

高新技术企业员工体育锻炼调查与分析

于少勇¹, 郭义军²

(1. 西安电子科技大学 体育部, 陕西 西安 710071; 2. 西安交通大学 体育部, 陕西 西安 710048)

摘 要:对西安高新技术产业开发区内的高新技术企业员工参与体育锻炼的情况进行了抽样调查。结果显示:男女员工对体育的认知态度较为积极,但与实际的体育行为存在背离现象,男女参与体育的动机着重表现在生理、心理和社会需求3个方面,呈现出多元化。体育活动已成为一些员工进行业务洽谈的平台,老总级人物和高级管理人员的体育消费档次极高,员工学历由高到低,每周参与体育锻炼的次数呈上升趋势。

关键词:高新技术; 企业; 员工; 体育锻炼

中图分类号: G812.41 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2005)03-0038-04

The survey and analysis of physical exercising carried out by the employees in advanced new technology enterprises

YU Shao-yong¹, GUO Yi-jun²

(1. Department of Physical Education, Xi'an University of Science and Technology, Xi'an 710071, China;
2. Department of Physical Education, Xi'an Traffic University, Xi'an 710048, China)

Abstract: The authors carried out a sampling survey on the situation of physical exercising carried out by the employees in advanced new technology enterprises in advanced new technology industrial development zone in Xi'an city, and revealed the following findings: The attitude of the male and female employees in recognizing the importance of physical exercising is quit positive, but it deviates from actual physical exercising behavior; the motive of the male and female employees for participating in physical exercising is mainly shown in three aspects, namely, physiological need, psychological need and social need, or in any combination of these three aspects; physical exercising has become a platform for some employees to do business; the class of spending by the bosses and senior administrators on physical exercising is extremely high; the frequency of physical exercising carried out by the employees weekly presents an ascending trend as their educational backgrounds rank from high to low.

Key words: advanced new technology; enterprise; employee; physical exercising

从1991年以来,我国已相继建立了53个国家级高新技术产业开发区(以下简称高新区)^[2],截至2000年底全国共有20796家高新技术企业,从业人员250万人,且每年以38%增长^[3]。作为国家“火炬计划”发展高新技术产业的重要组成部分,国家级高新区已成为我国最具活力的经济增长点和拉动区域经济的重要力量。因此,对于高新技术企业员工的身体健康和参与体育锻炼的状况应受到关注。西安高新区是国家科技部“十五”期间重点建设的5个国家级示范高新区之一,截至2003年底,被认定的高新技术企业894家,从业人员20余万人^[8],在全国具有代表性。因此,对西安高新区高新技术企业员工的体育锻炼现状进行调查和研究,探讨其群众体育的内在规律,寻找群众体育存在的问题,制定

发展对策,对于员工健康水平的提高,乃至国民经济的增长都具有非常深远的意义。

1 研究对象与方法

(1)研究对象。入驻开发区且被认定为高新技术企业的员工(见表1)。

(2)研究方法。据2000年国民体质监测卡片的问卷指标以及本研究的需要设计和发放调查问卷共800份,回收679份,回收率84.8%,其中有效问卷649份,有效率95.6%。

采用Excel2000对所有有效问卷进行常规数理统计和分析。

表 1 研究对象年龄及职业构成

性别	n/人	年 龄			职 业						
		25~35 岁	36~45 岁	46 岁以上	管理人员	科研人员	技术人员	办事人员	生产工人	营销人员	其他人员
男	351	241(68.72)	75(21.34)	35(9.94)	46(13.06)	75(21.38)	88(25.02)	40(11.33)	41(11.67)	20(5.89)	41(11.65)
女	298	229(76.78)	59(19.86)	10(3.36)	26(8.77)	32(10.68)	50(16.74)	64(21.56)	40(13.42)	34(11.51)	52(17.32)

2 结果与分析

2.1 不同学历员工参与体育锻炼情况

在调查对象中,学历情况为博士 5.8%、硕士 15.60%、大学本科 44.70%、大专 20.00%、大专以下 12.50%。调查显示,在每周参与锻炼的次数方面,硕士(含硕士)以上人员 < 本科 < 大专和中专。主要原因是具有硕士及以上学历的人员多数为管理和研发人员,平时工作繁重,压力大,而且这部分人的敬业精神又很强,所以几乎抽不出时间来进行体育锻炼;本科学历的员工多数为技术支持人员,相比之下,业余时间较多;而具有大专和中专学历的员工,多数为办事人员和技术工人,平时工作压力相对较小,业余时间较多,因此,他们参与体育锻炼的次数与方式也最多。

