

河北省小城镇居民体育锻炼的特征

张铁明, 谭延敏

(邯郸学院 体育系, 河北 邯郸 056005)

摘 要:河北省小城镇居民闲暇时间参加体育活动少, 体育设施严重不足, 缺少统一的组织与管理, 锻炼群体两头高中间低, 体育锻炼与收入水平、年龄、文化程度呈正相关。

关 键 词:河北省; 小城镇; 体育锻炼; 全民健身

中图分类号: G811.4 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2005)03-0048-03

The characteristics of physical exercising performed by residents in small towns in Hebei Province

ZHANG Tie-ming, TAN Yan-min

(Department of Physical Education, Handan College, Handan 056005, China)

Abstract: In small towns in Hebei province, the residents spend relatively less leisure time on participating in physical exercising; physical exercising facility is seriously inadequate and lacks of unified organization and management; exercising groups present a U shape pattern; physical exercising forms a positive correlation with income level, age and educational background.

Key words: Hebei Province; small towns; physical exercise; physical exercise nationwide

21 世纪的中国全面进入建设小康社会阶段, 在《2001 ~ 2010 年体育改革与发展纲要》中, 小城镇体育占有重要地位。小城镇是指发展规模较小, 人口聚集程度较低, 以从事非农业活动为主, 是较小的地域范围的政治、经济、文化、社会活动中心和居民聚集体。按国家现行的行政建制规定, 凡是设镇建制的即为小城镇^[1]。到 2001 年底, 全国小城镇数量达到 20 312 个, 其中河北省有 1 025 个^[2]。小城镇虽小, 但它点多面广, 背靠城市, 根植农村, 既不乏城市的特点和功能, 又与农村保持着较强的联系, 体现着城乡两种文化的结合与交融。小城镇是农村的“龙头”, 只要“龙头”的素质大幅度提升

了, 作为“龙身”的农村人口素质的飞跃就指日可待。因此, 对小城镇居民素质, 尤其是体质的研究意义重大。本课题组于 2003 年整群抽样河北省的 6 个市, 即: 唐山、石家庄、保定、承德、邢台、邯郸, 向 48 个小城镇居民(见表 1)发放问卷 1 800 份, 收回 1 668 份, 回收率为 92.66%, 有效问卷 1 572 份, 有效回收率为 94.24%。走访了唐山丰润县 5 个镇, 邯郸馆陶县、大名县各 2 个镇, 保定博野县 2 个镇的体育活动负责人和部分群众。用 SPSS8.0 统计软件包对所有数据进行处理。现调查结果及分析报告如下。

表 1 问卷调查对象基本情况

性别	岁 数					文化程度			
	20~29	30~39	40~49	50~59	60 以上	小学	初中	高中	大学以上
男	129	157	286	163	82	79	298	391	45
女	113	148	242	172	80	94	353	282	30
合计	242	305	528	335	162	173	651	673	75

1 余暇时间安排及不参加体育锻炼的原因

余暇时间指每日 24 h 中除去工作、学习、生活、睡眠等必要时间后的可由个人自由支配的时间, 亦称自由时间。余暇时间是保证人们参加体育活动和实现体育消费必要的外在客观条件。河北省小城镇居民人均余暇时间每天约为 2.2 h。

从调查对象余暇时间支配首选方式看, 首选看电视的达到 47.20%, 读书看报 14.12%, 教育子女 13.10%, 选择体育活动的只有 11.20%, 排在第 4 位, 几乎与选择聚友酌酒饮茶相当。居民不参加体育活动的原因中没有体育设施和场地的占 57.12%, 另外没有兴趣、不懂锻炼方法及身体疲劳的占

33.72%,怕被讥笑和根本没想过锻炼的占9.16%。可见,客观条件的不足是影响居民体育锻炼的主要原因,对体育功能的认识不足和自身的心理问题也影响了人们的体育活动参与。

