



上海市杨浦区社区居民参与健身活动的供需矛盾研究

王乐军

摘要: 本文以全民健身活动为研究的大背景,以居民参与健身活动的需求与供给为研究视角,以上海市杨浦区社区居民为研究案例对象,通过对研究对象参与健身活动中的具体需求、健身活动满意度状况、健身活动供给情况及供需存在矛盾的调查分析。研究发现:上海市杨浦区社区居民在参与健身活动方面的需求主要集中在对体育场地设施、体育锻炼氛围、体育锻炼知识普及与指导等诸多方面;上海市杨浦区的诸多社区虽然大都设置了健身活动场所并配置了一定数量的健身器械,但总体来说场地大小、仪器设施的种类仍然存在很多不足之处;上海市杨浦区社区居民在体育健身知识方面有着较大的需求。

关键词: 上海市;社区居民;健身需求;供需矛盾

中图分类号: G80-05 文献标志码: A 文章编号: 1006-1207(2015)04-0065-05

Study on the Imbalance between Supply and Demand of the Residents Participating in Fitness Exercise in Yangpu District of Shanghai

WANG Lejun

(Department of Physical Education, Tong Ji University, Shanghai200092, China)

Abstract: With the background of mass fitness and taking the community residents of Yangpu District as the subjects, the article, from the perspective of the demand and supply of the residents participating in fitness exercise, studies the detailed requirements of the subjects participating in fitness activities, the satisfactory degrees of the activities, the supply of the fitness exercise and the imbalance between supply and demand. The result shows that the demands of the subjects participating in fitness activities mainly focus on the sports facilities, the exercise atmosphere, the popularization and instruction of exercise know-how, etc. Though most of the communities in Yangpu District have arranged the places for fitness exercise and configured a certain amount of fitness instruments, yet in general, there are still quite a few deficiencies concerning size of the field for fitness activities and the categories of instruments. The Yangpu District residents have a great demand for fitness know-how.

Key Words: Shanghai; community resident; fitness demand; imbalance between supply and demand

健康需求作为人们生存、享受和发展的基础,越来越受到广大居民的重视。如何提供更多更好的健康服务来满足人们的健康需求成为健康城市建设中一个亟待解决的问题。上海市作为全国经济和社会改革发展的前沿阵地与示范城市,其人口、经济、文化、社会等方面的情况不断发展变化,使得社区居民参与健身活动的需求向着更加刚性化、多元化的方向发展。社区健身服务的供给方式和内容也必须不断变革以适应新形势的需要。但通过查阅文献资料获知,目前尚未有研究对上海市社区居民参与健身活动的供需矛盾进行过调查、分析与探讨。

基于此,本文以全民健身活动为研究的大背景,以居民参与健身活动的需求与供给为研究视角,以上海市杨浦

区社区居民为研究对象,通过对研究对象参与健身活动中的具体需求、健身活动满意度状况、健身活动供给情况及供需存在矛盾的调查分析,为政府和社区采取相应措施促进上海市居民健身活动的开展提供参考意见。

1 研究方法

1.1 专家访谈法

对上海体育学院、同济大学等单位的相关研究专家进行半结构式的专家访谈,就社区居民参与健身活动的供需矛盾问题进行交流与探讨,了解课题研究思路与视角,为研究进一步实施提供理论支撑和方法指导。

收稿日期: 2015-03-24

基金项目: 2014 年上海市体育社会科学决策咨询课题(TYSKYJ2014020)

作者简介: 王乐军,男,博士,实验师。主要研究方向:社区体育、运动健康。

作者单位: 同济大学 体育教学部,上海 200092



1.2 问卷调查法

通过文献资料、专家咨询、开放式问卷调查、结构性和非结构性访谈等方式了解上海市杨浦区居民参与健身活动的需求及供给因素,编制上海市杨浦区居民参与健身活动供需矛盾调查问卷,对上海市杨浦区社区居民进行抽样调查。

