



全民健身工作新路径的探索

——在“体育生活化”模式中透显健康体育生活方式

姜丽萍, 秦海权, 刘红, 刘敏, 高文倩

摘要: 通过访谈法, 对上海市杨浦区实施的“体育生活化”系列措施和管理模式现状进行分析; 并通过问卷调查社区居民在实行“体育生活化”以后的体育锻炼方式和行为变化, 挖掘落实“体育生活化”后给社区居民带来的良好效果, 找出仍然存在的制约因素及发展对策。从而探索全民健身工作中的新路径, 推广健康体育生活方式的新理念、新方法和新成效。

关键词: 全民健身; 体育生活化; 工作路径

中图分类号: G80-05 文献标志码: A 文章编号: 1006-1207(2011)04-0067-06

New Path for Mass Fitness Work —— Healthy Sports Lifestyle in the Model of Mixing Sport into Life
JIANG Li-ping, QIN Hai-quan, LIU Hong, et al.
(Tongji University, Shanghai 200092, China)

Abstract: The article analyzes the measures and management models of Mixing Sport into Life carried out in Shanghai Yangpu District. It focuses on the changes of exercise ways and behavior of the community residents after carrying out Mixing Sport into Life through questionnaire. It tries to find out the favorable effects Mixing Sport into Life has brought to the community residents and further promote the new concept, new methods and new results of a healthy sports lifestyle.

Key words: mass fitness; Mixing Sport into Life; path

改革开放以来, 我国经济建设和社会发展对人民的整体素质提出了新的更高要求。我国全民健身工作的现状还不能适应社会主义现代化建设的需要, 具体主要表现在群众的体育运动锻炼意识还不够强, 群众性体育活动的开展程度还不够广泛, 经常参加体育锻炼的人数还不够多, 现有体育场地设施在向社会开放、满足群众开展体育锻炼的需要方面还有较大的差距, 全民健身工作的科学技术和监测管理还比较落后, 有关的法规制度还不够完善, 适应社会主义市场经济体制的全民健身管理体制和运行机制还在探索之中等方面。

为进一步增强人民体质, 适应我国社会主义现代化建设的需要, 中共中央国务院于1995年颁布了《全民健身计划纲要》(以下简称《纲要》)。《纲要》的第二期工程目标是“自2001-2010年, 经过10年的努力, 把全民健身工作提高到一个新的水平, 基本建成具有中国特色的全民健身体系。”随后颁布的《公共文化体育设施条例(国务院令【第382号】)》、《中共中央国务院关于进一步加强对改进新时期体育工作的意见(中发【2002】8号文件)》、《全民健身条例(国务院令【第560号】)》及各省市区配套颁布的全民健身条例均为实现《纲要》的第二期工程目标提供了政府文件支持和相关政策保障。实行全民健身的近十五年来, 各级体育行政部门、各行业体协、全国性单项体育协会利用各自优势, 广泛组织开展全民健身活动, 努力将全民健身活动推向长效化和机制化, 不断完善全民健身体制和政策, 向“中国特色的全民健身体系”不断靠拢。

我国社会体育有关学者在分析体育回归其社会价值本真和归宿时, 提出了“体育生活化”的概念, 自此体育生活化的研究越来越受到人们的关注, 甚至把它作为实现全民健身工程的一个有效指标, 纳入政府有关体育部门的工作范畴。因此, 如何在政策保障的基础上, 通过合理方式宣传并倡导健康的体育生活方式, 将“体育生活化”的观念深入人心; 在日常的生活中如何贯彻健康的体育生活方式, 使体育生活方式“平民化”, 以便让更多的群众参与到全民健身中来; 怎样在“体育生活化”中让社区居民切实感受到体育生活方式给他们的身体、心理、家庭和谐等方面带来的益处; 怎样建立完善的社区体育人口评估指标体系, 为达成更高的全民健身目标提供衡量标准; 如何创新工作机制, 完善社区体育指导员的培训工作, 提高其职能发挥。以上内容就成为本课题研究的重点和突破点。因此, 无论从社区体育相关理论的建设和完善方面, 还是对相关体育行政部门进行决策制定及具体的全民健身工作实践, 本课题均具有重要的研究意义和价值。

1 研究对象与方法

1.1 对象

本研究以全民健身新路径——“体育生活化”系列措施和管理模式为研究对象。以上海市体育局、杨浦区体育局主管全民健身的相关领导, 以及上海市杨浦区具有代表性的

收稿日期: 2011-01-27

基金项目: 2010年上海市体育社会科学、决策咨询课题(TYSKYJ2010012)

