

广州市女性休闲体育活动的参与特征

杜熙茹, 徐 佶, 桂 祝

(广州体育学院办公室, 广东 广州 510500)

摘 要: 以我国经济发达城市——广州市女性休闲体育活动为研究对象, 探索广州市女性休闲体育活动的参与特征。结果显示: 广州市女性休闲体育呈上升发展态势; 休闲时间较为充裕, 女性体育人口比例较大, 对休闲体育活动的内容、时间和活动场所满意度较高, 同时也从个人项目逐渐向集体项目过渡, 反映了广州市女性越来越重视社会交往活动; 广州市女性体育消费支出较高, 但对自身体型和健康的担心仍然存在。

关 键 词: 女性; 休闲活动; 参与特征; 广州市

中图分类号: G811.4 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2007)01-0054-02

Characteristics of leisure sports activities taken part in by females in Guangzhou city

DU Xi-ru, XU Ji, GUI Zhu

(Office Department, Guangzhou Institute of Physical Education, Guangzhou 510500, China)

Abstract: Basing their study foundation on Guangzhou city, an economically developed city in China, and their study object on leisure sports activities taken part in by females in Guangzhou city, the authors studied the time, place, event, attitude and sports consumption in relation to leisure sports activities taken part in by females in Guangzhou city, so as to probe into the characteristics of leisure sports activities taken part in by females in Guangzhou city in a scientific, objective and comprehensive fashion, and to make the "empowerment" of female's leisure sports realistically meaningful. The authors revealed the following findings: Females in Guangzhou city are taking part in more and more leisure sports activities, having relative plentiful leisure time and a big sports population, and being quite satisfied with the content, time and playground of leisure sports activities; in the mean time, individual events are gradually replaced by group events, reflecting that females in Guangzhou city are showering more and more attention on social communication; although females in Guangzhou have spent a lot of money on sports, they still worry about their figure and health.

Key words: female; leisure activity; participating characteristic; Guangzhou city

休闲体育已逐渐成为小康社会经济实力和社会进步程度的鲜明特征, 而目前国内对大众休闲体育, 特别是女性休闲体育的认识却远远落后于社会的发展。而女性, 在数量上占人类总体的 1/2, 她们的生存状态直接决定了人类整体的生存水平; 女性休闲生活质量的高低也将决定人类生活的真实水平^[1]。显然, 小康社会的休闲体育发展离不开女性的参与。女性休闲体育参与情况从某种意义上讲, 反映了一个社会的文明和发展程度。

本研究于 2005 年初采用随机抽样的原则, 对广州市 10 个区市进行调查研究, 共发放调查问卷 500 份, 回收有效问卷 412 份, 有效回收率为 82.4%。问卷的发放主要针对广州

市女性居民 (不包含在校学生和离退休女性)。

1 广州市女性休闲体育的基本特征

(1) 时间。

广州市 72.7% 的女性平均每天的工作时间是 6~8 h 或 8 h 以上, 除去睡眠时间, 自由支配的闲暇时间在 2~6 h 的女性达 50.9%, 6 h 以上达 33.9%。这说明了广州市女性已经拥有了较为充足的休闲时间, 时间已经不是影响广州市女性休闲体育的主要因素。

(2) 体育人口。

广州市女性体育人口达 47.3%, 每周休闲体育活动次数

收稿日期: 2006-05-11

基金项目: 广州体育学院 2005 年度青年基金课题 (编号: 05YQ03)。

作者简介: 杜熙茹 (1971-), 女, 满族, 讲师, 硕士研究生, 研究方向: 体育教学训练理论与方法。

3 次的达 24.1%，4 次的有 6%，而 4 次以上的 17.2%。每次时间在 30 min 以上高达 81.9%，不足 30 min 的只有 18.1%。这反映了随着广州市居民物质生活水平的提高，以及科技的发展极大减轻了女性家务劳动的负担，使女性可以自由支配的时间增多。另外随着女性教育水平的提升，女性的价值观发生变化，她们在家庭中强烈希望“拥有不受丈夫或小孩束缚的时间”，“想做家务事以外有益于自己的事情”，在工作场所则要求“发挥自己的才能”、“寻找自身价值”。

(3) 活动场所。

随着女性就业比例的提高，女性的经济地位也相应提高。广州市女性月收入在 1 001~2 000 元的有 19.1%，2 001~3 000 元的有 29.1%，3 001~4 000 元的有 23.6%；家庭月收入 4 001~6 000 元的有 21.6%，6 001~8 000 元的有 17.1%，而 8 001~10 000 元的有 12.1%。但对于大多数女性来讲，每月 400~600 元左右去健身院是要具有一定经济实力作为基础的。调查结果显示有 27.4% 的女性选择收费场馆进行休闲体育活动，67.7% 的女性选择免费的活动场所，如单位设施、公共场所和自家庭院。而不参加休闲体育活动的只有 4.9%。

