

江苏省南通市开发区 新市民体育健身需求调查

前言

城市社区居民的体育健身需求是我国全民健身需求的重要组成部分，目前学界对城市社区体育健身的相关研究也日渐成熟。在特殊的时代背景和文化背景下，南通市开发区的发展变化较为迅速。开发区的建设与发展离不开一个特殊的群体：新市民。本文运用文献资料法、问卷调查法、数据统计法和逻辑分析法，对南通市开发区新市民体育健身基本情况及需求进行分析研究，并结合南通市开发区的实际情况给出了具体的建议。

关键词

新市民；健身；需求

关于“新市民”的研究在20世纪80年代就已经开始，有关新市民的研究报告文献总体呈现上升趋势，这与新市民群体的不断壮大是相对应的。随着社会、经济、文化不断向前发展，“新市民”的内涵也在更新和丰富。“需求”从字面意义上可解释为需要和欲求，代表主体的客观与主观的需要。尹世杰在著作《消费经济学》中认为：“随着经济飞速的发展和社会不断进步，居民的各种需求也发生了深刻的变化，从以物质需求为主的生存需求逐渐转变为以精神文化需求为主的享受、发展需求。”^[1] 司荣贵在《常熟市社区居民体育健身需求现状及对策》中把居民的健康需求划分为两个方面：其一，对医疗卫生的需求，广大居民在享受到经济方便、优质的医疗卫生服务后，能够达到及时有效地治疗和康复的目的；其二，对体育健身的需求，居民在享受完备周到和有效的体育健身服务后，能够达到强身健体、预防疾病以及愉悦身心的目的。^[2] 因此，“健身需求”可以理解为人们为了身体健康和疾病预防的客观条件而对外界产生的一种主观需要。

1 南通市开发区新市民基本情况

1.1 南通市开发区新市民基本构成情况

本研究的调查对象中男性占比75.1%，女性占比24.9%。在年龄分布上，31～45岁占比最大，为32.1%；

其次是23～30岁，占比28.5%；46～59岁占比17.1%；22岁及以下占11.9%；60岁以上占比10.4%；23～45岁的人口占比为60.6%，比例较大。从文化程度的分布来看，中学、中专及以下占比72.1%；大学本科专科占比21.8%；研究生及以上学历占比6.2%。调查对象中，离退休人员占比11.4%，企事业单位人员占比40.9%，学生及无职业者占比20.7%。数据显示，接受调查的新市民中男性较多，中青年人数比例较大。

1.2 南通市开发区新市民基本健康情况

改革开放以来，社会科技和经济飞速发展，人民生活水平及消费能力有了很大的提高。现如今互联网遍布全球，人们的工作、生活方式也发生了巨大的变化。手机的功能越来越强大，人们对手机的依赖更大，各种“文明病”也随之而来。社区居民调查对象中，22岁及以下人群73.91%无上述症状，不适症状为颈椎痛的人群较明显，占22岁及以下人群的总人数比例分别为13.04%。23～30岁，各类不适症状都出现，除了颈椎痛较多外，脂肪肝和偏头痛出现比较明显占23～30岁人群的总人数比例分别为9.09%、5.45%、5.45%。31～45岁人群较前者高血压脂肪肝比例增高。45～59岁的人群症状出现比例有所上升，无不适人群占比仅有36.36%，颈椎痛、膝关节痛和腰部痛占比较高，分别为12.12%、9.09%、9.09%。60岁以上人群完全无不良症

状的人群所占比例为20%。

身体完全无上述所列症状的人群在22岁及以下年龄段最多。随着年龄的增长,身体各项机能逐渐发生了变化,出现上述不适症状的人群比例逐渐增加;在数据统计过程中还发现,各种不适症状在各个年龄段都有一定的案例,颈椎痛症状在各个年龄阶段的占比都最为突出,不得不引起我们的重视。此外,23~30岁年龄段的人群患偏头痛的比例甚至超过了31~45岁年龄段的人群。