第一作者简介: 姜丽萍, 女, 副教授。主要研究方向: 群众体育。

作者单位: 同济大学, 上海 200092



殷行街道、五角场镇、五角场街道和四平街道社会发展科科长、社区体育俱乐部主任、社区体育指导员站站长等共计约12人为访谈对象。以上海市杨浦区具有代表性的殷行街道、五角场镇、五角场社区和四平街道357人为问卷调查研究对象，其中男性116人，女性241人；已退休245人占，68.6%，在职82人，占23%，自由职业者、失业者及其他共占8.4%。

1.2 方法

1.2.1 文献资料法

通过在中国知网 (CNKI)、同济大学图书馆查阅大量全民健身相关文献和书籍，以及“体育生活化”相关研究成果，为本研究访谈和调查研究方案的制定提供丰富的文献资料储备和坚实的理论基础。

1.2.2 访谈法

通过制定“体育生活化运作与管理模式访谈提纲”，对上海市体育局、上海杨浦区体育局主管全民健身的领导，以及上海市杨浦区具有代表性的殷行街道、五角场镇、五角场社区和四平街道社会发展科科长、社区体育俱乐部主任、社区体育指导员站站长等工作人员的访谈，了解上海市杨浦区实施的“体育生活化”系列措施和管理方法，挖掘贯彻落实全民健身工作的创新思路和方法。

1.2.3 问卷调查法

制定《社区居民体育生活现状调查问卷》并发放问卷，了解本社区自实施“体育生活化”以来，居民的体育锻炼变化，挖掘所取得的社会效应。

1.2.4 数理统计法

本研究所得数据均采用大型数据分析软件 SPSS15.0 和 windows excel 表格进行统计录入和分析。

2 结果

2.1 体育生活化运作管理模式

根据访谈结果，在杨浦区逐步推广的“体育生活化”运作管理模式可以概括为管理层和实践操作层两个层面（见图1），其中管理层的职责表现在：由主管市（区）体育局群体科的副局长负责区体育局群体科政策及活动的制定与统筹安排，各街道（镇）的社会发展科负责实施和落实群体有关活动与政策。实践操作层则表现在：各街道（镇）的社会发展科通过其下属的社区体育健身俱乐部、社区体育指导员站和社区体质监测站3个部门将群体活动具体落实到参加锻炼的社区居民，三部门的具体操作职责和内容本研究后面将有详细阐述。在人事方面形成区体育局副局长亲自挂帅，各街道（镇）分别设有社区体育健身俱乐部主任1名、社区体育指导员站站长1名和社区体质监测站站长1名。同时，与俱乐部主任、指导员站长和体质监测站长相对应的还有1名居委会文教干部，他负责发展社区每个楼组的体育锻炼志愿者队伍，每个志愿者负责自己楼组的简易锻炼器材的保管和收发工作，同时要定期召集楼组居民到健身路径或者健身苑点参加体育锻炼。

2.2 社区实行“体育生活化”的外部环境

2.2.1 需要政府宏观层面上的政策支持

要在社区较为顺利地实行“体育生活化”，首先需要

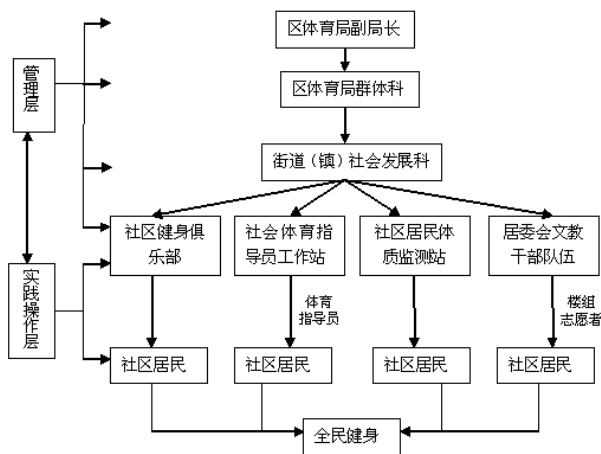


图1 体育生活化运作管理模式示意图

Figure 1 Operation and Management Model of Mixing Sport into Life

政府在宏观层面上的政策支持。通过访谈，发现目前杨浦区对于满足社区居民体育锻炼方面，给予了很大的政策支持，包括落实健身苑点、建立体育指导员站、组建健身团队、组织与安排社区活动、安置楼组健身器材等。而访谈中关于社区附近的学校场地向社区居民免费开放方面，接受访谈的相关负责人表示不太满意。一方面大的政策已经下达，全国范围内均提倡或者呼吁学校场地应该向社会开放，提高学校体育场地器材的利用率，减少资源浪费。而另一方面，杨浦区受调查社区内的中小学校对于这一政策的响应程度较低，学校负责人多抱着多一事不如少一事的态度，加上害怕出现安全事故等心理，导致一半以上的学校均拒绝向附近的社区居民开放。虽然杨浦区率先成立社区健身俱乐部，将学校场地向社区居民开放的方案和良好保障及优惠条件提供给学校，但是仍然收效甚微。从而迫切希望体育局、教育局等部门领导之间能够多做沟通和交流，达成一致意见，争取给社区实行“体育生活化”提供更大的政策支持。

