

县域机关干部队伍体育锻炼现状调查与有效促进机制研究

——以瑞金市为例

陈永平

江西省瑞金市武阳中学

摘要：“身体是革命的本钱”。县域各类机关干部行使着各项政府职能，其健康状况直接影响他们的个人生活品质和工作的活力与服务效率。因此，很有必要了解当前县域机关干部参加体育锻炼的现状、特点和存在的问题，并结合县域实际来探讨促进县域机关干部参与体育锻炼的机制与路径，推动他们积极、科学锻炼，增强体质。

关键词：县域；机关干部；体育锻炼；现状；特点；促进机制

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2023.07.093

一、引言

众所周知，生命在于运动，科学、适当的进行体育锻炼不但能促进身体机体的新陈代谢和增强身体器官系统的免疫功能，从而增强体质。而且能磨炼意志，培养自信，陶冶情操，从而促进我们身心的全面健康。

近年来，随着我国社会经济、政治、文化等的不断发展带来的人民群众生活水平和文化素质日益提高，尤其是“健康中国”战略的提出和实施，健康意识、健康追求愈来愈成为人民群众关注的内容而入脑如心。全民健康是国家现代化的重要标志。体育强则中国强。因此，发展体育，加强体育健身，促进身体健康，既是人民群众对美好生活的追求，也是国家现代化建设和发展的重要内容。

在我国现行的行政区划体系中，县域是我国基层管理、治理和发展的重要组成部分。县域各级机关机关干部行使着各项政府职能，他们的身体健康状况直接影响他们的个人生活品质和工作的活力与服务效率。因此，很有必要去了解他们参加体育锻炼的现状、特点和存在的问题，并结合县域实际来探讨促进县域机关干部参与体育锻炼的机制与路径，推动他们积极、科学锻炼，增强体质。为此，笔者以瑞金市若干机关、局室干部队伍为例，通过调研来探讨该问题。

二、调研对象、调研问题和研究方法

（一）调研对象

鉴于县域行政、事业机关、局室较多，故随机选取瑞金市的教体局、人社局、卫生健康委员会、文广新旅局、公安局、生态环境局、民政局、住建局等机关、单位的100名机关干部，男女各50名、年龄阶段涵盖老中青三代。

（二）调研问题

1. 对体育锻炼重要性的认知
2. 身体状况的自我感知
3. 参与体育锻炼的动机
4. 参与体育锻炼的时间、形式、场所、频度与强度
5. 影响体育锻炼的因素

（三）研究方法

文献法、问卷调查、个别访谈、数理统计法等

三、调研结果与分析

（一）对体育锻炼重要性的认知

表1 对体育锻炼重要性的认知统计表

	非常重要	很重要	一般	无所谓
占比	55.6%	29.8%	12.3%	2.3%

调查统计结果表明：认为体育锻炼很重要和非常重要的占比达79.4%。这说明绝大多数机关干部都认识到体育锻炼的重要性。只有极少部分认为一般和无所谓。

（二）身体状况的自我感知

表2 身体状况的自我感知统计表

	非常了解	基本了解	不这么了解	不了解
占比	85.3%	14.1%	0.6%	0%

调查统计结果表明：由于县域机关、局室每年都会组织干部进行健康体检，因此，机关干部基本上都对自身的身体健康状况都很了解。对自身的身体健康状况不这么了解的属于个例，可能是因为刚入职或其他因素。

（三）参与体育锻炼的动机

表3 参与体育锻炼的动机统计表

	强身健体	沟通交流	休闲娱乐	健身减肥	个人喜好
占比	72%	8.%	6%	12%	2%

调查结果表明：机关干部参与体育锻炼的动机基本上是为了强身健体。这说明绝大多数机关干部对体育锻炼的本质和功能有准确的认识。有部分机关干部把参与体育锻炼看作是人际交往中与人沟通、交流的方式和路径；还有把体育锻炼用于健身减肥、休闲娱乐，说明体育锻炼具有多样化的社会功能，逐渐融入人民群众的日常生活之中。

（四）参与体育锻炼的时间、形式、场所、频度与强度

表4.1 参与体育锻炼的时间统计表

	早上	晚上	周末	时间不定
占比	15%	57%	73%	5%

调查结果表明：机关干部参与体育锻炼的时间主要集中在晚上和周末，早上参与体育锻炼的较少。这主要受他们的日常工作时间限制，特别是与年轻人的晚睡晚起习惯相关。

表4.2 参与体育锻炼的主要形式统计表

	跑步	散步	球类运动	其他
占比	11%	42%	37%	10%

调查结果表明：机关干部主要是以球类运动和散步为主要的锻炼方式。跑步在年轻的机关干部中较为常见。

表4.3 参与体育锻炼的场所统计表

	公共场所	住宅小区	单位体育运动场所	家里
占比	53%	25%	19%	3%

调查结果表明：机关干部主要到体育馆、学校运动场、街道林荫道、住宅小区和本单位体育运动场所进行体育锻炼。个别在配备了运动设施的自己家中锻炼。

表4.4 参与体育锻炼的频度统计表

	每天一次	隔天一次	3-5天一次	一周一次	不定期
占比	25%	32%	27%	11%	5%

调查结果表明：机关干部参与体育锻炼的频度主要集中在每天一次、隔天一次、3-5天一次等，这与他们的工作时间、个人习惯、家庭因素相关。总体来说，绝大多数机关干部参与体育锻炼的频度还是比较高的。