2.2 每周参加锻炼的频度及每次活动的时间

本文对高新技术企业员工对自身健康及对参加锻炼的态度进行了调查统计,结果见表 2 和表 3。

表 2 员工对自身健康态度调查统计 人(%)

性别	n/人	注重	有时注重	不太关注
男	351	149(42.37)	128(36.43)	74(21.20)
女	298	113(37.98)	103(34.67)	82(27.45)
总体	649	262(40.16)	231(35.55)	156(24.29)

表 3 员工对参加锻炼态度调查统计 人(%)

性别	n/人	非常愿意	有时愿意	不愿意
男	351	246(70.08)	92(26.33)	13(3.59)
女	298	193(64.66)	63(21.09)	42(14.25)
总体	649	439(67.83)	155(23.18)	55(8.99)

从表 2、3 中可以看出,高新技术企业员工对于体育的态度是积极的,但调查还显示,在 1 周中实际参加体育锻炼的人只占 67.98%(男 71.17%,女 64.63%)。这说明高新技术企业员工对体育健身的态度和实际参与的行为之间还具有背离现象。卢元镇等^[1]认为每周身体活动频度 3 次(含 3 次)以上,每次 30 min 以上,每次身体活动强度中等以上的判定标准是符合我国多数居民实际情况的,是可行的。另外,表 4 显示了此次对员工每周参加锻炼次数的调查统计情况。从每次身体活动的时间来看,有 56.13%(男 54.19%,女 58.07%)的员工在每次身体锻炼的时间超过 30 min。在锻炼时间的选择上,大部分员工都选择在双休日,这部分人占 61.34%(男 50.87%,女 71.86%),这也与高新技术企业的工

作性质、生活节奏、闲暇时间有关。此次调查中还得知,在入驻高新区的高新技术企业中,有大约 25%的企业上午 9:00 上班(如大唐电信、青松科技等),但参与调查的这部分企业员工利用此时间段进行锻炼的人数却非常少(占 8.43%),这可能与其生活习惯以及居住地离开发区较远有关。从活动强度方面的调查来看,在参与锻炼的员工中有 66.45%的人根本不清楚如何来衡量运动强度,另外有 19.75%的员工认为身体觉得累了就是有强度,这一点应引起高度的重视。由表 1 可知,此次调查的对象中有 68.72%的男性,76.78%的女性处在 25~35 岁这一年龄段,这与高新技术企业的性质和工作特点有相当大的关系。这部分人大多离开学校时间不长,多数都受过高等教育,但其对体育健身方法与知识的掌握程度却令人担忧,也为我们学校体育与健康教育再次敲响了警钟。以上分析同时表明,若按通常的对体育人口的判定标准来统计研究此群体,就显得不太合适。因此,随着社会的发展,对于高新区的高新技术企业员工乃至城市的职工体育人口的界定标准,还有待进一步研究。

表 4 员工每周参加锻炼次数调查统计 人(%)

性别	n/人	0 次	1~2 次	3 次以上
男	351	92(26.16)	152(43.31)	107(30.53)
女	298	113(38.00)	156(52.14)	29(9.86)
总体	649	208(32.02)	310(47.83)	131(20.15)

2.3 员工中参与体育锻炼者的动机与外在因素

调查还发现,高新技术企业员工参与体育锻炼的动机都着重表现在生理、心理和社会需要 3 个方面,呈现出多元化(见表 5)。其中强身健体、缓解压力以及交友 3 因子均排在参与体育锻炼动机的前 3 位。除去强身健体外,选其他两项人数较多的原因可能是高新技术企业中员工的工作压力大,竞争激烈,身心长期处于疲劳、紧张的状态。再者,可能是由于高新技术企业发展的势头强劲,吸引了来自四面八方的人才,其中大部分为刚刚从学校毕业的学生和慕名从各地前来的打工者。而且高新区内人才流动现象也非常普遍,这部分人新到一个工作岗位后,人生地疏,和同事、朋友及客户一同参与体育活动自然就成了其社会活动和交友的一个手段。从表 5 中还可看出,除强身健体外,不同岗位人群参与体育活动的动机也有所不同,这主要与其工作性质有关。另外还取决于不同岗位人群的经济收入状况,如对于消遣娱乐一项的选择,管理人员、科研人员和技术人员居前 3 位。