2.2.2 需要政府宏观层面上的经费支持

要在社区较为顺利地实行“体育生活化”，除了在政策方面要向社区倾斜以外，另外一个重要方面就是充足的经费支持。访谈结果显示，尽管街道、杨浦区政府，甚至国家政府每年均有固定款项拨给社区，主要满足社区公共健身器材的安置与维护、居民健身活动或展示活动的组织、业余比赛的举办等方面的花费，但是要创造性地对“体育生活化”进行运作，则需要更多的经费支持，比如，杨浦区殷行街道在推行“体育生活化”过程中，为社区居民建设了一条400m的健身路径就花费约50万元，另外还为社区居民建成了一个400m²的健身乐园，同样花费了很大一笔资金。同时，社区健身俱乐部为每个楼组购买了包括羽毛球、跳绳、毽子、乒乓球等在内的常见健身器材和工具，供每个楼组内的家庭成员借用，俱乐部负责对这些器材的保修和补充购买，因此每年也需要较大的经费花销。另外，社区体育指导员站每年会选拔和挑选部分业余爱好者进行培训，以补充和扩大社区体育指导员队伍，为每位体育指导员配备健身服装和装备，为体育指导员带领的健身团队提供比赛费用和日常维持开销，目前这部分费用仍然主要由俱乐部承担，因此，在经费支持方面，对于健身指导员站的专款专用方面还有较大的缺口。



2.3 社区体育健身俱乐部和指导员工作站的创新工作模式

上海市杨浦区各先进街道(镇)落实“体育生活化”的3个直接对居民服务的组织或机构就是社区体育俱乐部、社区体育指导员工作站和社区居民体质监测站,其中前两者是重要的抓手,而体质监测站则是每年专门提取和整理一定数量居民的体质监测数据,按要求向国家上报。通过近三年的摸索与实践,已经在杨浦区部分街道(镇)形成了固定而成熟的工作模式。三者各司其职,为社区全民健身工作提供了便捷的操作路线和管理模式。

2.3.1 社区体育健身俱乐部为社区居民提供健身场所和营造锻炼氛围

在上海市杨浦区试点成立的社区体育俱乐部摒弃了私人投资式的商业组织模式,率先尝试纳入社区统一管辖范围,属民非企业性质,俱乐部主任属公务员编制,是名副其实的社区体育服务组织,其经营宗旨不以盈利为主。其职责在于以下几个方面:(1)社区健身苑点的建设、统计、协调使用与管理,每年策划建设和开发出一定数量的健身苑点;(2)社区公共活动场地的开发与利用,比如殷行街道某居委建设的“九子花园”,供社区家庭成员和居民进行体育锻炼活动或其它休闲活动;(3)中小学校体育场地开放组织与管理(包括为会员买保险),保证学校场地设施开放时的安全性,以及居民进出学校进行锻炼的秩序维持;(4)组织社区居民的各类体育赛事、全民健身展示活动,如篮球联赛、团体操展示;(5)每年推广一两个新的健身项目,比如殷行街道的“一街一品”项目是气功,该气功队参加过全国气功比赛,是全国气功品牌建设点,聘用的是国家级健身教练;(6)组织会员体育旅游和外出学习培训等。

2.3.2 社区体育指导员工作站组织和管理指导员并为社区居民提供技术服务

在上海市杨浦区各个街道(镇)试点成立的社区体育指导员工作站是社区体育指导员之家,站长属公务员编制。通过政府领导的引导和社区实践积累,目前体育指导员工作站的工作模式已经基本形成。其工作职责主要有以下几个方面:(1)建立本街道(镇)所有体育健身指导员的个人档案(包括兼职体育指导员在内),档案内容包括每个体育指导员所擅长的健身项目、指导员级别、工作年限、带队苑点、每次能带的队伍人数、是否要继续进修提高带练等级等信息;(2)培训体育指导员,杨浦区目前已有国家级体育指导员、一级体育指导员和二级体育指导员共计1400多名,其中技能型体育指导员已超过总数的2/3以上,基本形成了合理的指导员梯队,并力争实现上海市体育局《2010年上海市全民健身工作要点》中规定的体育指导员比例达到1.3%及以上;(3)评估每个体育指导员的工作,给予奖励和工作津贴;(4)定期召集体育指导员开展经验交流活动,组织学习优秀体育指导员的先进工作实践经验;(5)及时发现和了解体育指导员工作中遇到的困难,协调解决好各类工作困难。

