

全民健身背景下我国社区体育发展现状及对策研究

刘晓雨 孙鹏 翁发志 阮宇聪

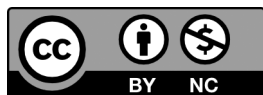
深圳大学师范学院，深圳

摘要 | 本文通过文献资料法、观察法、调查法等研究方法，对全民健身背景下我国社区体育发展现状及对策进行研究。结果发现我国社区体育主要存在以下几个问题：全民健身运动网络缺乏协同机制；社区体育的参与人群老年人居多，运动形式比较单调；社区里的体育场地不足，体育设施很少；公共体育场地开放力度不够等。提出对策：完善社区体育运动网络体系；加强学校体育场地，大型体育场馆对外开放；加强对社区体育指导员的培训锻炼；加强社区体育宣传工作，增强居民体育参与意识。

关键词 | 全民健身；社区体育；居民；发展现状

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1995年国家提出了“全民健身运动”，使全民健身成为一种时尚，得到了快速发展，特别是21世纪后，随着人们健身和运动意识的加强，更使全民健身取得了飞速的发展；2011年2月15日，《国务院关于印发〈全民健身计划（2011—2015年）〉的通知》明确提出：全民健身关系人民群众身体健康和生活幸福，

通讯作者：刘晓雨，学生，研究方向：体育运动训练学。

文章引用：刘晓雨，孙鹏，翁发志，等. 全民健身背景下我国社区体育发展现状及对策研究[J]. 中国体育研究，2021，3（2）：198-204.

<https://doi.org/10.35534/scps.0302016>

是综合国力和社会文明进步的重要标志,是社会主义精神文明建设的重要内容,是全面建成小康社会的重要组成部分^[1]。为了全面、深入、系统贯彻落实“全民健身运动”,我国各地都积极探索社区体育建设的有效模式,积极推动社区体育朝着更加科学化和规范化的方向发展,在一定程度上推动“全民健身运动”的深入开展,特别是与过去相比有了很大的进步和提高。社区居民体育是落实“全民健身运动”的重要内容,而且也是提升全民健康素质的重要平台和载体,是提升我国社区居民生活质量的有力保障,对未来我国体育事业的发展起到有力的促进作用。

1 我国社区体育主要面临的问题

1.1 全民健身运动网络缺乏协同机制

我国高度重视全民健身体育网络建设,明确要求政府要加大投入力度,为市民开展全民健身运动提供必要的场所,但从目前的情况来看,政府对全民健身运动的重视程度还不够。比如“完善学校、社区、家庭青少年体育网络”是党中央提出的一项明确要求,因而必须积极推动学校、社区、家庭“三位一体”的青少年体育网络,只有这样,才能使青少年更好地开展体育活动。但从深圳市青少年体育网络建设情况来看,无论是学校、还是社区,或者家庭,都存在着缺乏有效联系和衔接的问题,学校主要就是开展一些体育课程^[2],社区主要就是提供一些场所,而家庭则主要是进行一些简单的活动,学校、社区、家庭三者之间还没有形成一个统一的整体,这种“各自为战”式的青少年体育运动模式,必须导致青少年体育活动无法形成健全和完善的组织体系,因而也就会制约青少年更好地开展体育活动,全民健身也就无从谈起。

1.2 社区体育的参与人群老年人居多,运动形式比较单调

目前,虽然健康问题已经逐渐引起大家的重视与关注,但是我国城市社区的体育发展情况仍然是一个不容乐观的状况。我国绝大多数城市社区的体育运动队伍是以老年人为主要力量。据相关资料统计显示,北京、上海、南京、南

昌四个地区城市老年居民参与体育活动比例分别是 75%、70%、65%、60%。原因很简单,把家庭居民按年龄可以划分为儿童、中青年和老年人。众所周知,学生的学业负担比较沉重,这就剥夺了学生的大量时间,于是青少年在参加社区性体育运动就必然地受到了很大的限制^[3]。而中青年群体中的大多数上班族由于其上班地点和时间不统一,也成为限制参加体育运动的重要影响因素,且繁重的工作占用了大量时间,而且部分中青年群体有了孩子,课后还要给孩子辅导功课,这也造成了中青年参加体育关联的人数偏少的原因之一。并且社区体育运动的形式往往受到很大限制,都是太极拳、广场舞、棋牌等,基本上传统体育项目,运动形式很单调,没办法满足各个年龄段的人的需求,所以鼓励社区应该成立社团,根据调查得出社区人员的爱好兴趣,从而开设不同的兴趣班,满足不同人的需求。

