

# 湖北省城镇社区体育发展路径研究

## ——基于武汉市、宜昌市与恩施市部分社区的调查

罗艳丽

(湖北大学 体育学院, 湖北 武汉 430062)

**摘要:** 本文运用访谈法、问卷调查法等方法研究武汉市、宜昌市以及恩施市部分社区体育工作现状及路径。研究表明: 大部分社区存在体育设施缺乏, 维修工作不到位等现象, 只有极少数社区新增了体育设施; 仅有少数居民对社区体育组织者有所了解; 在疫情前后, 大部分居民参与体育活动的积极性有所提高, 但参与度并未随之递增; 认为有必要参与社区体育活动的居民占比较高, 且积极性高, 但满意度较低; 各社区之间的体育发展现状存在差异性; 家庭成员每周锻炼频率与个人每周锻炼时间比例对居民每周参加社区体育活动的频率起到了正向作用。大部分社区居民的幸福感的平均值在80以上, 居民参加社区体育活动的积极性与个人每周锻炼频率对居民的幸福感的促进作用。

**关键词:** 城镇; 社区体育; 逐步回归; 居民幸福感; 群众体育

## An Analysis on the Influence and Path of Community Sports Development in Some Towns and Cities of Hubei Province

LUO Yan-li

(School of Physical Education, Hubei University, Wuhan 430062, China)

**Abstract:** Objective To investigate the basic situation of some urban communities in Hubei Province, analyze its influencing factors and existing problems, and put forward relevant suggestions to provide some ideas for the development of community sports. Methods 7 communities in Wuhan City, Yichang City and Enshi City were visited through interviews and questionnaires. Results & Conclusion The lack of sports facilities and inadequate maintenance work existed in most communities, and only a few communities had new sports facilities. Only a small number of residents know more about community sports organizers; Before and after the epidemic, the enthusiasm of most residents to participate in sports activities increased, but the participation did not increase accordingly. The proportion of residents who think it is necessary to participate in community sports activities is relatively high, and the enthusiasm is high, but the satisfaction is low; The status quo of sports development is different among different communities. The proportion of weekly exercise frequency of family members and weekly exercise time of individuals has a positive effect on the frequency of weekly participation in community sports activities. The average happiness of most community residents is more than 80 points, and the enthusiasm of residents to participate in community sports activities and the frequency of individual weekly exercise can promote the happiness of residents.

**Key words:** Town; Community sports; Stepwise regression; Residents' happiness; Mass sports

群众体育是体育强国建设与全民健身的重要组成部分,社区体育建设是促进群众体育发展的有效途径<sup>[1]</sup>。社区作为居民日常生活的空间,是实现政府、社会和居民互动的桥梁,也是国家治理体系与治理能力的基本单位<sup>[2]</sup>。城镇社区作为现代基层社会治理的“神经末梢”,是推进国家治理体系与治理能力现代化的重要阵地,是满足人民日益增长的美好身体与精神生活的“最后一公里”<sup>[3]</sup>。

当前我国农村公共体育服务存在供给方式单一的现象,农村公共体育服务存在专业人员资源缺乏,村委会将公共体育服务治理视为边缘性事务的消极应对心态等问题<sup>[4]</sup>。而后疫情时代,国家政策导向与人民健康意识逐步将体育运动思想推向“高潮”,人们将“体育锻炼”作为促进健康、预防疾病的重要手段。

城镇社区是居民进行体育锻炼的主要活动场所,因此,推进城镇社区体育建设与治理成为建立更高水平的群众体育公共服务体系、实现国家全面健身重要战略不可忽视的强大抓手<sup>[5,6]</sup>。而现有主要相关研究多以策略路径和理论政策等宏观层面对社区体育发展进行分析,例如杨小帆等人通过分析美国社区推行体育锻炼的成功经验,提出改善我国社区体育行为的途径<sup>[7]</sup>,曹垚等人结合“三社联动”分析了我国城市社区体育治理的现状<sup>[8]</sup>。综上所述,前人研究中以社区居民、社区体育工作者和管理人员为主体,对社区体育发展现状进行深入调查的研究相对较少,因此有必要对社区主体展开“第一人称”的调查,为政策制定与评估提供第一手真实资料。

本研究详细调查了武汉市、宜昌市以及恩施市的部分城镇社区,主要了解三个市区目前开展的社区体育活动以及居民参加社区体育活动的状况及差异性,探讨社会体育活动有效开展的影响因素,并以此提出相关合理的建议。