(4) 活动项目。

女性个体的心理体验虽属于个人的主观感受，却是休闲质的体现，其中最重要的是个人能否真正有所选择。同时，休闲还涉及乐趣、爱好、角色互动、个人投入、自我表达等等。当个体处于被歧视、被压制的状态，就无所谓休闲，即休闲权的被剥夺和丧失。所以从女性休闲项目的选择上可以反映出当前女性在性别角色、性格、个人经历、技术技能、自尊自信等方面的进步。

调查中我们了解到当前广州市女性休闲体育活动项目不仅限于个体可独自进行的诸如散步、跑步、瑜伽、有氧健身操等传统的项目，更增加了需有同伴进行的集体项目如羽毛球、乒乓球、交谊舞等，其中羽毛球位居最受欢迎项目的第 2 位，这从社会公共关系学的角度反映了随着女性社会地位的不断提升，她们更加注重人际关系的交往，逐渐不满足个人项目的休闲方式。

(5) 满意度。

体育休闲活动需要器材和场地设施，它的质量、远近、条件、安全性状况也是制约女性参与体育活动的因素之一^[1]。

调查结果显示，对于当前的体育休闲活动内容，有 41.7% 的女性感到满意，只有 8% 的女性不满意；活动时间上有 26.1% 的女性感到满意，有 20.6% 的女性感到不满意；而在活动场所上有 28.1% 的女性感到不满意。

(6) 身心感觉。

研究者认为，当前女性参与休闲运动的动机主要表现在“促进健康，防治疾病”和“调节精神，消除疲劳”，其次是“娱乐身心”和“保持良好体型”；坚持运动的女性较之不运动女

性具有体重较轻、血糖低、胆固醇低、血压低等显著特点^[2]。此外，女性的心理疾病的发病率高于男性，而经常从事休闲运动有助于培养人的自控力、耐心和坚韧性等心理品质，从而使她们积极主动地面对生活。

调查结果显示，广州市女性对休闲体育活动能减轻身体和精神的疲劳程度认同率较强，均在 60% 以上，只有不到 5% 的女性感觉较弱；而减轻体力衰退和患慢性病有较强感觉都在 30% 左右，感觉一般为 45%。

(7) 消费。

当今女性经济地位已逐渐提高，而经济地位的提高又提升了女性的社会地位、政治地位，进而使其在家庭中的地位也发生了较大改变。她们有了较多自主支配家庭收支的权力。同时，女性文化素质的提高使其对包括休闲娱乐在内的社会交往、文化娱乐活动的消费需要愿望也空前强烈。经调查，在广州市女性除日常生活消费之外的储蓄计划开支中，子女教育排第 1 位，占到 50%，其次是购房和旅游，而体育活动名列第 4 位占 31.9%，说明广州市女性体育消费还是相当高的。

广州市家庭每月用于体育方面（观赏体育比赛、购买体育器材与服装、俱乐部会员费、参与体育健身娱乐活动支出的费用等）支出大多在 51~200 元，7% 的家庭月体育支出在 500 元以上。这充分说明了随着广州市经济水平的增长、居民生活质量逐渐提高，花钱买健康已渐成为穗城时尚。此项结论同时也亦从问卷关于支出中用于体育健身休闲方面消费的态度中得以证实：51.3% 的被调查者对此项投入的态度是肯定的，仅有 3% 的被调查者持否认态度。

2 结论

(1) 广州市女性休闲体育呈上升发展态势。休闲时间较为充裕，女性体育人口比例较大，对休闲体育活动的内容、时间和活动场所满意度较高。

(2) 广州市女性休闲体育活动项目从个人项目如散步、跑步等逐渐向集体项目过渡，反映了广州市女性越来越重视社会交往活动，更加愿意与人交往。

(3) 由于工作节奏的加快，长期呆在空调房以及随处可见的快餐店使广州市女性对自身体型和健康的担心加剧。

(4) 广州市女性体育消费支出较高，“请人吃饭不如请人流汗”、“花钱买健康”观念深入人心。

参考文献：

- [1] 卢 锋. 休闲体育学[M]. 北京：人民体育出版社, 2005:9.
- [2] 袁继芳. 女性主义视角下的休闲运动[J]. 四川体育科学, 2005(2):89-91.

[编辑：李寿荣]