2.3.3 社区居民体质监测站对居民定期进行体质监测

社区居民体质监测站的建设相对前两者较晚,只有一年多的时间。访谈结果显示,目前各个社区基本配备了相应工作人员,初步制定了街道体质监测站点的职责和服务范围。主要工作是负责每年2000名本街道社区居民的体质测试工作和服务,测试人群包括公务员、居委会的成员、街道

2~3个企事业单位的员工等。

2.4 实施“体育生活化”后的社区居民体育锻炼现状

2.4.1 居民普遍认可在社区参加体育锻炼的方便程度

调查结果显示,4个社区的居民对于在社区内进行体育锻炼方便程度上,有61.6%表示非常方便,21.6%的居民表示有点方便,而回答一般的有13.4%,回答不太方便和不方便的共占3.4%。从调查数值上可以看出,目前杨浦区实施了“体育生活化”的社区居民对于在社区参加体育锻炼的方便程度,普遍表示方便。在这一点上也与访谈结果一致,对社区体育俱乐部主任及体育指导员站长等社区相关负责人的访谈结果显示,街道(镇)对于实施了“体育生活化”的社区的体育锻炼场地器材、健身团队建设等方面均有政策倾斜和经费保障,小区附近的锻炼场所面积逐年扩大。另外,各个街道每年均有扩大社区体育锻炼场所的规划和目标。

2.4.2 居民对在社区进行体育锻炼的条件满意度较高

调查结果显示,对于社区为居民提供的运动器材、运动场地和运动项目3个基本条件方面,都只有不到18%的居民表示不够,而其中对于运动器材和运动场地两个方面均只有15.1%,表示运动器材、运动场地和运动项目足够的都接近50%。这就说明实施了“体育生活化”后,社区居民对于政府提供的运动锻炼基本条件表示满意,与以上居民对于参加锻炼的方便程度具有一致性。

进一步就社区为大家组织的各类体育锻炼活动、体育锻炼设施投入以及为促进居民参与体育锻炼采取的一系列措施进行满意度调查,结果显示,对这3项回答满意和非常满意的百分比之和分别占总人数的65.3%、72%、76.5%,充分说明了目前杨浦区实行了“体育生活化”的社区居民对于政府促进其参与体育锻炼的措施、锻炼设施及活动组织等方面满意度较高,在建设方便居民参与体育锻炼的外部环境方面,群众的认可率较高。

2.4.3 健身走(跑)和传统体育受到社区居民的青睐

调查结果显示,对于自己参加的体育锻炼项目,分别有43.1%和39.2%的居民选择了健身走(跑)和太极拳类。这可能与受调查的居民年龄普遍偏大有关。另外,选择健身舞(操)和球类的分别占28.6%和26.3%,说明这两类运动项目在社区仍然有一定锻炼人群和基础。在殷行街道访谈调研过程中,课题组成员在参观某社区400m健身路径时,就看见在健身路径中的小亭子里,由1个健身小组长带领着5~6个健身伙伴在练习健美操的景象,从而使大家感觉到了该社区居民的良好锻炼氛围。

2.4.4 居民普遍已经养成了良好的体育锻炼习惯

一个居民每周参加3次以上体育锻炼,并且每次锻炼时间均超过了30min,本研究就可以认为这个居民已经养成了良好的体育锻炼习惯。调查结果显示,在杨浦区实行了“体育生活化”的小区居民中,受调查的男女居民总体体育锻炼的参与情况较好。每周参加3次以上,并且每次锻炼时间均超过了30min的居民达到了近80%,其中每天参加体育锻炼的男性占受调查男性总数的46.6%,女性略高,占女性总数的51.5%。

2.4.5 参加社区体育锻炼小组和有关兴趣小组的女性普遍多于男性

调查结果显示,参加社区体育锻炼小组和有关兴趣小组



的女性比例要高于男性,有63.1%受调查的女性选择参加了社区的体育锻炼小组,而只有47.4%受调查的男性选择参加了锻炼小组,51%受调查的女性还表示参加了社区有关兴趣小组,而只有43.1%的男性参加了兴趣小组。两项调查结果均具有明显的性别差异。从一定程度上反映女性响应“体育生活化”的程度要高于男性。