1.3 社区里体育场地不足,体育设施很少

在我去过的社区里,体育场地一般都只有 30-50 平方米的空间,那么能放下的体育器材就特别特别少了,这在我国是一种通病,体育场地的缺乏会限制社区居民的参与情况,体育活动时间以及场地的使用和活动的内容。这影响了我国社区体育的全面发展^[4]。这是政府和社会对社区体育的不重视而导致的,政府的不作为,导致了场地的紧张缺乏,这一问题,就导致了居民参与社区活动发展不起来,导致很多人去了公园、广场,自发组织跳起了广场舞,所以很长一段时间,广场舞火了起来,因为广场舞这一项体育活动,对场地要求特别小。

1.4 公共体育场地开放力度不够

我国严重缺乏体育场地,从小学,中学,高中,再到大学。学校是我见过体育活动场地最多的地方,学生是可以充分地参与体育活动的。先不说大学,小学初中高中这些学校在周末和寒暑假是不会开放体育场地的,学校也会考虑,场地的维护是需要自身掏钱的,如果大家都使用起来,那么场地维护费该算谁的,所以这件事也是政府该和学校协商的问题,再说说大学,由于大学普及到各个省市下来也并不是很多,很多大学只有在省会城市才会比较多,到下面县乡,

是没有大学的, 尽管大部分大学都开放场地使用, 也还是不够的, 还有, 政府部门和企业虽然会修建体育健身场地, 但是这也是不开放的, 这些都不足以我国人口大国 14 亿人民的使用。

2 我国社区体育发展之对策

2.1 完善社区体育运动网络体系

要想解决社区居民体育参与意识以及其他方面的问题, 必须按照党中央和国务院的要求, 进一步健全和完善社区体育运动网络体系, 形成社会、社区、家庭“三位一体”的全民健身网络体系。比如对于青少年全民健身运动来说, 要在“完善学校、社区、家庭青少年体育网络”方面狠下功夫, 为青少年进行体育活动创造有利条件^[5]。这就需要政府高度重视学校、社区、家庭青少年体育网络建设, 特别是要进一步健全和完善政策体系、投入制度和互动机制, 使学校、社区、家庭三者之间形成良好的衔接, 共同推动青少年体育网络建设, 使青少年能够更好地开展体育活动。在健全和完善社区体育运动网络体系方面, 还要高度重视社区体育运动的“系统性”, 进一步强化全民健身运动的宣传。

2.2 加强学校体育场地, 大型体育场馆对外开放

目前制约社区居民体育运动开展的最主要因素, 就是目前社区居民在开展体育运动过程中, 政府和社区对全民健身运动的基础设施建设不足, 场地不足等, 导致市民无法更好地开展和参与体育运动。这就需要政府部门的大力支持, 通过政府与学校沟通, 充分利用起学校的场地, 特别是小学, 初中, 高中, 让住在附近的居民可以登记出入, 使居民参与进来。大型体育馆在场地维护这一块, 可以收取少量经费, 磨损小的运动场地采取不收费原则, 磨损大的场地就收取一些费用, 并定某个时间段进行免费申请方法, 以此弥补场地设施不足的问题。各级政府也可以从推动“全民健身运动”的角度出发, 进一步加大广场公园、小区空地等体育设施建设, 为广大市民开辟更多更好的体育锻炼场地。比如, 应当将公共体育场馆投入作为公共财政支出的重要内容, 每年要做好预算, 并