2 南通市开发区新市民体育健身基本情况与体育健身需求情况

2.1 体育健身时间频度情况

新市民每天余暇时间在1小时以内的约有15人,占调查总人数的7.8%;余暇时间在1到2小时之间的人群占了总数的35.8%,与余暇时间在2~3小时的37.5%相近,二者占了总数的72.5%。余暇时间3小时以上的人群占比为19.7%。受访新市民中71%的新市民能够保证每周一次以上的体育锻炼,其中44.6%的人群每周锻炼次数在1~2次,保证3~4次锻炼的新市民达到了18.1%,并且有15.9%的新市民达到了每周4次以上的体育锻炼,有29.0%的人群很少参加体育活动。

受访新市民每次锻炼时间情况,近一半的人群每次平均锻炼时间低于30分钟,其中小于等于10分钟的人群占9.3%,11~30分钟的人群占38.86%,比例最高;达到30~50分钟的市民占31.61%,有20.21%的新市民锻炼时间大于等于50分钟。

统计发现,南通市开发区新市民的余暇时间较为充足,但是每周锻炼次数达到3次或以上的人群仅为34%,每次锻炼时间达到30分钟以上的人群为51.82%,离体育人口的每周锻炼频次达到3次或以上、每次锻炼时间达到30分钟的标准还差很多。尽管人们的健身意识逐渐加强,也都积极地参与体育锻炼,但从调查的结果可以看出:新市民中能够达到体育人口标准的比例不高,体育锻炼的效果也有待提升。

2.2 体育健身动机情况

南通市开发区新市民健身的首选动机是增强体质,占比为58.03%;其次是精神情绪的需要,占比16.58%;再者是减肥健美的需要,占比为13.99%;7.77%人群参与体育锻炼的原因是个人对体育的兴趣爱好。笔者认为,无论哪种需求动机,都应当予以重视和倡导宣传,以鼓励新市民积极地

参与到体育休闲中去。

2.3 体育健身项目选择情况与需求

新市民对体育健身项目的需求形式呈现多元化,传统的体育项目更受大家欢迎,如散步、跑步、健步走、羽毛球、广场舞、游泳等。笔者认为,传统和运动强度较低的体育项目很受人们的喜爱可能和我国的人口老龄化发展有关,这些运动项目(交谊舞、广场舞等)一般以群体的方式进行,运动强度适中,高强度的身体动作比较少,比较适合老年人的身心发展特点,他们在锻炼身体的同时可以彼此进行情感交流,如广场舞不仅可以放松心情,还可以组成团体参加广场舞比赛,丰富文化生活,加强精神文明建设。

2.4 体育健身消费情况与需求

调查显示,新市民近年关于体育活动的消费金额小于等于500元的占比较重,达到41.45%。笔者认为,造成这种现象的原因可能是人们对体育的重视程度还不够,意识不到体育消费的投入可以给自身带来各种益处,才导致他们不愿意在体育健身方面花费过多的金钱。若是不注重运动的品质,长此以往将会给身体带来不必要的损害。比如一双舒适的跑鞋,不仅可以增加舒适感,还可以起到运动缓冲作用,保护脚、踝关节、膝关节免受运动损伤,这也是一种健康的投资。还有一个原因是新市民大多保留着旧的消费和生活观念。对新市民近三年的消费支出进行调查研究,结果显示,64.7%的人群增加了体育方面的支出,62.69%的人群希望今后增加体育消费,29.02%的人群认为不变,仅有8.29%的人群希望减少体育支出。可以看出,人们还是比较愿意增加体育方面的消费的。新市民购买体育服装、鞋帽、大小型运动器材的人数占总人数的44.04%,占比接近一半;进行健身娱乐、健身培训班等有偿服务类体育消费的比例为40.41%;自发性体育团体组织花费占34.20%;观看体育比赛和购买门票的人最少。调查显示,新市民对体育消费需求抱有积极态度。

2.5 对社区体育活动组织的与需求

社区体育主要指以基本的体育设施和环境为基础,在一定的空间范围内,以社区居民为主体所进行的、以健身娱乐为目的的一项群体性社会活动^[3]。全民健身的开展以社区为基本单位,所以社区体育活动的组织与开展情况影响着社区居民体育锻炼的积极性。社区定期开展一些体育活动,可以让居民们更多地参与到体育锻炼中去,在增强体质的同时还能促进社区居民之间的交流。调查显示,受访社区体育健身活动的组织情况不容乐观,其中认为社区没有组织过健身活动的人群占比达到了68.39%,偶尔组织的占比达10.88%,

