

文章编号:1005-0523(2011)05-0114-07

江西城镇居民运动休闲偏好与健康引导研究

杜国如

(华东交通大学体育学院,江西 南昌 330013)

摘要:为了发展城镇休闲运动,丰富社区体育文化生活,提高居民的生活质量。通过调查研究,分析了江西省城镇居民运动休闲偏好发展现状,居民对运动休闲的认知水平,居民对运动休闲内容偏好,以及居民选择运动休闲的时间地点等问题,进而探讨了健康引导城镇居民运动休闲发展策略。对促进城镇社区体育文化建设,倡导健康文明的休闲生活方式,发展全民健身运动都有实际意义。

关键词:江西;城镇居民;休闲运动;偏好;健康;引导

中图分类号:G804.82 **文献标志码:**A

随着我国社会主义经济建设的飞速发展,人们生活条件的逐步改善,生活质量得到不断提高,健康的休闲生活方式越来越吸引人们的积极关注,成为现代社会生活发展的一种时尚。运动休闲是指人们在闲暇时间里,遵循人体生长发育规律和身体活动规律,以身体练习为手段,以增进健康、放松心情、娱乐消遣为目的的社会文化活动^[1]。运动休闲活动在改善社区生活,调节人们的心情,提高人们的生活质量,促进社会经济发展,减少青少年犯罪活动,回归大自然,提高人们健康水平等方面都有重要意义^[2],运动休闲已经成为现代人喜爱的余暇活动。然而,有关运动休闲的研究仍在起步阶段,有一些学者从理论上对休闲的本质、人与休闲的关系、休闲的社会意义等方面进行过研究。如:于光远的《论普遍有闲的社会》;朱厚泽的“社会进步与休闲”;韩克华的“浅谈休闲与社会进步”等,他们从理论上论述了休闲发展的一些基本问题。还有学者从体育对社会休闲发展的适应性转变中,探讨了运动休闲的发展问题。如:胡小明研究认为体育运动的社会功能发展,正在从生产到生活、从群体到个体、从工具到玩具的积极转变,以适应社会休闲时代的到来^[3]。并且,有关运动休闲的应用性研究也不够深入,导致在实践中缺乏休闲理论的指导,不科学的运动休闲活动也常常给人带来心理烦恼,甚至健康的损害。因此,我们对江西城镇居民运动休闲偏好与健康引导进行研究,旨在深入了解城镇居民运动休闲偏好发展现状,分析存在的问题与原因,探讨健康引导城镇居民进行运动休闲的发展策略,倡导健康文明的休闲生活方式。对促进城镇社区体育文化建设,提高社区运动休闲服务质量,促进居民身心健康发展等具有重要理论价值和实际意义。

1 研究对象与方法

1.1 问卷调查法

我们以江西省的南昌、九江、上饶、景德镇、宜春、新余、萍乡、赣州、吉安、抚州等城镇的部分居民进行分层随机问卷调查,抽样人群分布(表1)。调查问卷设计是以社会学研究方法为指导,调查内容以研究目标要求为依据,调查提纲及问题设置咨询了有关体育专家教授的意见,形成的调查表,并请专家教授对调查表内容和结构进行二轮有效性评定,评估其内容效度($r=0.85$);调查信度采用对半分测方法进行信度检验($r=0.87$);具有较高的效度和信度,符合科学调查研究要求。调查数据采用Excel 2003分析软件进行

收稿日期:2011-05-20

作者简介:杜国如(1961—),男,教授,硕士,主要研究方向为体育人文社会学。

统计处理。

表1 问卷调查随机抽样人群分布表

Tab.1 Distribution of crowd of questionnaire survey based on random sampling

内容	青少年		中年人		老年人	
	男	女	男	女	男	女
发放问卷/份	300	300	300	300	300	300
收回问卷/份	196	210	182	185	208	237
收回率/%	0.65	0.70	0.61	0.62	0.69	0.79
有效问卷/份	162	192	160	166	156	187
有效问卷率/%	0.83	0.91	0.88	0.90	0.75	0.79