表 5 高新技术企业员工参与体育活动的动机调查统计¹⁾

类别	强身健体	缓解压力	社交交友	消遣娱乐	健美减肥	运动不足	提高运动能力	其他
管理人员	70.26	63.27	56.97	40.26	12.62	26.31	4.66	8.16
科研人员	74.68	58.53	46.59	36.19	10.58	24.79	3.87	6.97
技术人员	77.16	54.76	50.18	27.68	9.07	20.07	4.01	7.04
办事人员	72.47	58.09	69.14	22.73	37.66	16.53	1.33	5.77
生产工人	80.13	50.88	43.22	16.94	20.51	14.92	5.83	7.26
营销人员	70.96	63.11	59.11	19.66	43.29	14.11	1.62	4.94
其他人员	73.66	61.12	50.81	20.03	12.16	17.53	3.54	5.09
男	74.36	60.19	57.56	25.47	10.44	21.32	4.72	8.37
女	70.45	57.66	43.58	19.89	34.28	19.73	0.98	5.28

1)每人可选3项

对影响参与体育活动外在因素的选择中,男女情况不同。有 73.78% 的男员工选择“对体育有兴趣”,排在第 1 位;选择“受单位进行体育活动影响”的女员工占 61.21%,也列第 1 位。调查还表明,企业体育活动开展得好坏与老总对体育的爱好程度有极大的关系。而且从宏观来看,外企和有留学人员的企业体育活动开展得较好,如有些企业每天早上上班前组织员工集体进行广播操练习,能定期开展一些诸如野外拓展训练等群体活动,这可能与企业自身的文化和老总受国外企业的管理理念影响有关。值得一提的是,与其他人群参与体育活动相比,有 36.62% 的男员工和 24.64% 的女员工将开展业务的需要也列入其参与体育活动的外在因素中,这也反映出高新区的部分员工,尤其是管理人员、办事人员和营销人员将体育运动作为与客户交流沟通以及建立感情的一种公关的手段。与客户的业务洽谈已不再局限于办公室、酒吧和茶座等场所(如西安高新区新纪元国际俱乐部中的高尔夫球场和游泳馆就经常成了人们进行业务洽谈的场所)。

调查得知,影响高新技术企业男女员工参与体育活动的最重要的两个因素均为“缺乏业余时间”和“下班后身心就已经很疲劳”,而与经济因素无任何关系。这也从侧面反映出大部分高新技术企业的工作量和强度都比较大,与其企业的性质和管理有关。高新区内的土地可谓寸土寸金,而且区内主要是工作场所,因此在区内建造较多的可供运动的场所不太现实。

2.4 员工参与体育活动的主要场所、项目及形式

高新技术企业员工参加体育锻炼的主要场所与其他人群相比较为单一。男、女员工到收费体育场馆去的人数较多,分别占 60.25% 和 70.16%,这也反映出这一部分人的经济收入情况较优,体育消费的档次较高,而且许多人是利用晚上或节假日去收费体育场馆进行一次性较长时间的消费。

与同事在一起锻炼(占 73.03%)、与朋友和客户一起锻炼(占 71.68%)、与家人一起锻炼(占 62.09%)、个人独自锻炼(占 50.22%)、单位组织(占 51.36%)是高新技术企业员工参与体育活动的主要形式,造成这种形式的原因可能与研究对象的年龄特点有关。值得一提的是,随着经济和社会的发展,驾车出游进行户外休闲娱乐已经成为许多员工(尤其是薪水较高层)的时尚和追求。而未来的群众体育也必将融入

休闲产业,并且正在形成一个巨大的产业^[5]。通过以各种身体活动形式的休闲活动,使其疲惫的身心得到放松和调节,促进人的健康发展。

调查还显示,高新技术企业员工参与体育运动的项目与其的职位和薪水收入情况有非常大的关系。老总级人物和高级管理人员较多集中在高尔夫、室内游泳、羽毛球、健美和网球等项目,消费档次非常高。而其他男员工依次为:羽毛球、跑步、健美、乒乓球、保龄球和篮球等,女员工依次为:健美操和形体操、羽毛球、慢跑、乒乓球和保龄球等。