采用拦截式随机抽样调查法,对上海市杨浦区同济新村、鞍山五村、城市丽园、延吉七村、凤城三村、武川路 222 弄小区、新江湾城、开鲁三村、市光四村、东方名城、荣丰花园、辽阳小区共 12 个小区居民进行抽样调查,问卷采用匿名方式进行填写,每个小区随机发放问卷 50 份,共发放问卷 600 份,最终回收问卷 597 份,有效问卷 483 份

2 研究结果

2.1 被调查居民的基本情况

根据问卷调查结果,本调查对象中男性占 43.69%,女性占 56.31%。18~25 岁、26~40 岁、41~60 岁、60 岁以上的人群分别占总调查人数的 7.25%、37.89%、35.61% 和 19.25%。初中及以下学历、高中、大专、本科、硕士、博士学历人数分别占调查总人数的 6.63%、10.77%、15.11%、36.44%、25.67%、5.38%。上海市户籍人数和国内其他省市户籍人数分别占调查总人数的 53.21% 和 46.79%。从职业情况看,国家机关、党群组织、企业、事业单位负责人、专业技术人员、办事人员和有关人员、商业、服务业人员、农、林、牧、渔、水利业生产人员、生产、运输设备操作人员及和其他从业人员人数分别占调查总人数的 4.97%、25.05%、16.98%、26.09%、13.25%、6.42% 和 7.25%。从收入情况看,3 000 元以下、3 000~5 000 元、5 000~8 000 元、8000~15000 元、15 000 元以上人群分别占调查总人数的 2.48%、17.60%、33.75%、37.68%、8.49%。

2.2 被调查居民的健身活动现状调查研究

从被调查居民每周参加体育锻炼的次数情况看,有 28.78% 的居民几乎每天都参加体育锻炼活动,有 37.89% 的居民每周锻炼 5~6 次,有 44.72% 的居民每周锻炼次数在 3~4 次,分别有 10.56% 和 6.83% 的居民选择“每周锻炼 1~2 次”和“几乎不锻炼”。

在社区居民参加体育锻炼活动的主要目的上,大部分居民选择“保持健康”,占总调查人数的 82.19%,其次为“消遣娱乐”,占 74.95%。选择“提高身体素质”、“保持或改善体型”、“放松身心”、“结交朋友”和“提高技能”的居民人数分别占调查总人数的 32.92%、28.78%、24.22%、19.67 和 14.08%。

在社区居民每天的锻炼时间选择上,选择在清晨锻炼的居民人数占调查总人数的 17.81%,选择在上午锻炼的占 12.63%,选择在下午锻炼的占 11.80%,选择在下午锻炼的占 32.71,选择在晚上锻炼的占 25.05%。

从被调查居民参加体育锻炼的项目情况看(图 1),选择“散步”的居民人数最多,占调查总人数的 55.69%,选择“跑步”、“羽毛球”和“乒乓球”的人数也较多,分别占调查

总人数的 34.78%、39.96% 和 43.89%。此外,篮球、足球、排球、网球、体操、武术、瑜伽、游泳、自行车、力量练习、健身器械练习等方式也分别有不同百分比的居民参与。