1.2 实地调查法

对江西省部分城镇进行实地调研,近距离观察了解居民参与运动休闲现状。并对江西省部分城镇的有关体育领导10人,体育专家和学者20人(副教授以上),居民60人进行访谈。就居民运动休闲发展水平、原因及建议等相关问题进行个别交谈与交流,获取了许多信息材料和宝贵意见。

1.3 文献资料法

通过手工查阅和网络检索,自1990年以来我国体育学术刊物和社会体育书籍,收集有关城镇居民运动休闲方面的资料,并采用逻辑方法进行研究。

1.4 研究内容

1) 对江西省城镇居民运动休闲与健康的认知进行调研分析,了解居民对运动休闲活动的态度,运动休闲含义的理解,运动休闲与健康的影响等方面认知状态。

2) 对江西省城镇居民运动休闲活动的偏好进行调研分析,深入了解不同年龄阶段的城镇居民,参与运动休闲活动的内容选择偏好、休闲活动时间、地点及方式的选择偏好。

3) 提出发展江西省城镇居民运动休闲活动的有效策略。

2 结果与分析

2.1 城镇居民运动休闲与健康认知分析

我们拟从城镇居民对运动休闲的态度、运动休闲的含义,运动休闲与健康的影响等方面认知状态来分析。

首先,对居民的运动休闲态度分析。调查结果(表2)表明:城镇居民多数人群喜欢和比较喜欢运动休闲;其中,青少年和中年男性比女性更喜欢运动休闲,老年女性比男性喜欢运动休闲的人群稍多一些。我们在实地与居民交谈中了解到,休闲运动是大多数人愿意参与的余暇活动。这说明运动休闲是城镇居民喜爱的活动,反映出居民运动休闲的心理需求,这是发展城镇运动休闲的市场基础^[4]。但不同人群对运动休闲的喜好仍存在着一定差异,需要进行积极引导,提高居民运动休闲的心理偏好水平。

表2 江西城镇居民运动休闲态度的调查结果

Tab.2 Investigation on attitude of sports leisure in town residents in Jiangxi %

内容	青少年		中年人		老年人	
	男 162人	女 192人	男 160人	女 166人	男 156人	女 187人
非常喜欢运动休闲	0.20	0.15	0.16	0.12	0.14	0.18
比较喜欢运动休闲	0.51	0.30	0.34	0.24	0.33	0.40
一般喜欢运动休闲	0.12	0.32	0.24	0.35	0.36	0.31
不太喜欢运动休闲	0.17	0.23	0.26	0.29	0.17	0.11

其次,对居民的运动休闲含义认识分析。调查结果(表3)表明:多数城镇居民了解运动休闲的基本含

义,认为运动休闲是人们在空余时间中参与的体育活动。在实地访谈中了解到,有一部分人群还比较好地理解运动休闲,认为运动休闲是人们为了健身、放松心情,在闲暇时间里主动参与的体育活动;运动休闲具有余暇性、自愿性、积极性、多样性特点。这说明多数居民对运动休闲的基本含义有较好认识,对发展城镇运动休闲有积极意义。在实地调研中了解到,也有一些人还不太了解运动休闲,认为运动休闲是浪费时间,是有钱人或是少数人的活动。这说明仍然需要积极宣传引导居民认识运动休闲,理解运动休闲的含义和实际意义。

表3 江西城镇居民对运动休闲含义的认识调查结果

Tab.3 Investigation on recognition of sports leisure of town residents in Jiangxi %

内容	青少年		中年人		老年人	
	男162人	女192人	男160人	女166人	男156人	女187人
较好理解运动休闲	0.35	0.31	0.36	0.32	0.23	0.18
一般了解运动休闲	0.53	0.58	0.55	0.56	0.62	0.61
不太知道运动休闲	0.12	0.11	0.09	0.12	0.15	0.21

再次,对居民运动休闲与健康影响的认识分析,调查结果(表4)表明:多数人群认为运动休闲对身心健康有积极影响,其中一部分人的认识还更为深刻。他们认为运动休闲对人体具有健身、保健、调节心情作用;具有扩大社会交往,增进友谊作用;具有丰富社区文化生活,促进社会文明发展作用;具有促进节能环保,回归大自然作用等。这说明城镇居民对运动休闲与健康影响有较好认识,都能大致了解运动休闲的社会功用和实际意义。但在实地与居民交谈中了解到,也有少部分人对运动休闲的社会功用不太了解。他们认为运动休闲对健康可能有影响,但影响到什么程度不了解,并对社区文化文明发展影响认识不够。这说明仍需要加强健康引导,使城镇居民都能认识到运动休闲对身心健康的良好影响,对社会发展的促进作用^[5]。