## 1 研究对象与方法

### 1.1 研究对象

本研究采用方便抽样的方法,利用大学生暑期社会实践的机会,以湖北省武汉市、宜昌市、恩施市三个地区的社区居民为调查对象,重点对7个社区的部分居民进行了问卷调查。最终共收集174份有效问卷,其中湖口社区72份、大桥新区27份、鸣凤社区10份、龙凤社区14份、绿水镇10份、长阳资丘镇10份、都亭街道26份。另外对每个社区2名工作人员进行了实地访谈。

### 1.2 研究方法

#### 1) 文献资料法

本研究在易念、康江辉等人研究的基础上<sup>[9]</sup>,根据本次调查的实际情况编制了《社区体育活动调查问卷》和社区工作人员访谈大纲,该问卷从社区体育设施、体育活动组织及形式,居民参加体育锻炼的时间、态度以及幸福感等五个维度进行了调查,共包含了20道问题。问卷发放与回收均通过线上转发与线下面对面扫码填写问卷的形式进行。

#### 2) 问卷调查法

刑占军<sup>[10]</sup>在中国城市居民主观幸福感量表的基础上,通过鉴别力指数分析,并进行反复筛选,最终得到20个项目,同时以SWLS、单一自陈量表作为校标进行检验,形成了中国城市居民主观幸福感量表简本,并已被证明能测量中国城市居民主观幸福感。

本研究问卷发放数量共191份,回收有效问卷174份,问卷有效回收率达到91%;问卷题目的信度检验,结果显示 $\alpha=0.720$ 。访谈大纲针对社区工作人员进行调查,主要从国家政策执行、社区体育设施及管理、社区体育活动开展及居民响应等角度展开调查。

#### 3) 数理统计法

本研究实验数据采用Excel统计,并通过SPSS26.0对所得数据进行逐步回归线分析和非参数检验,比较三个市区的社区居民进行体育活动的差异性,以及探讨居民参与社区体育锻炼的影响因素。

## 2 结果与分析

### 2.1 社区体育设施的现状

社区居民对所在社区体育设施的了解情况一方面可以反映社区体育活动开展的普及度与接受程度,另一方面也在一定程度上反映了居民进一步使用体育设施进行锻炼的意愿和可能性。访谈结果显示,小区设施数量为2~3处的占比为71.43%,4个小区的体育设施有专人管理。从调查报告可以看出,50%以上的居民认为社区的体育设施比较完好,但鸣凤社区、龙凤社区的居民认为小区体育设施存在新增情况不容乐观,占比10%以下。

通过访谈结果与调查问卷结果对照发现,大桥新区约53.57%、鸣凤社区约72.73%的居民较了解所住小区体育设施的数量;湖口社区约60.27%、大桥新区约50%、鸣凤社区约63.63%的居民对所在社区体育设施管理的情况较为了解;鸣凤社区约18.18%、龙凤社区约33.33%、绿水镇约22.22%、都亭街道约33.33%的居民均反映所在社区存在体育设施损坏未及时修理的现象(详见表1)。

表1 各社区体育设施数量、管理、完好度与新增情况及居民了解情况

社区	访谈结果			问卷结果 (%)			
	设施数量(处)	2~3处	设施管理	完好度		新增情况	
				是	否	有	无
湖口社区	3	41.10	是	60.27	4.11	49.32	16.44
大桥新区	3	53.57	是	50	3.57	28.57	35.71
鸣凤社区	2	72.73	是	63.63	18.18	9.09	36.36
龙凤社区	1	26.67	否	0	33.33	6.67	53.33
绿水镇	2	44.44	否	22.22	22.22	44.44	44.44
长阳资丘镇	2	45.45	否	27.27	9.09	18.18	45.45
都亭街道	4	48.15	是	33.33	33.33	25.92	33.33

## 2.2 社区体育活动的组织及形式

近年来,社区组织在居民日常生活中承担着越来越多的管理和服务功能。本研究考察的另一项内容是社区体育活动的组织情况和开展形式,即社区居民是否参与体育活动及他们在何种程度上受到社区基层组织的引导和组织,以及社区内开展常见的体育锻炼形式有哪些,等等。

### 1) 社区体育活动的组织者

根据访谈结果可知,除都亭街道设有社会体育机构(社团)组织外,其他社区均为居民自行组织体育活动。问卷结果表明,大部分小区的体育活动主要由居民自发组织。通过访谈结果与问卷调查结果发现,长阳资丘镇54.54%的居民较了解社区体育活动的组织者,而都亭街道77.78%、龙凤社区66.67%、鸣凤社区63.64%以及湖口社区61.65%的居民均对所住社区体育活动的组织者还不够了解(详见表2)。