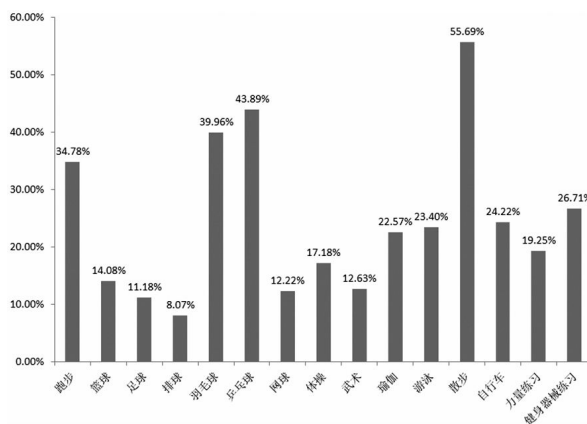


图 1 被调查居民参加体育锻炼的项目情况

Figure 1 Exercise Items the Surveyed Residents Participating in

在阻碍被调查居民参加体育锻炼的原因方面,选择“没有时间锻炼”的人数最多,占调查总人数的 66.46%,其次为“无人陪伴”,占 44.93%,而选择“场地设施不足”、“天气不适宜”、“无锻炼兴趣”、“确实资金”和“不懂得如何锻炼”的居民人数百分比分别为 27.33%、24.02%、14.29%、20.29% 和 15.11%。

2.3 上海市杨浦区社区在居民参与健身活动方面的供给及需求情况

根据调查结果,90.89% 的社区周围都有配置了健身活动场所和健身设施,没有配置的占 9.11%。

根据调查结果,从社区居民利用社区体育健身场所和设施进行体育锻炼的频率的情况可以获知,有 39.13% 的被调查居民经常利用社区体育健身场所和设施进行体育锻炼,有 36.44% 的居民选择“偶尔去”,23.40% 的居民选择“很少去”,而选择“从未去过”的居民人数百分比为 1.04%。

根据调查结果,从居民所在社区附近学校体育场地对社区居民开放情况看,有 38.72% 的居民所在社区周边学校体育场地是不对社区居民开放的,有 45.34% 的居民所在社区附近的学校体育场地是收费开放,而只有 15.94% 的居民所在社区周边学校体育场地是免费开放的。

根据调查结果,从被社区居民到社区附近的学校体育场地进行锻炼的频率情况上来看,有 11.80% 的居民经常到社区附近的学校体育场地进行锻炼,有 14.29% 的居民选择偶尔去社区附近的学校体育场地进行锻炼,而 21.33% 的居民很少去社区附近的学校体育场地进行锻炼,有 52.59% 的居民从未去过社区附近的学校体育场地进行锻炼。

根据调查结果,从社区居民所在社区附近拥有的体育健身设施占有率情况看(图 2),健身苑点、健身步道、自行车道、健身广场都占有较高的比率,分别占 72.67%、48.86%、65.42% 和 75.36%,而篮球场、乒乓球房、羽毛球

馆(地)等也占有较高的比率,分别占 28.36%、32.92%、35.82%。除此之外,足球场、门球场、游泳池(馆)等场地设施也占有一定的比率。

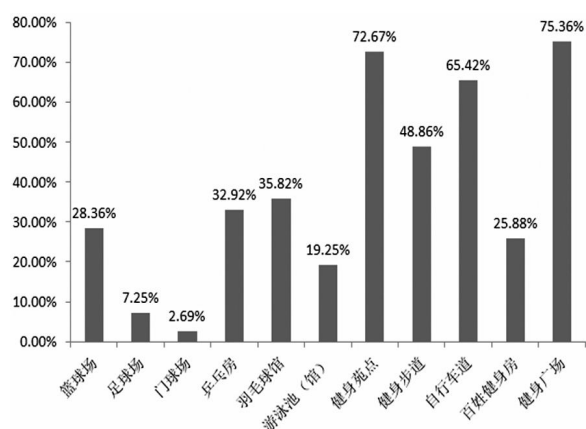


图 2 被调查居民所在社区附近拥有的体育健身设施占有率情况

Figure 2 Occupation Rate of the Fitness Facilities near the Communities Where the Surveyed Residents Lived in

根据调查结果,从社区居民对体育设施建设布点的满意度的结果看,选择“非常满意”和“比较满意”的居民人数百分比分别为 10.56%和 21.33%。此外,有 25.05%的居民选择“一般”,而选择“不是很满意”和“很不满意”的居民则分别占到了 33.75%和 9.32%。