表4 江西城镇居民对运动休闲与健康影响的认识调查结果

Tab.4 Investigation on health effects of sports leisure on town residents in Jiangxi %

内容	青少年		中年人		老年人	
	男162人	女192人	男160人	女166人	男156人	女187人
运动休闲对健康有良好作用	0.24	0.22	0.30	0.23	0.22	0.27
运动休闲对健康有一定作用	0.61	0.59	0.62	0.56	0.58	0.61
运动休闲对健康作用不了解	0.15	0.19	0.08	0.21	0.20	0.12

2.2 城镇居民运动休闲内容偏好与健康引导分析

偏好是人们对某事物需求的心理喜好程度。反映在运动休闲内容选择上,可以说明人们对运动休闲需求的心理倾向和行为要求状态^[6]。因此,我们拟从城镇居民的观赏性和参与性运动休闲内容偏好来分析。

首先,居民在观赏性运动休闲内容偏好分析,调查结果(表5)表明:青少年男性在休闲时间里观赏运动内容上的偏好大小排序为:篮球、足球、体操、排球、武术、网球、体育舞蹈、田径、乒乓球、羽毛球、健美操、游泳等运动项目;青少年女性在休闲时间里观赏运动内容上的偏好大小排序为:篮球、健美操、体育舞蹈、羽毛球、排球、体操、武术、网球、足球、田径、乒乓球、游泳等运动项目;中年男性在休闲时间里观赏运动内容上的偏好大小排序为:篮球、足球、排球、武术、网球、体操、体育舞蹈、田径、健美操、乒乓球、羽毛球、游泳等运动项目;中年女性在休闲时间里观赏运动内容上的偏好大小排序为:排球、体育舞蹈、健美操、羽毛球、乒乓球、篮球、足球、武术、网球、体操、田径、游泳等运动项目;老年男性在休闲时间里观赏运动内容上的偏好大小排序为:篮球、排球、足球、体操、武术、田径、乒乓球、羽毛球、体育舞蹈、健美操、网球、游泳等运动项目;老年女性在休闲时间里观赏运动内容上的偏好大小排序为:体育舞蹈、健美操、武术、乒乓球、田径、篮球、排球、足球、体操、羽毛球、网球、游泳等运动项目。我们在实地交谈调研中还发现一些新型运动项目、运动娱乐活动

电视节目很受城镇居民的喜爱,如:攀岩运动、极限运动、体育旅游、赛马赛车运动,城市之间电视节目,智勇大冲关电视节目等。可见,体育运动是城镇居民在休闲时间里热爱观赏的主要内容之一,并表现出男性喜好观赏大型体育活动,剧烈性、冒险性体育活动;女性喜好观赏艺术性、技巧性、欢乐性较高的体育活动;青少年喜好观赏刺激性、高难度性、技巧性较高的体育活动;中年人喜好观赏大型性、冲击性、新颖性体育活动;老年人喜好观赏轻快性、小型性、欢乐性体育活动^[7]。因此,我们在城镇体育服务指导中,要有针对性进行科学引导,促进城镇居民观赏性运动休闲的健康发展。

表5 江西城镇居民对观赏性运动休闲内容的偏好调查结果(多项选择)

内容	青少年		中年人		老年人	
	男162人	女192人	男160人	女166人	男156人	女187人
偏好篮球运动	0.82	0.46	0.77	0.25	0.34	0.18
偏好排球运动	0.55	0.25	0.65	0.57	0.33	0.16
偏好足球运动	0.76	0.15	0.68	0.23	0.30	0.15
偏好田径运动	0.35	0.15	0.25	0.15	0.20	0.25
偏好体操运动	0.67	0.19	0.27	0.17	0.26	0.12
偏好武术气功	0.48	0.18	0.55	0.22	0.23	0.37
偏好乒乓球运动	0.28	0.13	0.18	0.26	0.17	0.36
偏好羽毛球运动	0.25	0.28	0.14	0.28	0.16	0.10
偏好网球运动	0.45	0.16	0.35	0.18	0.12	0.08
偏好游泳运动	0.23	0.12	0.14	0.12	0.10	0.07
偏好健美操运动	0.24	0.38	0.20	0.46	0.14	0.41
偏好体育舞蹈	0.36	0.33	0.26	0.53	0.15	0.45
偏好其它运动	0.08	0.03	0.04	0.02	0.01	0.02