表2 各社区体育活动组织形式及居民了解情况

社区	访谈结果	问卷结果选项占比(%)
	体育活动组织形式	居民自发组织
湖口社区	居民自发	38.35
大桥新区	居民自发	46.43
鸣凤社区	居民自发	36.36
龙凤社区	居民自发	33.33
绿水镇	居民自发	44.44
长阳资丘镇	居民自发	54.54
都亭街道	社会体育机构(社团)	11.11

### 2) 社区体育活动的形式

社区体育活动形式采用多选题的形式进行调查。使用卡方统计量进行显著性检验,表3显示,社区体育活动形式的拟合优度检验呈现出显著性差异( $P=0.000$ )。响应率和普及率都可以很好地反应居民对不同体育活动

形式的喜爱程度。从响应率和普及率可以看出,广场舞和健身器材是最受居民欢迎的运动形式,其次是球类运动。

表3 各社区体育活动组织形式的响应率与普及率

运动形式	响应		普及率 %
	<i>n</i>	响应率 %	
广场舞	115	23.09	230.00
趣味运动会	28	5.62	56.00
跑步	73	14.66	146.00
健步走	64	12.85	128.00
健身器材	97	19.48	194.00
球类运动	80	16.06	160.00
其他	41	8.23	82.00
总计	498	100.00	996.00

注:拟合优度检验: $X^2=788.834$ ,  $P=0.000$ 。

## 2.3 居民参与社区体育活动的现状

本研究主要从社会体育活动参与程度、陪同情况以及活动参与的时间频率等方面,对居民参与所在社区体育活动的现状进行了问卷调查。

### 1) 居民疫情前后社区体育活动的参与度

通过对社区工作者的访谈,了解到居民对健身器械的利用率较高,参加体育活动的积极性也较高,但场地器械的利用率和参与体育活动的具体情况并未在访谈中统计出实际数据。

由表4可知,目前湖口社区45.21%、长阳资丘镇36.36%的居民参加社区体育活动较积极;但从总体上看,各社区居民参与体育活动的频率并不高,这与访谈结果存在差异。疫情前后对比发现,除大桥新区以外,其他社区居民参加社区体育活动的积极性都有所下降,经统计发现,造成此现象的主要原因是迫于经济压力,疫情结束后的工作时间加长,导致锻炼时间受限。

表4 居民参与社区体育活动占比的情况

社区	疫情前 (%)	疫情后 (%)
湖口社区	60.27	45.21
大桥新区	7.14	14.29
鸣凤社区	45.45	18.18
龙凤社区	20	13.33
绿水镇	22.22	22.22
长阳资丘镇	54.54	36.36
都亭街道	55.56	29.61

居民认为社区未组织体育活动原因的拟合优度检验差异不显著 ( $p=0.263$ ), 统计结果显示, 大部分居民认为无经费是社区未组织体育活动的主要原因, 并且部分居民认为社区没有组织体育锻炼的职能和义务。

居民未参与社区体育活动原因的拟合优度检验差异不显著 ( $p=0.192$ ), 统计数据显示大部分居民未参加社区体育活动的主要原因是没有空闲时间。

居民对体育活动场地选择的拟合优度检验差异不显著 ( $p=0.087$ ), 结果显示, 除社区外, 公园、广场和体育场馆是居民进行日常锻炼的主要场所。

#### 2) 社区体育活动参与人数及运动陪同情况

由表5可知, 除湖口社区和都亭街道外, 大部分居民都是独自进行体育锻炼, 另外经统计, 有固定运动伙伴与不固定运动伙伴的人数占比大致相同。长阳资丘镇45.45%、都亭街道40.74%的居民表示社区参与活动的人数在15人以下, 各社区居民参加体育活动的人数主要集中在15人以下和16~30人的范围内, 经统计发现, 各社区50%左右的居民表示对所住社区参与体育活动的人数不太清楚。

表5 社区体育活动参与人数及运动陪同情况

社区	独自运动 (%)	15人以下 (%)
湖口社区	43.84	30.14
大桥新区	71.43	32.14
鸣凤社区	63.63	27.27
龙凤社区	53.33	26.27
绿水镇	66.67	33.33
长阳资丘镇	63.63	45.45
都亭街道	40.74	40.74

#### 3) 居民每周参与社区体育活动的频率

如表6所示, 每周参与社区体育活动频率较高的社区依次为湖口社区、都亭街道以及长阳资丘镇; 大桥新区、绿水镇居民每周参与社区体育活动的频率几乎为0。

表6 居民个人与家庭成员每周参加社区体育活动的频率 (%)