表4.5 参与体育锻炼的强度统计表

	比较激烈	一般	说不清楚
占比	12%	75%	13%

调查结果表明：机关干部参与体育锻炼的强度还是以一般为主，这表明他们参与体育锻炼主要是强身健体为目的，而不是以竞技为目的。

（五）影响体育锻炼的因素

表5 影响体育锻炼的因素统计表

	工作时间和压力	运动场所和设施	家庭因素	个人兴趣
占比	36%	22%	38%	4%

调查结果表明：影响机关干部参与体育锻炼的因素主要包括日常工作时间和工作压力、家庭小孩教育和运动场所与设施等。这尤其是在年轻的机关干部和老旧小区体现等更明显。

四、县域机关干部队伍参与体育锻炼的有效促进机制

从对瑞金市部分行政、事业机关单位的干部随机调研的结果来看，他们中的绝大部分对体育锻炼的重要性都能有准确的认知，能在工作、闲暇之余进行适当的体育锻炼。当然，也存在一些问题，包括客观条件和主观因素等，需要相关部门、层面以及机关干部自身予以重视，对此，笔者在此基于本次调研并结合瑞金市实际提出促进县域机关干部参与体育锻炼的机制与路径，增强他们体育锻炼的自觉意识，推动他们积极、科学锻炼，

增强体质，以便更好、更高效地履职。

（一）增强机关干部体育锻炼强身健体意识

“身体是革命的本钱”。县域各级行政、事业机关干部行使着各项政府职能，承担着促进县域发展和服务民生等政务工作和职责，他们的身体健康状况不仅是他们个人和家庭的“私事”，也是直接影响工作的活力与为民服务效率的“公事”。当前，随着经济的发展，生活条件的改善，很大一部分人热衷于夜生活而熬夜、麻将等娱乐，而对体育锻炼强身健体有所忽视。现在的疾病年轻化、年轻人猝死事例频发也给我们敲响了警钟。对此，各级机关干部自身需要增强强身健体意识，加强体育锻炼。同时，各机关单位也应加强宣传、提示和教育，倡导健康生活方式和积极参与体育锻炼。有条件的还可定期或不定期地在工作之余组织相关的体育娱乐活动或比赛等，以此来引导、鼓励和促进干部员工适当参与体育锻炼。

（二）建立机关干部健康档案，加强健康管理和运动指导

目前，瑞金市各机关干部基本上享有一年一度的免费健康体检待遇。通过体检，每位机关干部基本了解自身的身体健康状况。尽管体检报告是属于个人隐私。但机关单位可以此来建立干部健康档案，并针对干部个人健康状况进行健康指导和运动建议，提醒、督促单位干部职工适时、适度参与体育锻炼。

（三）建设和完善公共体育设施。

当前，随着社会经济的发展、人民生活水平的提高以及健康意识的增强，广大机关干部的体育健身需求也不断增长和多样化。但在众多县域的老城区、老旧小区、全民健身公共服务设施尚未得到建设和完善，或者未得到有效管理和修缮，这也给居住在该区域的机关单位干部体育锻炼带来不利影响。为此，首先需要当地政府统筹安排公共体育设施建设和完善。近年来，瑞金

市政府出台《瑞金市健身设施建设补短板五年行动计划（2021-2025年）》，深入推进体教融合，并筹措资金，在老旧小区、城中村改造中兴建、修缮了相应的公共体育设施；开发、新建诸如体育公园、市民健身点、市民健身步道、市民多功能运动场等公共领域体育设施，如城东全民健身中心游泳馆项目、瑞金市体育中心等；在新建的商品房小区要求开发商按相关标准规范配套群众健身相关设施。其次，引入社会资金，建立低收费的全民健身场地设施。

（四）创新管理和服，推动全民健身理念深入人心

鉴于体育健身公共服务投资大、周期长、收益低的特点，县域政府和机关单位需要创新管理和服。近年来，瑞金市政府对于群众迫切需求但是政府的供给不足的体育公共服务运动项目实施政府购买政策、推动学校体育场馆对外开放，以满足不同人群的体育公共服务需求；充分利用发达的通讯网络、政务微博等宣扬健身知识、健身信息，营造良好的体育文化氛围；通过各学校，运动队培养社会体育指导员来指导群众的体育锻炼；举办全民健身瑜伽节、全国广场舞交流展示、“文明杯”足球赛、微马长跑等各级各类赛事活动，等等。

参考文献

- [1] 昌羽绂. 齐齐哈尔市机关干部体育锻炼现状的调查分析[J]. 北方经贸, 2012(5): 3.
- [2] 魏巍. 厦门市机关干部体育锻炼现状调查与对策研究[D]. 集美大学, 2016.
- [3] 盛丽平. 临沂市公务员体育锻炼现状调查分析[J]. 当代体育科技, 2018, 8(24): 2.

基金项目：本文系江西省赣州市2023年度社会科学规划课题《县域机关干部队伍体育锻炼现状调查与有效促进机制研究—以瑞金市为例》（编号2023-NDTY10-0295）课题组研究成果之一。