其次,居民在参与性运动休闲内容选择偏好分析,调查结果(表6)表明:青少年男性参与运动休闲内容的偏好大小排序为:篮球、足球、走跑练习、羽毛球、游泳、徒手体操、武术、网球、体育舞蹈、乒乓球、健美操、排球等运动项目。青少年女性参与运动休闲内容的偏好大小排序为:健美操、体育舞蹈、羽毛球、排球、徒手体操、武术、游泳、网球、走跑练习、乒乓球、篮球、足球等运动项目。中年男性参与运动休闲内容的偏好大小排序为:篮球、走跑练习、羽毛球、徒手体操、足球、排球、武术、网球、体育舞蹈、乒乓球、游泳、健美操等运动项目。中年女性参与运动休闲内容的偏好大小排序为:羽毛球、徒手体操、体育舞蹈、健美操、走跑练习、乒乓球、排球、武术、网球、游泳、篮球、足球等运动项目。老年男性参与运动休闲内容的偏好大小排序为:走跑练习、徒手体操、健身功法、羽毛球、乒乓球、排球、体育舞蹈、网球、篮球、足球、游泳等运动项目。老年女性参与运动休闲内容的偏好大小排序为:走跑练习、健身功、徒手体操、健身舞蹈、健美操、羽毛球、乒乓球、排球、网球、篮球等运动项目。在实地访问调查中发现不少人群喜欢观赏运动比赛,但不愿参与体育活动。表现出男性喜好参与活动量较大的运动、竞争性较强的体育活动;女性喜好参与运动量较小、冲撞较小的体育活动;青少年喜好参与大球类运动、表现性较高的体育活动;中年人喜好参与健身性、活动性较大的体育活动;老年人喜好参与保健性、欢乐性、徒手性的体育活动^[8]。因此,在城镇体育服务指导中,应加强参与性运动休闲的引导,督导居民积极参与休闲运动,养成健康的休闲生活方式。

2.3 城镇居民运动休闲时间、地点选择偏好与健康服务分析

城镇居民在参与运动休闲时间的选择偏好上,调研结果(表7)表明:青少年的运动休闲时间选择偏好依次是:下午、晚上、上午、早晨;中年人的运动休闲时间选择偏好依次是:下午、晚上、早晨、上午;老年人的

运动休闲时间选择偏好依次是:早晨、下午、上午、晚上。可见,在参与运动休闲时间选择上是以下午为主,都愿意在下午进行运动;老年人在早晨和下午较为愿意运动。在实地访问调研中发现城镇居民在观赏性运动休闲时间选择上,都愿意在晚上或下午观赏。这在城镇运动休闲服务活动安排上要考虑时间因素,有利于居民参与运动休闲活动^[9]。

表6 江西城镇居民对参与性运动休闲内容与方式的偏好调查结果(多项选择)

Tab.6 Investigation on preference of participatory sports leisure content and method in town residents of Jiangxi %

内容	青少年		中年人		老年人	
	男 162人	女 192人	男 160人	女 166人	男 156人	女 187人
偏好篮球运动	0.35	0.11	0.21	0.03	0.05	0.03
偏好排球运动	0.13	0.20	0.14	0.10	0.08	0.06
偏好足球运动	0.32	0.05	0.16	0.02	0.05	
偏好走跑练习	0.25	0.16	0.20	0.15	0.46	0.58
偏好徒手体操	0.17	0.12	0.17	0.20	0.35	0.24
偏好武术气功	0.18	0.15	0.08	0.06	0.25	0.29
偏好乒乓球运动	0.15	0.10	0.12	0.13	0.10	0.07
偏好羽毛球运动	0.20	0.16	0.18	0.22	0.14	0.10
偏好网球运动	0.15	0.12	0.11	0.06	0.03	0.04
偏好游泳运动	0.20	0.15	0.10	0.08	0.02	
偏好健美操运动	0.14	0.35	0.09	0.16	0.20	
偏好体育舞蹈	0.15	0.23	0.13	0.18	0.08	0.26
偏好其它运动	0.06	0.05	0.03	0.02	0.01	0.02