2.4.6 居民参加体育锻炼后身心变化良好

访谈结果表明,杨浦区试点街道实施了“体育生活化”后,居民对体育锻炼的参与度相对以前有所提高。那么对于这些经常参加体育锻炼的居民来讲,他们锻炼前后的身心变化如何,身体状况(抵抗力)又有什么变化呢?结合调查研究结果,在锻炼后的心情变化方面,分别有54.6%和26.9%的居民表示开心和比较开心,两项占总人数的81.5%,而在身体变化(抵抗力)方面,高达82.6%的居民觉得锻炼后自己的身体(抵抗力)变好了。以上数据充分说明体育锻炼给社区居民身体和心理两方面带来的变化,向良好的方向发展,利于社区居民增强体质,显示出全民健身的较好成效。

2.4.7 体育锻炼促进社区居民家庭和邻里关系和睦

调查结果显示,每周有61.6%的居民会携同伴侣/家人一起参与2到3次运动。同时,进一步调查结果还显示,分别有90.2%和86.8%的居民表示通过参与体育锻炼自己的家庭和邻里关系变得和睦了。这充分体现了实行了“体育生活化”以来,社区居民积极参与体育锻炼后,给他们的家庭及邻里关系带来的可喜变化,有力验证了体育锻炼的巨大社会价值和功能。

2.4.8 参与体育锻炼正逐步成为社区居民主要休闲活动之一

调查结果显示,居民对于自己如何度过空闲时间(多项选择)方面,排在前三位的分别是看电视、做家务、读书看杂志,选择人次与总人数的比例分别为75.9%、60%、46.8%,排在第四位的就是参加运动,比例为43.7%。其余选项(如炒股票、和朋友打牌聊天、上网、看护第三代等)的选择比例均小于总人数的30%。这一方面说明实行了“体育生活化”的社区居民绝大多数仍然还没有完全摒弃传统的消遣方式,加上本次调查女性要多于男性,可能一定程度上导致了现在的调查结果;另一方面,超过40%受调查的居民均选择了运动作为自己度过日常空闲时间,成为传统的休闲方式以外的首选,说明居民的观念正在逐步改变,他们的体育锻炼参与意识得到加强,初步显示出实行“体育生活化”给居民带来的外在行为变化。

2.4.9 社区居民生活满意度较高

本次调研还对社区居民的生活满意度进行了测试。本次使用的《生活满意度量表》是美国伊利诺伊大学心理学家爱德华·迪纳在1980年设计的,该量表被世界研究人员视为权威,并广泛使用。量表用5个完整句子来描述被试当前的生命感觉,被试要根据自己一周以来的感觉按照:(1)特别不满意;(2)不满意;(3)不大满意;(4)无所谓满意不满意;(5)大体满意;(6)非常满意;(7)特别满意7级勾选合适的选项,测试完毕将被试勾选的选项按1~7分赋值,并计算总体得分,满分35分。其中被试总分在31~35分之间,则表明你对生活特别满意;而在26~30分,则表示非常满意;在21~25分之间,表示大体满意;得分为20分,则表示无所谓满意不满意;在15~19分之间,表示不大满意;在10~14分之间,表示不满意;只在5~9分之间,表示特别不满意。

对全体被试的得分进行统计分析,结果表明,受调查居民对自己的生活表示非常满意和大体满意的分别占36.1%和48.2%,其中男性的大体满意率要低于女性,分别为43.1%和50.6%,得分在无所谓满意不满意这个等级的男性要显著高于女性,多出6.6%。一定程度上说明社区居民中女性对于自己的生活满意度在意识层面上的重视程度要高于男性,女性的生活满意意识较强。

进一步对被调查居民的生活满意度和是否参与体育锻炼小组的统计情况进行列联表分析,结果显示,回答参与体育锻炼小组的居民在非常满意等级上要显著多于不参与体育锻炼小组的居民,分别为40.1%和30.7%,高出近10%。另外,在大体满意等级上,参与体育锻炼小组的居民仍然要多于不参与体育锻炼小组的居民,分别为51.2%和44.0%,高出7.2%。相反,在无所谓满意不满意等级、不大满意等级、不满意等级以及特别不满意等级上,参与体育锻炼小组的居民比例就显著低于不参与体育锻炼小组的居民。

分析导致以上结果的原因,一方面本次调查的女性许多均为家庭主妇,在空闲时间做家务的比例不小,因而他们可能更加看重自己的生活幸福程度,对自己生活满意程度区分比较认真,真实地表达出了自己的感受;另一方面,这些居民目前均在社区实行的“体育生活化”号召下经常参与体育锻炼,已有的研究表明体育锻炼对人的身体和心理具有良好的促进作用,利于发泄其不良情绪,促进家庭和邻里关系和睦,本次调查对象中女性比例较高,并且参加体育锻炼的女性比例也要高于男性,所以才出现调查结果中得分在无所谓满意不满意这个等级的男性要显著高于女性的现象,而参与体育锻炼小组的居民满意率显著高于不参与体育锻炼小组的居民的现象。