随着经济发展水平的提高而提高，而公共财政的投入应当重点用在满足社区居民体育运动需求方面，同时要增加免费开放力度，将更多的体育场馆面向社区居民开放。

2.3 强化社区体育运动组织保障

健全和完善的组织保障，是确保社区体育运动有效开展的重要基础。这就要求发挥社区的积极作用，积极探索更加有效、更加科学、更加系统、更加完善的社区居民体育运动组织保障体系。社区应当更加高度重视体育社团组织建设，要建立专门的组织机构，各社区应当加强宣传和引导，使更多的社区居民自发的组织社区体育社团，进而发挥社区体育社团的组织作用，使更多的社区居民参与到体育运动员来。社区还要进一步拓展社区居民参与体育运动的模式，比如社区可以组织开展“社区体育运动会”“社区乒乓球比赛”“社区篮球比赛”等专项社区体育比赛活动，这样能够通过有效的组织，使更多的社区居民参与到体育运动中来，否则提升体育运动意识。社区还应当大力营造和宣传社区体育文化，要将社区体育运动纳入社区管理与服务体系中，强化社区体育运动的多元化特点，同时还应当通过营造文化氛围，形成人人热爱体育运动、人人参与体育运动的良好环境。

2.4 加强社区体育宣传工作，增强居民体育参与意识

对于广大社区居民来说，应当将参与社区体育运动纳入工作、生活、学习当中，要从提升身体素质和落实全民健身运动的角度入手，减少对网络的依赖，拿出更多的时间参与体育运动^[6]。尽管参加体育运动有很多制约因素，但社区居民应当根据自身的实际情况，积极参与体育运动。对于“上班族”来说，除了要在单位进行一定的体育运动之外，在下班后以及周末休息时间，应当进行一定的体育锻炼。比如对于工作比较繁忙的人员来说，可以制定体育运动计划，每周至少进行2次体育运动，每次至少在30分钟以上。同时，社区居民也可以采取灵活的方式进行体育运动，比如可以在小区内散步、也可以在一些简单的场所开展跳绳、打羽毛球、练太极拳等运动，这样能够解决大规模运动场所不

足的问题。对于条件相对较好的人员,可以每周到健身会馆进行1至2次锻炼,同时也可以通过聘请“私人健身教练”的方式进行锻炼。

3 结语

随着人们生活水平的提高以及人民对运动健康认识的更深入,体育运动成为一种潮流,顺着这股潮流,国家政府部门更应该把握住,响应人民的运动意愿,完善社区体育运动网络体系,加大对体育器材设施的建设,与学校加强联系,使其开放对社会的使用,同时,设立好社区体育的管理制度,加强社区指导员培训,宣传社区体育,增强居民体育参与意识^[7]。只有不断努力,我国社区体育才能更快更好地发展起来,社区体育也会成为我国体育活动很重要的组成部分。

参考文献

- [1] 国家体育总局. 关于印发《全民健身计划(2011—2015年)》实施情况评估标准(试行)的通知[EB/OL]. (2014-07-02)[2015-10-16].
<http://www.sport.gov.cn/n16/n33193/n33208/n33418/n33598/5480802.html>.
- [2] 卢碧. 休闲体育在新时代的发展趋势[J]. 文体用品与科技, 2020(10): 47-48.
- [3] 沈雪峰. 我国城市社区体育的发展现状及对策[J]. 湖北体育科技, 2010, 29(4): 391-392.
- [4] 迟姗姗. 北京市海淀区上地南路社区居民休闲体育参与现状与影响因素分析[D]. 北京体育大学, 2015.
- [5] 张忠, 严爱鸣. 体育强国建设中青少年体育发展方略[J]. 上海体育学院学报, 2011, 35(5): 18-21.
- [6] 汪金刚. 全民健身视域下成都市社区体育文化建设与发展研究[D]. 成都体育学院, 2016.
- [7] 吴晒晔. 构建和谐社会进程中社区体育发展之对策[J]. 丽水学院学报, 2006(6): 13-15.

Research on the Current Situation and Countermeasures of Community Sports Development in China under the Background of Comprehensive Fitness

Liu Xiaoyu Sun Peng Weng Fazhi Ruan Yucong

Shenzhen University Teachers College, Shenzhen

Abstract: Through the methods of literature, observation and investigation, this paper studies the current situation and Countermeasures of community sports in China under the background of national fitness. The results show that there are several problems in community sports in China: the lack of collaborative mechanism in the nationwide fitness network; the majority of the elderly participate in community sports, and the form of sports is relatively monotonous; the sports venues and facilities in the community are insufficient; the public sports venues are not enough. Put forward countermeasures: improve the community sports network system; strengthen the school sports venues, large sports venues open to the outside world; strengthen the training of community sports instructors; strengthen the publicity of community sports, enhance the awareness of sports participation of residents.

Key words: National fitness; Community sports; Residents; Development status