数据可以看出,目前青少年在周末、小长假期间,参与体育活动的场地多为免费场所,如公园、广场、社区健身路径以及室内等。而在寒、暑假期间,选择收费的体育馆、旅游景点等所占的比例有所提高。虽然在寒、暑假的比例有所提高,但也不会动摇免费场所所占的比例。因此可见,社区一定要提供完善的体育设施,公园、广场以及绿地也要为青少年参与体育活动提供一定的空间。

在免费的体育活动场所基本上得不到专业的健身教练的指导,而到健身房、大型体育馆以及俱乐部等,会得到专业的健身指导。但是,青少年选择大型体育馆、健身房以及俱乐部等消费场所所占的比例较小,所以,要为免费的体育活动场所提供专业的社会体育指导员。

3.2.4 上海市青少年不同时间参与体育活动时的距离

由表 11 可知,青少年在小长假,周末,寒、暑假期间进行体育活动的距离大部分都在 1 000 m 以内,10 km 以外所占的比例较少。

表 11 上海市青少年参与体育活动的不同距离所占比例(%)
Table XI Proportions of the Different Distances of the Places Where the Shanghai Youngsters Participating in Sports (%)

	<1 km	1~2 km	2~3 km	3~4 km	4~5 km	5~6 km	6~7 km	7~8 km	8~9 km	>9 km
周末	67.8	16.0	8.9	3.7	1.5	0.6	0.0	0.0	0.0	1.5
小假期	62.0	17.5	9.8	4.0	2.5	1.2	0.0	0.2	0.0	2.8
暑假	60.4	16.6	8.9	7.7	1.8	1.6	0.6	0.3	0.0	2.5
寒假	62.6	16.9	8.0	7.1	1.8	0.6	1.2	0.0	0.0	1.8

3.2.5 上海市青少年体育活动的交通方式

目前上海市青少年在参加体育活动时主要采取的交通方式呈多样化,由于个体所参与体育活动的时间段不同,所采取的交通方式也不同。大部分采用步行方式,这与“30 分钟体育生活圈”在空间特性上的概念相吻合,其次自行车和公交车也是主要的交通方式。

3.2.6 上海市青少年参与“30 分钟体育生活圈”体育活动的依托的场地类型

由于青少年群体的特殊性,大部分属于在校学生,所以选择学校所有的体育场地进行体育活动的占有比例较大。青少年在选择“30 分钟体育生活圈”的体育活动场地



时,首先选择学校所属的场地,其次是大型体育馆,第三位是公园,第四位是社区,第五位是广场,最后是高档俱乐部。因此,学校应提供足够得场地与器材。

表 12 上海市青少年“30 分钟体育生活圈”主要依托的场地
Table XII The Main Facilities the 30-Minute Sports Life Circle Relies on

依托类型	比例/%
公园	21.2
广场	4.0
大型体育馆	21.3
学校	39.0
居住的社区	11.4
高档俱乐部	3.1

3.2.7 影响上海市青少年参与“30 分钟体育生活圈”的因素

调查发现,一部分青少年并不知道“30 分钟体育生活圈”。从表 13 可以看出,影响青少年参与“30 分钟体育生活圈”的首要因素是健身意识,其次是健身动机,第三位是政策与宣传,第四位是经济基础,接下来依次是“没有针对青少年的‘30 分钟体育生活圈’”、“居住地没有‘30 分钟体育生活圈’”、以及运动水平等。可见,出台相应的体育政策,进行宣传,培养青少年健身意识是重要的问题。

表 13 影响上海市青少年参与“30 分钟体育生活圈”的因素
Table XIII Factors Affecting Shanghai Youngsters Participating in 30-Minute Sports Life Circle

影响因素	百分比/%
政策与宣传	17.2
经济基础	7.4
健身意识	27.6
时间	25.8
运动水平	4.3
场地设施	2.8
没有针对青少年的“30 分钟体育生活圈”	4.9
居住地没有“30 分钟体育生活圈”	9.5
其他	0.5

3.2.8 上海市青少年对“30 分钟体育生活圈”的设想

青少年群体大多是 95 后,他们对“30 分钟体育生活圈”的设想可能受其生长环境和生活质量的影响。从表 14 中可以得知,上海市青少年对“30 分钟体育生活圈”的设想中,位于第一位的是“体育设施一流”,其次是“组织多种多样活动”,以及“配有专业健身指导员”。同时也在体育活动的环境、交通和其他方面提出了设想。

表 14 上海市青少年对“30 分钟体育生活圈”的设想
Table XIV Ideas of the Shanghai Youngsters for the 30-Minute Sports Life Circle

	体育设施一流	配有专业健身指导员	组织多种多样活动	环境优雅	交通方便	其他
%	47.2	14.1	20.2	9.8	7.1	1.5

4 促进上海青少年群体参与“30 分钟体育生活圈”的建议

4.1 充分发挥政府职能

政府在出台相关政策的完善群众体育活动的同时,还要注重青少年这个群体的体育健身活动。政府相关部门要投入足量资金,不断完善设施,保证青少年体育活动进行良性开展。如各个区域内的体育健身活动、区域区之间的活动以及社区内的活动等。

4.2 加大宣传力度

社会、政府以及学校要通过多媒体、网络、电视、广播等多种多样的途径来宣传体育健身的作用,宣传体育生活圈,引导青少年积极自发的参与体育健身活动。除此之外,还要经常举办一些适合青少年参加的高端体育赛事,以此来吸引青少年积极参与体育活动。