社区	类别	0次	1次	2~3次	3次以上	不清楚
湖口社区	个人	13.70	23.29	39.73	20.55	0
	家庭成员	20.55	19.18	35.62	3.57	0
大桥新区	个人	39.29	14.29	39.29	7.14	0
	家庭成员	50	10.71	35.71	3.57	0
鸣凤社区	个人	36.36	0	54.54	9.09	0
	家庭成员	36.36	9.09	45.45	9.09	0
龙凤社区	个人	26.67	40	13.33	20.00	0
	家庭成员	33.33	20	20	26.67	0
绿水镇	个人	33.33	11.11	33.33	22.22	0
	家庭成员	55.56	0	33.33	11.11	0
长阳资丘镇	个人	18.18	36.36	36.36	9.09	0
	家庭成员	18.18	36.36	36.36	9.09	0
都亭街道	个人	25.93	22.22	29.63	22.22	0
	家庭成员	33.33	25.93	33.33	7.41	0

#### 4) 居民参加社区体育活动的占比

如表7所示, 湖口社区、龙凤社区、鸣凤社区以及都亭街道的居民参加体育活动占个人业余时间比例较高, 其中鸣凤社区 > 都亭街道 > 龙凤社区 > 湖口社区; 而湖口社区、鸣凤社区以及绿水镇居民参加体育活动占个人锻炼时间比例较高, 其中鸣凤社区 > 湖口社区 > 绿水镇。

表7 居民参加社区体育活动相对个人业余时间与锻炼时间的占比 (%)

社区	类别	0~25	26~50	51~75	76~100
湖口社区	业余时间	63.01	21.92	5.48	9.59
	锻炼时间	57.53	21.92	12.33	6.85
大桥新区	业余时间	85.71	14.29	0.00	0.00
	锻炼时间	85.71	14.29	0.00	0.00
鸣凤社区	业余时间	54.54	27.27	7.41	0.00
	锻炼时间	36.36	36.36	27.27	0.00
龙凤社区	业余时间	73.33	20	6.67	0.00
	锻炼时间	66.67	26.67	0.00	6.67
绿水镇	业余时间	66.67	33.33	0.00	0.00
	锻炼时间	66.67	22.22	11.11	0.00
长阳资丘镇	业余时间	63.63	27.27	0.00	9.09
	锻炼时间	54.54	36.36	0.00	9.09
都亭街道	业余时间	70.37	18.52	11.11	0.00
	锻炼时间	70.37	25.93	3.70	0.00

## 2.4 居民对参加社区体育活动的态度

#### 1) 居民对社区体育活动组织必要性的态度

如表8所示, 湖口社区、鸣凤社区、龙凤社区、绿水镇以及长阳资丘镇居民认为所住地区有必要组织体



育活动的占比达 80% 以上，其中湖口社区和长阳资丘镇达 90% 以上的居民认为社区组织体育活动是有必要的。

表 8 居民对社区组织体育活动的态度 (%)

社区	有必要
湖口社区	90.41
大桥新区	78.57
鸣凤社区	81.81
龙凤社区	86.67
绿水镇	88.89
长阳资丘镇	90.91
都亭街道	59.26

## 2) 居民参与社区体育活动的满意度和积极性

如表 9 所示，除绿水镇以外，其他社区有 50% 以上的居民对社区组织的体育活动较为满意，其中都亭街道的居民满意度最高，占比 88.89%；大桥新区、鸣凤社区与都亭街道 60% 以上的居民都愿意参加社区体育活动，且积极性较高。

表 9 居民参加社区体育活动的满意度与积极性

社区	类别	肯定 (%)
湖口社区	满意度	53.42
	积极性	46.58
大桥新区	满意度	71.43
	积极性	67.86
鸣凤社区	满意度	72.72
	积极性	63.67
龙凤社区	满意度	80.00
	积极性	40.00
绿水镇	满意度	44.44
	积极性	33.33
长阳资丘镇	满意度	63.63
	积极性	36.36
都亭街道	满意度	88.89
	积极性	62.96

此外，将居民的满意度、积极性分别与居民的职业、学历进行相关性分析，得出两者都与居民的职业、学历存在显著性 ( $P=0.000$ )。

## 2.5 社区体育活动的优缺点

### 1) 社区体育活动的优点

社区体育活动的优点拟合优度检验呈现出显著性差异 ( $P=0.000$ )，从表 10 的调查结果中可以看出，居民普遍认为参与运动主要有助于促进身体健康和释放压力，