2 体育锻炼的目的

由表2可知,前4项的选择率很高,尽管有年龄、性别、职业和文化程度的差异,但从平均值上看,河北省小城镇居民

民对体育消费在生活方式方面所具有的进步性和积极性的认知程度是较高的,锻炼身体的目的以强身健体、调节心情、防病治病和休闲娱乐为主。这种潜在的积极态势无疑将成为河北省小城镇全民健身计划的实施、体育人口的增加及诱发体育消费和促进体育市场发展的有利因素。值得注意的是青年人和老年人在体育锻炼目的中,提高技术水平的比例相对其它年龄段高,说明对体育活动的热衷程度大,兴趣和动机使这一群体的锻炼效果更有前景。

表2 小城镇居民体育锻炼目的¹⁾

岁数	强身健体	调节心情	防病治病	休闲娱乐	人际关系	健美	提高水平
20~29	57.02	48.35	25.21	58.26	11.57	26.03	23.14
30~39	56.39	47.21	46.89	43.27	36.72	10.49	5.57
40~49	65.15	53.41	55.30	51.70	30.30	9.28	2.27
50~59	68.36	57.31	58.81	48.66	10.15	3.58	1.19
≥60	85.19	55.55	60.49	48.18	9.26	2.47	10.49

1)目的可选多项

3 体育锻炼的项目和场所

人们选择体育锻炼项目与居民体育活动基础、体育活动场所的设备条件、服务保障、体育场收费价格等有着直接关系,那些普及程度高、场地设施舒适且消费水平低的体育活动项目为河北省小城镇居民所青睐。从项目选择上看,中老年男性以走步、跑步为主,中老年女性以扭秧歌、跳健身操为主,而年轻人则选择运动强度稍大且具有一定对抗性的体育项目,如羽毛球等。人们参加体育活动的场所主要是:非正规体育场所占71.31%,正规场所的占28.69%。调查统计显示:河北省小城镇居民的体育活动场所条件差,并且大部分居民没有接受过体育锻炼的指导,学校体育教师很少加入到社会体育指导的行列,在各种体育活动场所,未受过专门训练、不具备社会体育指导员资格的人员进行群众体育指导的情况相当普遍,居民锻炼效果不理想。

4 体育锻炼与居民收入水平的关系

“经常参加”体育活动的人群比例各组差别不大,“参加”体育活动的人群比例最大的是收入在2000元以上组,其次是收入水平少于500元组。小城镇居民参加体育锻炼活动的时间不稳定,偶尔参加体育活动的人比例很大,最高的是收入水平少于500元组,达到了51.02%;“不参加”体育活动的人群比例最高的是收入在1001~1500元组,占20.08%;“从不参加”体育活动的人群比例最高的是收入在501~1000元组,占8.63%,说明该群体对体育锻炼的认识程度低,还没有养成参加体育锻炼的习惯。

5 体育锻炼与居民文化程度的关系

文化程度反映人的受教育程度,文化程度高,对体育锻炼的作用和重要性认识较清晰。由表3可知,大学文化程度的群体“常参加”的占58.67%，“不参加”的占22.67%。文化程度越高,“常参加”体育锻炼的比例越大,这一群体有相对

稳定的收入和工作,余暇时间比较固定,参加体育锻炼的次数、时间都有保证。而小学文化程度的“常参加”体育锻炼的比例较小,对这一群体应加大体育健身的宣传力度,消除“以劳动代替体育活动”的误解,使其观念得到根本的转变。

表3 体育锻炼与居民文化程度的关系

文化程度	常参加	偶尔	不参加
小学	28.90	30.64	40.46
初中	28.73	27.19	44.08
高中	36.84	37.00	26.15
大学以上	58.67	18.66	22.67