仅有 3.11% 的社区居民表示社区经常组织健身活动。由此可以看出,目前开发区社区体育活动的组织情况不理想,没有组织体育健身活动的社区占大多数。

新市民对社区运动会和健康体质测试的需求度比较高,分别为 44.04% 和 48.19%,稍靠后的是健康知识讲座和体育健身训练方法指导,所占比例分别为 30.57% 和 35.23%。从上述研究中可以看出,新市民对社区体育活动的需求较高,社区体育健身活动的开展是非常有必要的。结合现阶段社区新市民对社区体育活动的认知度和参与现状,笔者认为,政府部门应多鼓励社区组织活动,社区应该多做一些体育健康宣传(制作相关广播栏目、海报,发布公众号科普文章等工作,使社区居民在耳濡目染、潜移默化中自觉地参与到体育健身中去。

2.6 对社会体育指导员的情况与需求

30.57% 的新市民认为很有必要配备社会体育指导员,而 49.74% 的新市民认为有最好,没有无所谓,19.69% 的新市民认为不需要。76.1% 的新市民认为所在社区没有配备社会体育指导员,18.13% 的新市民表示不知情,只有 5.7% 的新市民所在的社区配有社会体育指导员。大家普遍对体质健康测评、运动营养指导、锻炼方法指导有着较为强烈的需求。所占比例分别为 42.49%、35.75%、45.6%。由此可知,社区居民对体育健身指导的需求较高。社区体育的建设发展需要配备一些体育指导专业的人员,每个社区都应该配有专业社区体育指导员。同时社区体育健身指导员还要具备较强的专业工作能力,不仅要有扎实的理论知识基础,还要有良好的实际操作能力,同时还要具备一定的运动营养学知识和专业的运动处方技能。

2.7 体育健身对健身场地的需求

一部分新市民倾向于选择公共体育活动场所作为日常健身活动的场地,占比为 38.86%;选择在广场公园锻炼的居民人数也比较多,占 33.68%;选择在小区住宅空地、公路街道边锻炼的人群也很多;11.92% 的社区居民选择在自家庭院、室内进行锻炼;选择在收费的体育场馆进行身体锻炼的人群占 16.58%。由此可以看出,人们更愿意选择在免费的体育场所进行体育锻炼。针对这一情况,政府应适当加大投资建设,扩大社区场地建设,增加社区各项体育设施,安排、调整社区体育场地设施的结构布局,使其更加合理。开放更多的场馆,充分利用资源,让新市民能够免费享受更多品质较好的体育服务。

3 结语

体育公共服务是衡量地区社会发展水平和人民生活质量的一项重要指标,社会体育在国家政策的宏观调控和市场体育资源的自主调节下不断发展。国民生活水平提高的同时伴随着对生活品质要求的提高。研究资料表明:城市居民的健身意识普遍有了提高,但是部分社区体育健身服务相关机构以及配套设施不尽完善,居民对科学健身方面的知识掌握了解并不充分,因此对自身的体育健身需求也不是很明确,个体的体育健身效果也会受到影响。从宏观角度来看,虽然政府加大了社会公共体育服务方面的投入,但是仍然有国民健康危机的状态出现,说明了政府供给和居民需求之间出现了错位,对城市居民尤其是特殊群体的体育健身需求的调查需要投入更多的研究。

文/谷海浪(南通大学体育科学学院,江苏南通 226019)

作者简介:谷海浪,男,江苏淮安人,南通大学体育科学学院硕士研究生在读,研究方向:公共体育资源。

参考文献:

- [1] 尹世杰.消费经济学[M].北京:高等教育出版社,2003.
- [2] 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,2007(8):113-116.
- [3] 梁亚娟.成都市武侯区社区居民体育健身需求现状的调查研究[D].成都:成都体育学院,2017(4):29-33.