表7 江西城镇居民参与运动休闲时间选择调查结果

Tab.7 Investigation on time choosing of sports leisure of town residents in Jiangxi %

内容	青少年		中年人		老年人	
	男 162人	女 192人	男 160人	女 166人	男 156人	女 187人
早晨	0.15	0.13	0.20	0.14	0.36	0.31
上午	0.20	0.18	0.11	0.16	0.24	0.25
下午	0.45	0.46	0.36	0.38	0.25	0.26
晚上	0.20	0.23	0.33	0.32	0.15	0.18

城镇居民在运动休闲地点选择偏好上,调查结果(表8)表明:城镇居民的运动休闲地点选择上较为集中在就近社区、或在家里。说明就近方便原则,因地制宜是发展城镇运动休闲活动的选择,并要求在运动休闲服务地点选择上,尽量考虑居民生活起居和习惯。

表8 江西城镇居民在运动休闲地点选择调查结果

Tab.8 Investigation on place choosing of sports leisure of town residents in Jiangxi %

内容	青少年		中年人		老年人	
	男 162人	女 192人	男 160人	女 166人	男 156人	女 187人
在家里	0.21	0.25	0.24	0.28	0.31	0.22
就近社区	0.67	0.62	0.61	0.59	0.62	0.73
在外地	0.12	0.13	0.15	0.13	0.07	0.05

为了科学引导城镇居民形成健康的休闲生活方式,还应加强城镇居民运动休闲服务体系建设,促进城镇运动休闲的健康发展。

1) 建立运动休闲组织活动体系。组织工作和活动安排是发展运动休闲的重要体现,长期以来城镇居

民的休闲活动都是在自愿、随意进行的活动,缺乏健康的组织引导,导致赌博吸毒等不文明风气盛行,影响着居民身心健康发展^[10]。加强居民休闲活动的组织建设,应把社会体育管理部门,单位工会组织,街道管理组织,以及休闲营销部门等组合起来,深入家庭开展运动休闲活动,形成城镇社区与家庭结合的组织活动体系,健康引导居民积极参与休闲运动,促进居民身心健康发展。

2) 完善运动休闲设施条件体系。运动休闲设施条件是开展运动休闲活动的重要前提,影响着居民运动休闲活动的开展。我们调研中发现,城镇中的运动休闲设施条件仍然严重不足,可运动的场所不如茶馆、饭馆、K歌厅多。可见,加强城镇运动休闲设施建设是促进居民参与运动休闲活动的重要保证。应把社区体育设施、学校体育设施、以及家庭体育器材组合起来,开发利用,形成城镇运动休闲设施体系,为城镇居民提供良好运动休闲条件^[11]。

3) 建设运动休闲安全卫生保障体系。安全卫生保障是指居民参与运动休闲时身心健康安全保证,防止运动伤病发生,运动设施器材安全,以及不法分子的干扰等^[12]。我们调研中发现,居民在运动休闲过程中常常出现不小心的身体损伤,不卫生行为,偶尔出现丢失财物现象等。因此,加强运动休闲安全卫生保障建设也是非常必要的,应该把社区警务室、小区保安、街道管理部门,以及社区医院、家庭卫生等组合起来,对运动设施条件进行安全、卫生日常检查,保障居民运动休闲卫生安全,促进城镇居民运动休闲活动健康发展。