3 结论与对策

3.1 结论

(1)高新技术企业员工对体育的认知态度是积极的,但与实际的体育行为方面还存在背离现象。有 20.15% (男 30.53%,女 9.86%) 的企业员工 1 周参加体育锻炼超过 3 次(含 3 次),47.83% (男 43.31%,女 52.14%) 的员工在 3 次以下(不含 3 次),另外有 30.02% (男 26.16%,女 38%) 的员工不参加体育锻炼,每次锻炼时间超过 30 min 的占 56.13% (男 54.19%,女 58.07%),双休日是其进行体育锻炼的主要时间。高新技术企业员工对体育锻炼及健身的基本知识掌握程度令人担忧,以往对体育人口的判定标准不太适合对此群体的评价。不同学历的员工随着其学历的由高到低,每周参与体育锻炼的次数呈上升趋势。

(2)高新技术企业员工参与体育锻炼的动机都着重表现在生理、心理和社会需要 3 方面,呈现出多元化。企业体育活动开展的现状与企业老总对体育的爱好程度有着极大的关系,外企和有留学人员的企业中体育活动的开展相对较好,参与体育活动已逐渐成为一部分管理人员和办事人员与客户沟通、联络感情以及公关的一种手段。影响员工进行体育锻炼的主要因素是业余时间的缺乏和下班后身心疲劳,无法再进行体育锻炼。

(3)高新区企业员工参加体育活动的主要场所主要集中在收费体育场馆、公共体育场所、住宅小区、公路街旁和单位。老总级人物和高级管理人员较多集中在高尔夫、室内游泳、羽毛球、健美和网球等项目,体育消费档次极高。而其他员工男子依次为:羽毛球、跑步、健美、乒乓球、保龄球和篮球

等,女员工依次为:健美操和形体操、羽毛球、慢跑、乒乓球和保龄球等。驾车出游进行户外休闲娱乐已逐渐成为越来越多的员工(尤其是薪水较高层)的一种时尚和潮流。

3.2 对策

(1)目前,我国高新技术产业开发区管理委员会是高新区的行政机构,行使政府管理职能,其下设机构一般都有社会事业局,应给其加上体育管理职能。号召、引导、协调、监督、开展、管理区内入驻企业员工的群众体育活动,使其变为政府行为,这与我国在现阶段的国情是相符的。社会事业局可对公司老总进行国家群众体育政策和法规的宣传,通过各种手段培养或加强其对体育的兴趣和爱好,并使老总对员工的体育文化生活和企业的生产效益与企业凝聚力之间的关系有一个全新的认识,争取其态度的转变,这一工作可通过政府设置的社会体育指导员来完成。但目前,由于各种因素的影响,在绝大多数高新技术企业中设立社会体育指导员的做法是不现实的,也是不可取的。

(2)通过政府和企业间的协调,可委派社会体育指导员入驻企业对员工进行体育与健康的宣传和教育,尤其要入驻那些研发实力强、人力资源优的高新技术企业,使更多的人能认识到体育锻炼是一种最积极、最有效的增强体质、增进健康的手段,作为人力资源投资一部分的健康投资,无论是对个人、企业,还是对国家都有着巨大的裨益。另外,学校体育的方向和质量直接关系到群众体育的质量和水平^[1],因此,各级各类学校尤其是高等院校的体育与健康课,更加加

强对学生进行科学的体育锻炼方式和方法、体育保健知识以及常用的运动生理学等知识的传授。

参考文献:

- [1] 中国群众体育现状调查课题组.中国群众体育现状调查与研究[M].北京:北京体育大学出版社,1998:69,150,169
- [2] 范柏乃,刘超英,宋浩.国家高新技术产业开发区总量发展与结构变动统计分析[J].中国科技论坛,2003(5):107-109.
- [3] 吴玉鸣.国家级高新技术产业开发区发展能力与分类研究[J].人文地理,2003,18(2):15-19.
- [4] 兰自力.我国三资企业职工体育的现状调查与分析[J].体育与科学,2003,24(5):39-41.
- [5] 韩丹.中国群众体育路向何方[J].体育与科学,2004,25(2):19-21.
- [6] 郑富.我国群众体育的现状及其发展对策[J].体育学刊,2004,11(4):39-41.
- [7] 黄海平.对宁夏回族成年人参加体育锻炼情况的调查[J].体育科学,2004,24(4):54-55.
- [8] 罗汉礼,彭雄辉.城市社区体育现状与发展对策[J].体育学刊,2004,11(1):36-37.

[编辑:周威]