6 体育锻炼与居民年龄段的关系

由表4可知,30~39岁周锻炼为0次的比例最大,20~29岁的周锻炼2~3次的比例最大,40~59岁的群体随年龄的增长,锻炼次数逐渐增加,而60岁以上的群体周锻炼3~5次的比例最大,这与他们的时间充足有一定的关系。另外,在调查中发现,人们参加体育活动的随意性很强,受心情、气候、余暇时间的影响较大。其中,锻炼没有规律的人群占80.10%,锻炼有规律的人群仅占19.90%。

表4 每周锻炼次数¹⁾与年龄段的关系

岁·数	次 数					
	0	1	2	3	4	≥5
20~29	7.85	8.68	30.99	28.10	15.70	8.68
30~39	32.45	23.61	11.48	16.72	13.44	2.30
40~49	11.56	32.01	21.21	17.42	10.98	6.82
50~59	3.29	28.36	25.67	27.46	10.15	5.07
≥60	12.97	7.41	10.49	30.86	21.60	16.67

1)锻炼时间30 min以上为1次

另外,调查中发现约有56%(880人)的人不了解甚至不知道《全民健身发展计划纲要》,但知道北京承办2008年奥运会的人数达到98%,说明全民健身活动的宣传力度在河北省广大农村还有一定的差距的问题。

在走访调查丰润县5个镇了解到,任各庄镇、王官营镇、老庄子镇、沙流河镇和韩城镇5个镇都组织了青年和老年业余篮球队、秧歌队等,几乎是每天固定时间在一起切磋技艺,经常邀请百里范围内的篮球队进行友谊赛,居民们敲锣打鼓为自己的队伍加油助威,场面气氛非常热烈,对每一个球的评价津津乐道,许多居民是通过看比赛、谈比赛,最后加入到健身行列中来。通过篮球活动的宣传效应,带动其它民间传统项目的发展,如:扭秧歌、踢毽子、踩高跷、武术等。从调查的数据看,丰润县5个镇居民对全民健身发展计划了解达到93%。以特色项目引导小城镇居民去了解体育、参与体育锻炼是值得借鉴的方法,以点带面来带动全民健身事业的蓬勃发展。

7 发展河北省小城镇居民体育锻炼的建议

(1)政府部门是群众体育的主要推动者,小城镇体育场地设施的投资主体应以多元化的格局为主,以小城镇企业和社团组织作为发展农村体育的龙头。

(2)小城镇体育应借鉴大中城市体育的组织与管理方法,总结城市体育发展的经验并结合自己的特点,避免走弯路。随着小城镇体育的发展,建立起具有农村特色的小城镇体育管理机制。

(3)小城镇体育要侧重于趣味性、健身性、休闲性和社交性,同时还要注意选择地方特色浓郁的民间传统项目,以满足小城镇居民体育锻炼的需要。

参考文献:

- [1] 方明. 小城镇研究综述[J]. 中国社会科学, 1995(4): 28-29.
- [2] 河北省统计局. 河北经济年鉴[M]. 北京: 中国统计出版社, 2002.
- [3] 卢元镇. 中国体育社会学[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2000.
- [4] 孙汉超. 体育管理学[M]. 北京: 人民体育出版社, 1999.
- [5] 丛湖平. 体育统计学[M]. 北京: 高等教育出版社, 1998.
- [6] 吕树庭. 中国农村体育发展的战略重点[N]. 中国体育报, 2003-06-23.
- [7] 马岳良. 体育文化在全面建设小康社会中的价值[J]. 体育学刊, 2004, 11(2): 24-26.
- [8] 虞重干. 苏南小城镇居民体育活动现状的调查与分析[J]. 上海体育学院学报, 2002, 26(3): 10-14.
- [9] 郑旗. 山西省小城镇居民参与体育的价值观[J]. 体育学刊, 2003, 10(6): 44-46.
- [10] 郑旗. 山西省小城镇体育发展现状及对策研究[J]. 中国体育科技, 2002, 38(9): 30-32.

[编辑: 李寿荣]