3 结论与建议

研究表明,江西省城镇居民对运动休闲的喜好和认知较好,多数人喜欢运动休闲,并了解运动休闲的基本含义,了解运动休闲对健康有良好影响。大多数人喜欢观赏体育竞赛与表演活动,尤其偏好新型运动项目、高水平运动竞赛、大型体育活动、娱乐趣味性体育活动等,深受城镇居民喜爱。在运动休闲时间选择上多以下午、晚上为主,尤其观赏性运动休闲偏好晚上。在休闲地点选择上多以就近社区、家庭里为主,这样方便易行。但是,调研中发现城镇居民在参与性运动休闲活动上仍然表现不好,多数人愿意观赏而不愿意积极参与运动休闲。也有少部分人对运动休闲不太感兴趣,不了解运动休闲的健康价值,很少参与运动休闲活动等。这需要加强健康引导,促进城镇居民运动休闲活动健康发展。一要加强运动休闲组织活动体系建设,引导居民形成健康文明的休闲生活方式;二要加强运动休闲设施条件体系建设,为居民创造良好的运动休闲条件;三要加强运动休闲安全卫生保障体系建设,为居民提供优良的卫生安全休闲环境,促进城镇运动休闲健康发展。

参考文献:

- [1] 卢元镇. 体育人文社会科学概论高级教程[M]. 北京:高等教育出版社,2005:206-230.
- [2] 于光远. 漫谈竞赛论[M]. 北京:中国文联出版社,2000:87-90.
- [3] 胡小明,熊志冲. 旅游游戏游艺[M]. 成都:四川人民出版社,1993:134-175.
- [4] 于涛,杨锡明. 论休闲体育的文化背景[J]. 西安体育学院学报,2000(1):13-15.
- [5] 刘华平. 21世纪初的中国休闲体育[J]. 北京体育大学学报,2000(3):23-24.
- [6] 朱大修. 休闲体育的概念特点及发展前景[J]. 上饶师范学院学报,1997(3):25-27.
- [7] 王俊. 我国休闲体育可持续发展若干思考[J]. 武汉体育学院学报,2007,41(2):59-61.
- [8] 顾兴全,于可红. 杭州市居民体育休闲旅游行为及倾向特征研究[J]. 中国体育科技. 2006(6):33-35.
- [9] 郭建松. 中美休闲体育比较研究[J]. 河北体育学院学报,2008,22(2):79-82.
- [10] 朱寒笑. 中国城市体育休闲服务组织体系研究[D]. 北京:北京体育大学,2006.
- [11] 陈钦. 福州居民体育休闲研究[J]. 体育文化导刊,2009(2):35-41.
- [12] 黄滨. 中国社会不同阶层休闲体育研究[J]. 广州体育学院学报,2006(2):3436.

On Sports Leisure Preferences and Health Guide of Town Residents in Jiangxi

Du Guoru

(School of Physical Education, East China JiaoTong University, Nanchang 330013, China)

Abstract: In order to develop leisure sports in town, enrich cultural life of the sports in community, improving the life quality of town's residents in Jiangxi, China. Through investigation, the paper analyzes the developing status of leisure sports preferences in the central town residents, cognitive standard in leisure sports of citizens, content preferences of residents, and sports leisure time and selected place for residents. The sports development strategies of health guide for town residents are explored. To promote the development of culture and sports of community, promote a healthy and civilized way of leisure life, it is significant to develop the nationwide physical fitness campaign.

Key words: Jiangxi ; town residents; recreation and sports; preferences; health; guide

(上接第65页)

Finite Element Analysis of Contact between the Wheel and the Curve Rail

Lu Yizhi, Liu Yongming

(Institute of Railway and Urban Transit, Tongji University, Shanghai 201804, China)

Abstract: This paper mainly researches stress and deformation of wear v-wheel in contact with curve rail. It uses Hypermesh finite element method (FEM) software to establish three-dimensional FEM model of wheel-rail all contact and flange of wheel near the rail. Marc FEM software is used to calculate plastic contact and research the contact position and contact Mises stress. Based on the simulation results, we comprehensively analyze and conclude the laws the contact spot and Mises stress, and then obtain situations of abrasion and contacts of the wheel-rail in different working conditions. Results of model calculations show that when the locomotive increases, running speed through the curve will increase wear outer wear size and speed, but will effectively reduce the degree of wheel wear and other important conclusions. These help to solve the problems of wheel-rail wear to provide a favorable basis.

Key words: wheel-rail wear; FEM (Finite Element Method); elastic plastic; contact stress