3 分析与讨论

3.1 在政府有力引导和管理下“体育生活化”才能从口号落到实践中

3.1.1 权责清晰,主管领导的狠抓落实是实行“体育生活化”的上层建筑

为切实推行“体育生活化”,杨浦区体育局成立了以副局长为主管领导的政府领导班子,以区体育局群文体科为主管科室,街道(镇)社会发展科为具体实施与统筹部门,从而形成了落实“体育生活化”的上层建筑。各个管理层均有自己的权利和责任,定期向上级汇报工作进展、实行情况和现状,最高领导根据情况做部署调整和计划。本课题组成员在进行访谈研究前,就几次随杨浦区体育局副局长到社区调研,深刻体会到了领导对于社区落实“体育生活化”工作的重视程度和关心程度。领导除了听取社区有关负责人近期开展的工作情况以外,主要调研内容之一就是了解目前社区对居民实施“体育生活化”时的困难情况,以便于及时解决和进一步落实。

3.1.2 不遗余力,中层管理队伍的锐意进取是实现“体育生活化”的纽带

各试点街道(镇)的社会发展科及其管辖的社区俱乐部、指导员工作站、体质监测站和文教干部队伍是实现“体育生活化”的中层管理机构,相关负责人就成为推行“体育生活化”模式的中层管理队伍。在先期调研过程中和本



课题展开过程中的访谈期间,课题组成员感受到了这支队伍的实干精神和创新意识。社区健身俱乐部主任落实中小学校场地向居民开放事宜、组织社区居民加入健身俱乐部、健身苑点的增建,指导员站站长召集社区体育指导员交流学习和培训,文教干部发展楼组体育锻炼志愿者、引导社区居民加入健身团队等工作的逐一落实。目前殷行街道二居委的“体育生活化”全民健身点是国家级示范点,系城市体育先进社区,上海世博会期间接受国外游客和相关团队的观摩和访问,打造的“一区一品”、“一街(镇)一品”已经具有品牌效应,成为群众体育活动的新亮点。

3.2 社区居民的实际需求成为顺利实行“体育生活化”的有力保证

经济基础决定上层建筑,上层建筑又反作用于经济基础。将此哲学理念运用到本课题中来,则社区居民的健身锻炼需求决定了“体育生活化”的政府引导和管理这个“上层建筑”。随着现代社会的发展,居民生活水平和条件均发生了巨大变化,经济条件的富足和大量闲暇时间的出现使人们开始思考怎样获得更高尚的品质生活。目前“健康第一”的绿色生活理念的倡导,开始慢慢让人们将闲暇时间逐步转到体育休闲活动中来,因此怎样将体育融入生活成为人们新的挑战和需求。正是居民有这样的挑战和需求,才为居民服务的有关政府机构提供了良好的“经济基础”,除了看电视、做家务和读书看报以外,参加体育锻炼逐渐成为社区居民度过闲暇时间最有利方式之一。“体育生活化”系列活动的开展和促进实施满足了居民的这种需求,除提高居民体质健康状况以外,更重要的能够使居民家庭和邻里关系和睦,创造出和谐家庭、和谐社区,从而将十六大提出创建“和谐社会”的政府号召真正落到实处。

3.3 政府有力引导与居民积极实践之间的良性循环成为“体育生活化”模式化发展的不竭动力

政府的有力引导为群众体育的发展指明了方向,广大社区居民的积极实践为政府机构的群体工作增添新的动力。在杨浦区试点实行的“体育生活化”经过几年的实践,逐步形成了政府——民非企业——社区群众三方各自发挥其能动性和创造性的良好局面,“体育生活化”在杨浦区实现了由点到面、逐步推广的态势。政府部门提供法制保障、资金投入、政策支持,属民非企业的社区体育俱乐部及体育指导员站发挥中坚力量,为居民参与体育锻炼提供健身场所和技能支持,广大社区居民根据兴趣和爱好加入健身团队,参与俱乐部组织的各类展示活动和运动会竞赛,提高健身锻炼的技术水平和竞赛能力,丰富了自己的闲暇生活并获得了更高的精神享受。正是这种良性循环让实行“体育生活化”成为社区体育的一种成功模式,创造出了实现《纲要》的新路径、新思路和新方法。

3.4 开展“体育生活化”促进社区居民形成健康的体育生活方式

健康的体育生活方式主要体现在居民表现出来的体育锻炼规律和其外在的锻炼行为表现。杨浦区试点实行的“体育生活化”系列措施和活动,从政府提供方便社区居民参加体育锻炼的场地器材、成立为社区居民服务的民非企业性质的