根据调查结果,在体育设施建设和开放管理存在的问题上,有 49.07%的居民认为目前的体育设施分布不合理,有 28.16%的居民认为设施数量不够,有 6.63%的居民认为设施利用率不高。此外,有 4.35%的居民认为需要提供健身指导服务。

根据调查结果,从社区居民所在社区组织居民参加体育健身活动的频率情况看,选择“经常组织”的居民人数为 0,选择“偶尔组织”的居民人数百分比为 14.08%,选择“很少组织”和“从未组织”的居民人数百分比分别占到 26.09%和 59.83%。

根据调查结果,大部分被调查居民对体育锻炼专业知识有一些了解,占调查总人数的 49.28%,对体育锻炼专业知识“了解很少”和“几乎不了解”的人数百分比分别占到 31.68 和 8.28%,只有 10.77%的居民认为自己对体育锻炼专业知识“了解很多”。

根据调查结果,居民对所掌握体育锻炼知识是否够用的调查结果看,分别有高达 40.99%和 35.61%的居民认为目前所掌握体育锻炼知识“不够用”或“几乎没有受到相关知识的指导”,选择“足够”和“基本够”的居民人数只分别占到 7.66%和 15.73%。

根据调查结果,被调查的居民获取体育锻炼知识的主要途径,选择“自己看书看电视或上网学习”的比例最高,占到调查总人数的 38.72%。此外,选择“读书期间学习过”、“与朋友等交流”、“父母等教育”和“听取相关知识讲座”的比例分别为 21.74%、16.36%、13.46%和 8.90%。

根据调查结果,在社区居民对社区在丰富居民体育健身活动方面的改进意见方面,63.98%的居民认为应该“增

加运动场地面积”,有 82.19%的居民认为需要“增加体育器材设施的品种”,有 52.38%的居民认为需要“增加健身设施数量”,有 44.51%的居民认为应该“营造锻炼氛围”。此外,分别有 44.51%和 40.79%的居民认为应该“增加锻炼知识宣传与讲解”和“设置社区健身指导员”。

根据调查结果,在被社区居民希望周边增建的健身设施方面,选择增加羽毛球馆、乒乓球房、百姓健身房和篮球场的居民人数最多,分别占到被调查总人数的 55.69%、42.44%、41.20%和 38.51%,而选择增建足球场、门球场、游泳池(馆)、健身苑点、健身步道等场地的比例也很高,皆超过 20%的比例。此外,选择增建自行车道和健身广场的居民人数也有一定比率(图 3)。

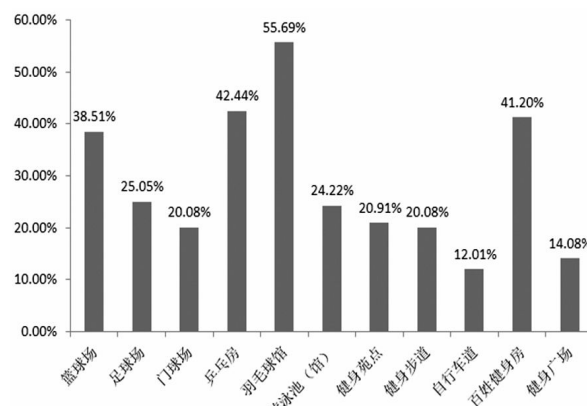


图 3 被调查居民希望周边增建的健身设施情况调查结果
Figure 3 Fitness Facilities Which the Surveyed Residents Hope to be Increased near Their Communities

根据调查结果,在社区居民对目前社区在丰富居民体育健身活动方面的硬件设施或服务的满意度情况方面,有 44.93%的居民选择“一般”,选择“不是很满意”和“很不满意”的居民人数也分别占了 21.33%和 2.90%,而“选择“非常满意”和比较满意的居民人数百分比分别占到调查总居民数的 5.18%和 25.67%。