还有大部分居民认为参加体育活动可以提供居民间沟通交流的机会，增进社区居民以及家庭成员之间的感情，以及丰富居民的闲暇活动。

表 10 居民参加社区体育活动优点的满意度与积极性

运动优点	响应		普及率 %
	n	响应率 %	
增进社区居民之间的感情	105	14.87	210.00
促进身体健康	119	16.86	238.00
丰富日常生活	109	15.44	218.00
释放压力	111	14.61	222.00
塑造美好的体型	73	10.34	146.00
时间和地点便利	62	8.78	124.00
更加经济	54	7.65	108.00
相对安全，免受疫情和不法分子影响	53	7.51	106.00
其他	20	2.83	40.00
总计	706	100.00	1412.00

注：拟合优度检验： $\chi^2=788.834$ ， $P=0.000$ 。

### 2) 社区体育活动的缺点

社区体育活动的优点拟合优度检验呈现出显著性差异 ( $P=0.000$ )，从表 11 的调查结果中可以看出，设施不够多样化，锻炼形式单一是影响居民参加社区体育活动积极性的首要原因；其次，部分居民认为社区缺乏专业的社会体育指导员，许多健身器械无法发挥出最大价值，尤其是老年人对健身器材的使用较为困难；部分居民反应社区场地器材较少，供不应求，这在一定程度上降低了居民进行社区体育锻炼的频率。

表 11 居民参加社区体育活动缺点的积极性与满意度

运动作用	响应		普及率 %
	n	响应率 %	
设施不够多样化，锻炼形式单一	86	24.43	172.00
设施安全性不够高，受伤风险较大	39	11.08	78.00
场地设施太少，居民太多，过于拥挤	71	20.17	142.00
社区缺乏体育锻炼专业指导人员	76	21.59	152.00
缺乏锻炼伙伴	34	9.66	68.00
其他	46	13.07	92.00
总计	352	100	704.00

注：拟合优度检验： $\chi^2=367.197$ ， $P=0.000$ 。

## 2.6 各社区之间的差异性比较

非参数检验结果显示，社区的设施管理、设施数量、设施新增情况、设施完好度、参加体育活动的积极性与满意度、个人与家庭成员每周锻炼频率，以及参加体育

活动占个人锻炼时间与个人业余时间的比例均呈现出显著性差异 ( $P=0.000$ )。

导致这些差异的主要原因如下: (1) 研究调查的社区有区域及地段限制, 各社区的发展现状存在差异, 直接影响居民对社区体育活动的期望值, 例如湖口社区位于湖北省省会城市武汉, 居民对社区体育活动的期望值非常高; (2) 各社区居民年龄段、职业不同, 例如绿水镇、都亭街道等乡镇社区中老年人数量占比高, 大多数居民的体育活动主要是广场舞、健步走等运动强度不高的项目。

## 2.7 影响居民锻炼频率的主要因素分析

以居民每周参加社区体育活动的频率为因变量 ( $Y$ ), 对调查者的年龄、性别、职业、体育活动组织者、设施数量、完好度、管理及新增情况、参与人数与运动陪同情况、个人积极性和满意度、家庭成员每周锻炼频率、个人锻炼与个人业余时间占比以及社区体育活动组织的必要性为自变量 ( $X$ ) 进行逐步回归分析。再将家庭成员每周锻炼频率与个人每周锻炼时间比例两个自变量代入逐步回归模型, 得出  $R=0.642$ ,  $R^2=0.413$ , 经调整后的  $R^2=0.406$ , 证实了居民每周参加社区体育活动的频率有 40.6% 是受家庭成员锻炼频率与个人锻炼时间比例两个变量影响的。由表 12 得知回归方程为:  $Y=0.844+9.062X_1+3.920X_2$ 。

表 12 影响居民锻炼频率因素的线性回归统计量

模型	未标准化系数		标准化系数		
	B	标准化错误	Beta	t	P
(常量)	0.844	0.158		5.349	0
家庭成员锻炼频率	0.509	0.056	0.533	9.062	0
占个人锻炼时间比例	0.299	0.076	0.230	3.920	0

注: 因变量: 每周锻炼频率。

其中,  $Y$  为每周锻炼频率,  $X_1$  为家庭成员每周锻炼频率,  $X_2$  为个人每周锻炼时间比例。从表 12 可以得知, 两个变量对居民参加体育活动的频率起到了一定的正向作用, 且家庭成员锻炼频率比占个人锻炼时间比例的影响更大, 其系数分别为 9.062、3.920。