社区体育俱乐部,以及培养体育健身指导员队伍、文教干部等人力资源配备,再到社区组织开展各类健身操、团体操的展示活动,楼组长的培养和小区健身氛围构建,为社区居民形成良好的体育锻炼习惯提供了外在环境。从调查研究结果来看,约一半的被调查居民均天天参与体育锻炼,而参与体育锻炼小组的居民无论是从身体状况上,还是自己的心理状态,均要好于没有参加体育锻炼小组的居民,体现参与体育锻炼给社区居民带来的切身感受。而在家庭和邻里关系和谐的认可度方面则更是说明了参加体育锻炼给居民的家庭和生活环境同样带来了不可估量的促进作用。总体来看,社区居民的生活满意程度普遍较高,而且正如研究结果显示的那样,参与体育锻炼小组的居民的生活满意度要高于未参加体育锻炼小组的居民,充分显示出养成良好的体育锻炼习惯给居民带来的身心变化。

从调研过程中,我们还了解到,试点街道(镇)随后将要建设社区电子屏幕,第一将要及时公布近期社区要举行的各类健身活动信息、团队组织、体质监测信息等;第二也将发布各类培训信息,不仅包括科学体育健身方法的培训,还有艺术类等方面的培训信息;第三,宣传健康知识,从饮食习惯到营养知识,从健身误区到科学锻炼方法等。因此,通过“体育生活化”系列措施和活动的运行,对培养居民健康的体育生活方式方面已经初步显示出其巨大的优势和良好效果。

3.5 “体育生活化”模式化发展中的不足及发展对策

3.5.1 对社区居民灌输健康的体育生活方式宣传力度不够

事物的发展变化是内外因共同作用的结果,外因通过内因才能显示出强大的发展动力。内因是事物发展的根本原因,第一位的原因。虽然通过“体育生活化”的号召与提倡,社区为居民提供了较为良好的健身锻炼条件,但调查研究结果仍然显示有相当比例的居民没有参与体育锻炼小组,1/5以上受调查居民每周参与体育锻炼的次数只有两次甚至没有参与,居民对于闲暇时间的利用方面仍然是以传统的看电视、做家务为主。造成此现象的原因一方面可能是由于这部分居民没有这方面意识,对参与体育锻炼没有足够的认识,缺乏相应的锻炼知识,不清楚怎么合理利用社区为居民提供的这些方便大家参与体育锻炼的场地器材等条件,怎么参与社区组织的健身活动、展示活动和比赛;而另一方面,则存在对居民的宣传力度还不够的问题,没有针对性的宣传,居民就不会很清楚自己该参加什么样的锻炼小组,如何去参与,去哪里参与,对自己有什么益处等方面的信息,从而造成积极性不高,持观望的态度。

要从根本上解决这个问题,需要政府相关部门花大力气完善“体育生活化”宣传平台和系统。目前的做法只是通过一些由社区体育俱乐部组织的展示活动、体育指导员和文教干部发展的社区体育志愿者(楼组长)队伍来做宣传工作,缺乏系统性、完整性和针对性。首先,要组织人力尽快建设好小区的电子屏幕,向居民及时发布和宣传相关健身信息和健康知识;其次要充分利用网络的便捷与高速,建设“体育生活化”专门网站,以提高信息量的积累程度,让居民对目前实行的“体育生活化”做出全面了解,并提高“体育生活化”在居民中的知晓率和参与率。



3.5.2 引导和充分发挥社区体育指导员的工作力度还有待进一步加强

社区体育指导员队伍是落实“体育生活化”最有力的抓手之一。虽然杨浦区对于社区体育指导员站的工作职责和管理已经建立起了比较完善的制度,但是在狠抓落实方面还有待继续提高,比如,工作站对每个体育指导员的档案建设问题、体育指导员的来源、技术专业素质和教育背景问题等,这些都是影响整个指导员队伍的关键因素。访谈结果显示,对于社区体育指导员的管理问题,各个试点街道(镇)主要还是采取比较传统的做法,主要扶持在本街道具有一定资历的指导员和比较成熟的健身团队,因而在培育和发展新的社区体育指导员及健身团队方面的力度还不够。另一方面,对于社区体育指导员工作站的人员配备方面也具有改进和提高的地方,人员编制目前仍然不足,造成工作站的日常管理与维护工作人手不够,因而对相应工作职责的履行程度就大打折扣。

对于以上问题,首先政府有关领导和部门要协调落实好社区体育指导员工作站的人事问题,要配齐配足工作站的在编人员,彻底改变现在俱乐部主任和工作站站长兼任的现状,以便将体育指导员工作站的日常事务开展推向正常化和实质化。其次,要重视社区体育指导员工作站站长的推荐和选拔这一环节,任用具有一定资历,具备管理和社区指导员工作经验的人为工作站站长。只有在一个具有丰富社区指导员工作经验和管理经验的站长带领下,这个机构才能发挥出其应有的社会价值和作用,成为社区全民健身工作强有力的抓手。第三,加强管理,使社区体育指导员主动向工作站靠拢,要让每个社区指导员进入工作站就感觉进入了自己的团队一样,愿意分享自己的经验,表达自己工作过程中的困难和不足。