4 分析与讨论

研究发现,大部分居民都会参加一些健身活动,但活动次数大都集中在每周 3~4 次左右。在参加健身活动的目的上,大部分居民选择“保持健康”或消遣娱乐,此外也有部分居民选择“提高身体素质”、“保持或改善体型”、“放松身心”、“结交朋友”和“提高技能”。在锻炼活动的时间安排上,选择在下午和晚上锻炼的居民占有最高的比例,达到近 60%的比例。此外,选择在清晨、上午和中午锻炼的人群也皆达到 10%以上的比例。在锻炼项目选择上呈现出了以散步、跑步、羽毛球、乒乓球为主,篮球、足球、排球网球、体操、武术、瑜伽、游泳、自行车、力量练习、健身器械练习等为主,同时也有其他选择的多样化特征。

在上海市杨浦区社区在居民参与健身活动方面的供给及需求情况方面,调查结果显示,大部分社区周围都有配置了健身活动场所和健身设施,这些健身活动场所和健身设施的利用率也非常高。但这些健身活动场所和健身设施也存在场地面积有限、布局不够科学合理、规模小、健身



设施种类少、可开展的体育活动少等不足。而与此同时,社区附近学校的体育场馆(地)则大都没有对附近居民开放。随着社会的发展和居民体育健身需求的不断增加,居民在体育项目的选择上出现多元化的特点。从被调查居民希望周边增建的健身设施情况调查结果也可以看出,居民对健身设施的需求也呈现了多样化的特点。由于上海市杨浦区大部分区域都已经规划成熟,因此很难在现有条件下增加很多社区健身的面积,也就需要社区因地制宜,充分利用空间,为居民提供更多体育锻炼的场地和项目。此外,充分发挥上海市杨浦区高校众多的优势,通过各种形式的沟通与合作(如通过实施补贴和项目委托),鼓励高校体育场馆(地)资源在不影响正常教学工作的前提下面向周边社区居民开放,以满足杨浦区社区居民体育锻炼活动对体育场地设施的需求。

在社区现有体育设施建设的布点满意度方面,选择“不是很满意”和“很不满意”的居民分别占到了 33.75%和 9.32%,这说明目前现有设施建设的布点没能充分考虑不同居民的需求。此外,在社区体育设施方面,有 49.07%的居民认为目前的体育设施分布不合理,有 28.16%的居民认为设施数量不够,有 6.63%的居民认为设施利用率不高。这都说明目前体育设施在布点、设施的实用性及设施数量方面都存在不同程度的不足。因此社区在健身设施布点工作上要统筹规划,并广泛征求不同地理位置、不同年龄、职业和兴趣爱好居民的意见。在仪器设施的选择上,要多引进功能更具多样性的器械。此外,要规范健身设施相关场地和物品的管理工作,制定社区配套体育设施管理办法,加强公共体育设施管理,健全公共体育设施开放管理制度,满足广大市民就近开展健身活动的需求。

从调查结果可以发现,有 44.93%的被调查者认为“没人陪伴”是妨碍其参加体育锻炼的重要原因。前期研究也表明,运动氛围对运动行为坚持性的养成起到重要的中介作用。良好的运动氛围能够更好地引导居民积极地参与到体育健身活动之中。但从调查结果看,选择社区“很少组织”或“从未组织”的居民人数百分比分别占到 26.09%和 59.83%,说明目前上海市杨浦区社区大都没有形成引导社区居民参与健身体育活动的长效工作机制,更没有带领社区创建良好的体育文化氛围和体育锻炼氛围。对于社区来说,可以通过打造社区体育文化,营造社区体育氛围,并通过举办社区体育节、社区体育竞赛活动等方式鼓励更多的居民参与到体育活动之中,带动大批居民形成良好的体育锻炼习惯。