上述统计结果表明, 家庭成员的锻炼可以极大地带动居民参加社区体育活动, 增加居民的运动频率与时间。因此, 社区体育组织者可以设计针对家庭成员开展的活动, 提升居民参与社区体育活动的积极性和主动性。此外, 社区体育组织者可以调查并统计居民参与体育锻炼的时间段, 以居民楼栋为单位高效使用运动场地与健身器材, 提高居民体育锻炼的参与度。

## 2.8 部分发展影响因子与居民幸福感的相关性分析

通过邢占军关于中国城市居民主观幸福感量表简本的编制, 对 7 个社区的居民进行幸福感问卷调查, 问卷包含“社会给人们提供了越来越多的出路”“我对家里的经济状况感到满意”“我很为自己的健康状况感到苦恼”等 20 个问题, 最后通过量表计算出居民的幸福指数<sup>[10]</sup>。

通过表 13 可以看出, 除龙凤社区、都亭街道外, 其他社区居民的幸福指数平均值都在 80 以上, 其中大桥新区居民的幸福指数最高。

表 13 居民参加社区体育活动的积极性与满意度 ( $\bar{x}$ )

社区	幸福感(分)
湖口社区	83.66
大桥新区	84.71
鸣凤社区	82.73
龙凤社区	79.13
绿水镇	83.78
长阳资丘镇	82.91
都亭街道	79.19

将居民参与活动积极性与个人锻炼频率两个自变量代入逐步回归模型。如表 14 所示, 居民的幸福指数在一定程度上受到居民参加体育活动积极性与居民个人锻炼频率的影响, 得到回归方程为:  $Y=73.495+0.886X_1+2.150X_2$ 。

其中,  $Y$  为居民的幸福指数,  $X_1$  为居民参加体育活动的积极性,  $X_2$  为居民个人每周锻炼频率。居民参加体育活动的积极性与居民个人每周锻炼频率对居民的幸福指数起到了正向作用, 从表中可知, 两个变量的影响大小为个人每周锻炼频率 > 运动积极性, 其系数分别为 2.150、0.886。

上述统计结果表明, 居民参与体育运动的渴望值与个人进行体育锻炼的频率的增高, 能够使居民幸福指数的数值得到一定的提升。因此, 保证健身器材的数量、完好度以及合理组织社区体育活动、调动家庭成员参加社区体育活动等能够提高居民的生活质量、充实居民的精神世界。

表 14 部分影响因子与幸福感的线性回归统计量

模型	未标准化系数		标准化系数		
	B	标准化错误	Beta	t	p
(常量)	73.495	4.199		17.503	0.000
运动积极性	1.014	1.145	0.069	0.886	0.037
个人锻炼频率	2.326	1.082	0.167	2.150	0.033

注: 因变量: 幸福值。

### 3 讨论

#### 3.1 居民参与社区体育活动的主要特征和影响因素

本研究从社区工作人员与居民的角度出发,对各社区体育活动的开展现状进行了实地考察,并对实验数据进行详细的统计与分析,最后从主要特征和影响因素两个方面阐述实验结果。

##### 1) 居民参与社区体育活动的主要特征

实验结果表明,居民参加社区体育活动有以下特征:

(1)部分居民对参加社区体育活动表现出很高的积极性,但大部分居民对所住社区组织体育活动的态度不容乐观;(2)部分社区对体育活动的组织重视度不够,未能深刻意识到体育活动对健康的重要促进作用,往往忽视了组织社区体育活动这一板块,这在一定程度上弱化了居民参加体育活动的积极性,不利于居民整体健康水平的提升,容易成为社区发展道路上的绊脚石;(3)随着疫情后居民健身意识的提升,社区应成为居民进行体育活动最直接方便的活动场所,但是大部分社区的体育设施仍然存在缺少、无人管理等现象。

##### 2) 居民参与社区体育活动的影响因素

本次研究结果证实了家庭成员参加体育活动的频率对居民进行体育锻炼的频率起到了极大的促进作用,后期社区组织体育活动可以从这一方面入手,将这一因素设计到体育活动的某一环节中,提高居民参加体育活动的积极性,增加运动频率,推动社区体育的发展。

#### 3.2 参与社区体育活动对居民幸福感的影响

体育锻炼能够内在消除居民的负面情绪,增强交际能力,促进身体与精神的双重幸福感<sup>[11]</sup>,部分居民的幸福感降低,在一定程度上可能是由于社区体育活动较少或组织形式较单一。本次实验结果表明,保证健身器材的数量、完好度以及合理组织社区体育活动、调动家庭成员参加社区体育活动等方式,能够提高居民的生活质量以及幸福感,充实居民的精神世界。