3.5.3 街道(镇)联系和协调全民健身有关横向组织和单位的工作不够全面

社区居民是由不同的人群组成的,除了社区要组织居民参与体育锻炼以外,相关的横向组织,如区社会体育协会、老年体育协会、企业(工厂)单位的工会、大中小学校等,均应该统一起来,为促进社区居民参与体育锻炼发挥其应有的作用。根据访谈和调查研究结果,目前试点街道(镇)辖区的大中小学体育场地对居民开放的状况不太理想。主要抓这项工作的社区体育俱乐部想尽了一切办法试图解决学校场地向居民开放会带来的种种问题,但是收效甚微,开放情况比较成功的案例较少。而联合区社会体育协会、老年体育协会等组织的工作还没有相应启动,与企业单位的合作也仅限于每年一度的社区居民体质抽查活动,缺乏更加深入的合作与沟通。

鉴于以上情况,本研究建议在各街道(镇)社会发展科下设立专门的机构,负责联系与协调各个促进社区居民参与体育锻炼的横向组织和单位,联合各个组织的力量更好地开展各项社区体育工作,让更多的社会组织和力量有效地参与到社区体育工作中来,从而更好地为社区居民服务,为全民健身服务。比如在充分利用社区附近大中小学学校的体育场地器材、体育教师资源方面,区体育局和教育局应该联合街道(镇)做足功课,一方面对于做好学校场地免费向社区居民开放的鼓励和相应奖励工作,另一方面协调好社区体育指导员

与体育教师对于社区居民的专兼职教练关系,统筹兼顾,不断扩充体育指导员队伍。这样不但大幅度解决居民锻炼无场地问题,还有效解决了体育指导员专业技术队伍。

4 结论

4.1 杨浦区试点街道(镇)实行的“体育生活化”在运作过程中形成了稳定的模式,可分为管理层和实践操作层两个不可分割的层面。

4.2 政府宏观层面上的政策支持和经费支持营造的外部环境是顺利实行“体育生活化”的基本保障。

4.3 社区体育健身俱乐部和体育指导员工作站是实行“体育生活化”的重要抓手,充分发挥好两个抓手的作用和价值是落实“体育生活化”的关键。

4.4 实行了“体育生活化”后,社区居民对政府投入的体育锻炼场地、设施普遍比较满意;居民逐渐形成的健康体育生活方式慢慢改变了他们的身体和心理状态、家庭以及邻里关系,为他们带来身心和谐和社区和谐的良好效果,对生活的满意度较高。

4.5 杨浦区试点街道(镇)实行的“体育生活化”仍然存在宣传力度不够、充分发挥体育指导员的工作力度欠佳、联系和协调与街道(镇)的横向组织和企事业单位的力度不够等问题,需要进一步完善解决。

参考文献:

- [1] 中共中央国务院. 全民健身计划纲要[Z]. 1995, 6.
- [2] 肖焕禹, 陈玉忠. 体育生活化的内涵、特征及其实现路径[J]. 体育科研, 2006, 27(4): 8-10.
- [3] 李长云“体育生活化”从这里起步[Z]. 2005-1-20, 第12版.
- [4] 卢元镇. 体育的本质属于生活[J]. 体育科研, 2006, 27(4): 1-3.
- [5] 梁利民. 我国体育生活化探索[M]. 北京:北京体育大学出版社, 2006, 8.
- [6] 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.
- [7] 梁利民. 需要与创造: 体育生活化研究的逻辑起点[J]. 成都体育学院学报, 2000, 26(4): 5-7.
- [8] 梁利民. 需要是体育生活化运行的内在动力[J]. 上海体育学院学报, 2000, 24(2): 17-22.
- [9] 程晓峰. 人本经济学视角下的体育生活化分析[J]. 北京体育大学学报, 2002, 25(6): 742-743.
- [10] 陈佩华, 王家林. 对体育生活化的再论析[J]. 南京体育学院学报(社会科学版), 2002, 16(2): 19-21.
- [11] 熊茂湘, 刘玉江, 周特跃. 论体育生活化的实现及其实现环境[J]. 武汉体育学院学报, 2003, 37(5): 40-42.
- [12] 程晓峰. 人本经济学视角下的体育生活化分析[J]. 北京体育大学学报, 2002, 25(6): 742-743.

(责任编辑: 陈建萍)