此外,通过调查结果可以获知,大部分居民在体育锻炼方面缺乏专业的知识,分别有高达 40.99%和 35.61%的居民认为目前所掌握体育锻炼知识“不够用”或“几乎没有受到相关知识的指导”。体育锻炼知识的缺乏会导致体育锻炼健身活动的盲目性,不能很好地针对居民具体的身体健康状况选择适宜的锻炼方式、锻炼强度和锻炼时间等,从而降低健身锻炼效果甚至会对健康造成损害。此外,体育锻炼知识的缺乏也会使得参与锻炼居民参与活动的积极性下降,从而不利于居民健身活动的开展。在体育锻炼知识的获取方式上,“自己看书看电视或上网学习”的比例

最高,占到调查总人数的 38.72%,此外,选择“读书期间学习过”、“与朋友等交流”、“父母等教育”和“听取相关知识讲座”的比例分别为 21.74%、16.36%、13.46%和 8.90%。在上述获取锻炼知识的基础上,社区可以通过定期举办体育锻炼知识讲座、设定体育锻炼知识交流平台、设立社区体育锻炼志愿者辅导员等方式对社区居民在日常体育锻炼活动中存在的问题进行解答,以排除居民在健身活动中存在的疑惑,指导居民更好地进行体育健身活动,促进体育健身活动的效果。

因此,通过以上分析可以看出,目前上海市杨浦区社区居民在参与健身活动方面的需求主要集中在对体育场地设施、体育锻炼氛围、体育锻炼知识普及与指导等诸多方面。而目前上海市杨浦区的诸多社区虽然大都设置了健身活动场所并配置了一定数量的健身器械,但总体来说场地大小、仪器设施的种类和数量、场地设施的总体布局、可开展的健身活动类型等方面仍然存在很多不足之处。此外,目前上海市杨浦区各社区街道在活跃社区体育文化氛围和营造社区良好体育锻炼环境方面所开展的前期工作仍然较少,并没有形成和打造社区体育文化的长效机制及模式,在这方面很多工作需要后期统筹部署与分步实施。除此之外,目前上海市杨浦区社区居民在体育健身知识方面有着较大的需求,而社区街道前期在体育健身知识的宣传与教育方面所做的工作较少。为解决这些矛盾,上海市杨浦区一方面可以通过完善制度、统筹规划、逐步实施的方案对现有工作进行补充与完善,另一方面要充分利用杨浦区的高校资源,通过各种形式的沟通与合作,鼓励高校体育场馆(地)资源向周边社区居民开放,以满足杨浦区社区居民体育锻炼活动对体育场地设施的需求;可以通过与高校联合开展一些体育竞技活动促进社区体育文化的建设;可以充分利用高校人才优势,在社区体育健身知识的宣传与教育方面做出更多的工作。通过这些措施,解决社区居民建设场地设施、健身知识宣传教育、体育文化氛围营造等方面的问题

参考文献:

- [1] 陈善平,李咸生,容建中.大学生体育锻炼的内部动机和外部动机[J].中国体育科技,2008,44(4):135-138.
- [2] 刘微娜,周成林,孙君.青少年户外运动动机对运动坚持性的影响:运动氛围的中介作用[J].体育科学,2011,31(10):41-47.
- [3] 马成国,季浏.上海市公共体育设施建设现状与对策研究[J].沈阳体育学院学报,2012,31(3):29-33.
- [4] 薛莹,傅华,贾英男,李洋.上海市社区健身苑(点)使用情况及居民需求研究[J].中国初级卫生保健,2011,25(3):21-24.
- [5] 叶心明,朱晓东,王跃,尹小俭.上海市居民体育消费结构的扩展性模型分析[J].体育学刊,2009,16(3):41-44.
- [6] 王乔君,李建设,童莹娟.浙江省体育健身娱乐业供需结构及政策选择研究[J].宁波大学学报(人文科学版),2007,20(5):20-25.
- [7] 钟志玲.珠三角城市社区体育现状及对策[J].上海体育学院学报,2002,26(6):42-43.
- [8] 王骏,周曰智.补贴与项目委托契合下体育公共服务供给模



- 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,康肇译.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)