#### 3.3 社区工作人员对开展社区体育活动的态度与认识

本次研究结果仍然存在部分不确定因素,有待进一步考察。首先,从被访谈者的视角出发,部分工作人员可能基于上层压力对访谈部分问题的回答存在保守与谨慎态度,这对此次调查数据的真实性与权威性有待进一步考察;其次,从被调查者的视角出发,部分居民的体育健身意识薄弱,对社区体育活动期望值较低,因此对问卷部分问题的回答都采取满意态度,不符合自身实际情况;最后,此次调查时间处于暑假,有部分居民因旅游、休假等原因短暂离开社区,仅调查部分居民具有片面性,未能遵守整个社区随机抽查的区域全面性;另外,本研

究的主要缺陷在于只对湖北省内武汉市、宜昌市、恩施市作为样本对居民进行调查,研究结论是否适用于其他城市,还需在更广的范围内进行调研,验证这一结论的普遍性对于我国整体城镇化路径选择具有重要意义<sup>[12]</sup>。

### 4 结论与建议

#### 4.1 结论

(1)体育健身器材是部分乡镇居民的主要运动工具,然而本研究调查得知,在湖北省的7个社区中,大多数居民反映居住社区体育设施匮乏、器材老化,检修工作有待进一步优化;此外,开展篮球、羽毛球等大型运动场地的社区较少。

(2)根据本研究所调查的湖北省三个市区的7个社区可以看出,大部分社区体育活动组织都是由居民自发组织的,居民对所住社区体育活动组织者不太清楚的占比颇高;广场舞和健身器材是居民进行身体锻炼的常见运动种类,其次是球类运动。

(3)本研究所调查的大部分居民对参加社区体育活动的积极性较高,但实际居民对于社区体育活动的参与度较低,从一定程度上反映出居民有增强体育锻炼的意识,但缺乏行动力;此外,居民每周参与社区体育锻炼与个人锻炼、个人业余的时间比例较低,只有极个别社区例外,说明无论是在日常锻炼时间段或是业余时间,只有极少部分社区居民会选择在该社区进行体育锻炼。

(4)湖北省所调查的3个市区中,部分社区组织的体育活动人数基本在0~30人以内,以15人以下为主;大部分社区的居民都是独自参加体育活动,占比在40%~70%之间,只有少部分居民参加运动有固定的运动伙伴。

(5)本研究所调查的湖北省7个社区之间体育发展现状存在一定的差异,这可能是由于各社区所处市区、地理位置以及居民年龄段、职业的不同导致的,从而使各社区体育发展存在一定程度的差异。

(6)社区家庭成员每周锻炼频率与个人每周锻炼时间比例对居民每周参加社区体育活动的频率起到了正向作用。由此可以看出,随着家庭成员以及居民个人增加体育锻炼频率,会相应地提升居民在该社区进行锻炼的参与度。

(7)居民参加体育活动的积极性与居民个人每周锻炼频率对居民的幸福感起到了一定的正向作用。这说明当社区居民热爱体育运动并且呼声较高时,幸福感会相应提升;此外,当居民将这一想法付诸实际行动,且锻炼频率增加时,社区居民幸福感提升更为显著。

#### 4.2 建议

根据此次调查湖北省三个市区部分社区体育开展现



状、存在的问题以及被调查者的真实反馈, 本文从研究和实践两个方面提出相关建议。

### 1) 研究建议

在研究方法上, 采用多种研究方法以提高研究结果真实性。如在调查问卷上对研究对象的年龄、职业以及家庭状况等要做到详细记录、分类统计, 这对最终的研究结果都有可能存在影响。在研究过程中, 对出现的问题做好详细记录, 后期提出相应的对策, 以便下次研究工作的开展。在问卷调查过程中, 对不识字的调查者要做到实时讲解, 在研究数据统计中, 对初次计算的结果进行二次验算, 在文章发表上, 要及时撰写并进行投稿工作等, 以提高研究结果真实性、准确性及有效性。