4.3 学校要不断完善基础体育设施

学校要注重体育基础设施的建设,建设出具有国家规定的体育场以及保障器材供给平衡。除此之外,还要举办各类各样的体育活动,以及校内外的各种联赛活动。

4.4 体育教师发挥榜样作用

学校教师除了在体育课完成课时任务,还可以利用体育游戏等多种手段来吸引青少年参与到体育活动中。还要向学生讲述体育健身作用,以此来提高青少年的健身意识,为养成终身体育锻炼打下良好的基础。

4.5 家长给孩子足够的空间和时间,投入一定的资金,支持青少年参加体育活动

现在的青少年大多数是独生子女,父母对孩子的期望特别高,他们都盼望着自己的孩子,能考个好大学,有个好未来,所以会导致过分的看中文化课,而忽略了孩子的健康问题。所以家长要给孩子足够的空间和时间,投入一定的资金,大力支持青少年参加体育活动。

4.6 政府、社区与学校相互合作,提供专业健身指导员

在对周末、小长假、暑假、寒假,青少年体育健身锻炼场所的调查中,大部分的调查对象选择利用小区场所健身,在对利用小区进行体育健身的青少年调查中,85%以上的人群希望有社区体育健身指导人员为其健身提供服务。社区体育健身指导员是指在社区体育活动中从事技能传授、健身指导和组织管理的工作人员,是发展社会体育事业、增进居民身心健康、提高生活质量,建设社会主义精神文明的重要支柱。

在培养社区体育健身指导员,一方面可以由上海市政府、社区与学校相互合作,提供社区体育健身所需的指导员。利用本地高校的人才优势,由政府牵头,学校和社区相互合作,政府和社区提供资金和场地,学校出人、出教练进

(下转第 69 页)



- 式的创新——基于上海市杨浦区政府、学校、体育俱乐部合作模式的调查[J].山东体育学院学报, 2012,28(1):1-5.
- [9] 司荣贵.常熟市社区居民体育健身需求现状及对策[J].常熟理工学院学报(自然科学版), 2007,21(8):113-116.
- [10] 易锋,陈康.城市社区“10min 体育健身圈”的构建——以苏南地区社区体育发展模式为例[J].体育成人教育学报,2013,29(5):24-27.
- [11] 柳江.城市社区居民健身运动项目的研究[J].廊坊师范学院学报(自然科学版), 2008,8(3):111-112.
- [12] 梁俊雄,许惠玲,王雷.城市社区体育建设研究[J].中国体育科技,2003,39(3):23-25.
- [12] 宋杰,孙庆祝.城市社区体育健身环境评价体系的构建[J].中国体育科技,2005,41(4):99-102.
- [13] 卢保锋.高校体育教育资源服务社区的途径研究[J].中州大学学报,2013,30(4):126-128.
- [14] 徐宏.构建贵州省城市社区体育全民健身服务体系的对策研究[J].当代体育科技,2013,31(3):107-108.
- [15] 许文俊.关于社区居民健身行为的探讨[J].湖北体育科技,2002,21(3):344-345.
- [16] 吕立.论社区居民健身月及务体系的建立与完善[J].体育文化导刊,2004,11:7-8.
- [17] 孔连生.郑州市高校体育与社区体育协调发展研究[J].科教导刊,2013,9:216-217.
- [18] 郭林璇.社会结构转型时期社区体育的定位与价值[J].成都体育学院学报, 2006,32(2):43-45.
- (责任编辑:杨圣韬)

(上接第 64 页)

“30 分钟体育生活圈”进行体育健身活动的教学和指导。不仅可以为社区体育的发展、全民健身活动提供需要的指导员和教练,而且可以为部分学生提供一个接近社会、了解社会的渠道,解决大学课堂中理论脱离实践的困窘,使学生所学尽早的有益于社会,同时也可以降低政府为社区体育和全民健身的发展投入的成本。另一方面,社区充分利用小区的体育人才,如体育老师和有体育专长的离退休人员等,为社区体育健身活动提供服务;组建少年乒乓球爱好者协会、羽毛球爱好者协会、棋类爱好者协会、传统武术爱好者协会等。

参考文献:

- [1] 赵文杰.体育生活化:体育的回归、跨越与提升[J].体育科研, 2006,27(4):14-16.
- [2] 陈立新,王志斌.大学生体育健身意识和参与行为特征的调查研究——以江西省的部分高校为例[J].体育世界(学术版), 2012(11).

- [3] [美]戈比,康箴译.你生命中的休闲[M].昆明:云南人民出版社,2000.8.
- [4] 申亮,岳利民,肖焕禹.城市体育的新范式:都市体育圈——都市体育圈的发展规划及其空间布局模式的探讨[J].天津体育学院学报,2005,20(2):88-92.
- [5] 卢耿华.上海城市生活体育设施功能形态布局研究[J].体育科学,2004,24(6):10-14.
- [6] 刘青,覃文林,杨雪清,魏亚妮.成都市都市体育圈构建研究[J].成都体育学院学报,2009,35(10):1-4.
- [7] 任平,王家宏,陶玉流,董新光.都市体育圈:概念、类型和特征[J].武汉体育学院学报,2006,40(4):5-8.
- [8] 廖勇.沈阳城市社区 10 分钟体育生活圈研究[D].沈阳师范大学,2013.
- [9] 卢元镇.体育社会学[M].北京:高等教育出版社,2001:7.
- [10] 钱建容.沈阳城市体育生活圈“点轴圈”发展战略研究.[D].沈阳师范大学,2012.

(责任编辑:杨圣韬)