### 2) 实践建议

首先, 加快湖北省乡镇社区体育健身设施的建设, 以满足中老年人的运动需求。合理增设篮球、羽毛球等大型运动场所, 减少部分球类爱好者进行体育锻炼的路程消耗, 为居民提供运动出行便利。其次, 提高湖北省社区工作人员组织居民参加体育活动的频率。增设社区体育工作者岗位, 如社区体育指导员、体育设施管理员等, 促进体育组织与管理的专业化, 提升居民参加体育活动后的体验感<sup>[13, 14]</sup>。通过体育价值知识宣传、活动奖励机制等方式, 调动居民参加体育活动的积极性, 提升居民幸福感, 促进社区体育更好地发展<sup>[15]</sup>。再次, 为湖北省社区居民提供多样化的运动环境。根据调查统计居民的运动喜好, 再根据大体趋势合理安排多样化的运动方式<sup>[16]</sup>。然后, 采用线下+线上双向体育活动宣传模式。线下通过口头、发传单以及制作社区大门宣传栏等途径, 线上通过社区广播、网站以及社区群主群等方式进行大力宣传, 设立奖励机制, 提高居民参与体育活动的积极性<sup>[17]</sup>。此外, 多设计以家庭成员为单位的体育活动。如以夫妻、亲子等团体进行体育活动的小游戏, 促进家庭和睦, 同时也拉近了居民之间的距离。最后, 组织以湖北省社区居民感兴趣的体育项目为核心的体育赛事, 有效提高居民幸福感。居民对体育赛事参与度的提高, 在一定程度上也加强了居民的文化认知, 提高了居民的城市归属感<sup>[18, 19]</sup>。

## 参考文献

- [1] 孟云鹏. 十八大以来我国社区体育治理的主要成就、现实困境与纾困之道[J]. 天津体育学院学报, 2021, 36(3): 323-331.
- [2] 任云兰. 我国城市社区体育供需矛盾及治理路径[J]. 体育文化导刊, 2019(11): 67-71, 91.
- [3] 杨桦. 深化体育改革推进体育治理体系和治理能力现代化[J]. 北京体育大学学报, 2015, 38(1):

1-7.

- [4] 马德浩. 新时代我国农村公共体育服务的治理困境及其应对策略[J]. 体育与科学, 2020, 41(1): 104-111.
- [5] 龙道金, 刘佳. 后疫情时代城市社区体育的机遇、挑战与策略[J]. 当代体育科技, 2023, 13(23): 77-81.
- [6] 丁方凯, 赵雪峰. 社区体育治理能力现代化困境与纾解[J]. 体育文化导刊, 2021(6): 26-32.
- [7] 杨小帆, 吴相雷, 李卫东, 等. 美国城市社区体育的发展模式、组织型态与经验[J]. 成都体育学院学报, 2021, 47(1): 79-86.
- [8] 曹焱, 白光斌. 我国城市社区体育治理的困境与超越[J]. 体育与科学, 2021, 42(1): 56-60, 66.
- [9] 易念, 康江辉, 郑轩, 等. 湖北省部分城市社区体育开展现状和发展路径[J]. 湖北体育科技, 2021, 40(12): 1049-1053, 1068.
- [10] 邢占军. 中国城市居民主观幸福感量表的编制研究[D]. 上海: 华东师范大学, 2003.
- [11] 刘朝辉. 体育锻炼对大学生负性情绪的影响——自我效能感与心理韧性的中介和调节作用[J]. 体育学刊, 2020, 27(5): 102-108.
- [12] 付春明, 陶永纯. “患不均, 更患不公”: 体育资源供给的“公平”与“冲突”[J]. 体育与科学, 2017, 38(4): 49-54, 48.
- [13] 史红杰. 信阳市城市社区居民体育健身活动调查研究[D]. 信阳: 信阳师范学院, 2021.
- [14] 周铭扬, 白杨, 缪律, 等. 新时代城市社区体育治理现状、目标与路径[J]. 体育文化导刊, 2021(1): 1-7.
- [15] 时益之, 关博. 社会组织参与城市社区体育治理的路径研究[J]. 体育与科学, 2021, 42(6): 22-28.
- [16] 施生旭, 周晓琳, 郑逸芳. 韧性社区应急治理: 逻辑分析与策略选择[J]. 城市发展研究, 2021, 28(3): 85-91.
- [17] 丁洁, 黄亚玲, 李聿铭. 我国社区体育社会组织能力建设研究[J]. 体育文化导刊, 2021(7): 72-77.
- [18] 冯亚平. 城市规模、公共服务满意度与居民主观幸福感——以武汉城市圈为例[J]. 中国人口·资源与环境, 2015, 25(S1): 358-362.
- [19] 黄颖, 邓富民, 金亚男. 大型体育赛事居民参与度与主观幸福感的链式中介效应研究[J]. 北京体育大学学报, 2021, 44(1): 104-115.