

《2007 年中国城乡居民参加体育锻炼现状调查公报》公布

全国经常参加体育锻炼人数不足30%



本报北京 12 月 18 日电 （记者许立群）国家体育总局 17 日公布了《2007 年中国城乡居民参加体育锻炼现状调查公报》。调查结果显示，全国“经常参加体育锻炼”的人数比例为 28.2%（含在校学生）。

国家体育总局群众体育司司长盛志国介绍，这次调查历时一年，对全国 31 个省、自治区、直辖市的 88625 位 16 周岁及以上的城乡居民进行了相关调查，这是群众体育领域内迄今为止规模最大、也是最重要的一项社会调查。调查结果显示：

——2007 年全国有 3.4 亿城乡居民参加过体育锻炼，全国“经常参加体育锻炼”的人数比例为 28.2%；

——城镇居民“经常参加体育锻炼”的人数比例是乡村的 2.7 倍；

——在体育锻炼中，有 62.0%的居民主要锻炼项目是健身走和跑步，其他依次为球类、健身操类、骑车、武术、游泳等，以“单位或住宅小区体育场所”为主要锻炼场所的人数比例最高，达到 22.2%；

——在参加体育锻炼的人群中，有 72.7%的人有过体育消费，人均消费 593 元，其中用于购买运动服装的比例最高；

——在参加体育锻炼的人群中，影响其参加锻炼的主要障碍是“缺乏时间”（41.2%），其次是“缺乏场地设施”（16.6%）和“自身惰性”（13%）。

调查显示，除了场地设施的缺乏，目前我国居民参加体育锻炼中亟须解决的问题还包括，

居民在体育锻炼过程中缺乏有效的科学指导，体育锻炼的消费结构不够合理，居民参加体育锻炼的城乡差异和区域差异依然存在。

盛志国说，自我国推行《全民健身计划纲要》，特别是筹办北京奥运会以来，我国全民健身运动蓬勃发展，取得了可喜成就，“本次调查所获取的大量真实有效的数据，将为客观提出群体发展战略和目标、科学制定相关法律法规和政策奠定坚实的基础。”

国家体育总局在公布《2007 年中国城乡居民参加体育锻炼现状调查公报》的同时介绍了一些发达国家国民参加体育锻炼的

情况。

美国实行“积极体育锻炼”的统计标准，即每周 5 天进行体育锻炼，每次 30 分钟以上，强度在中等以上。2005 年，美国“积极参加体育锻炼”的人口比例是 49%。

加拿大在 2000 年的调查显示，48%的人参加体育锻炼，其中 24%的人适度参加体育锻炼，24%的人积极参加身体锻炼。

在芬兰，2005 年至 2006 年，有 39%的成年人每周参与高强度锻炼或 5 次以上中等强度锻炼。

在日本，2004 年每周参加一次体育锻炼的人为 55.4%；在韩国，2005 年 20 岁及以上的人每周参加中等强度体育活动的“锻炼人群”的比例男女分别为 22.5%和 21%。

北欧国家瑞典的人口只有 900 万，但是全国的体育俱乐部却达 700 多个，相当于 10000 多人就拥有 1 个体育俱乐部。

与上述国家相比，我国国民参加体育锻炼的情况“基本处于中等偏下的水平”。

名词解释

1.体育锻炼:指运用各种身体练习方法(包括徒手或器械),以强身健体、调解心理为主要目的,并达到一定强度的身体活动。主要内容包括健身、健美运动、娱乐休闲体育运动、民族传统体育运动等。饭后百步走,上下班的行走、骑自行车等不视为体育锻炼。

2.体育锻炼的频度:指一定时间内参加体育锻炼的次数,通常指每周参加体育

锻炼的次数。

3.每次体育锻炼的时间:指每次参加体育锻炼的持续时间,包括准备活动的时间、接受指导的时间和实际锻炼的时间,但不包括路途上的时间以及其他与健身无关的时间。

4.体育锻炼的强度:本次调查以被访者体育锻炼时的身体感受来划定体育锻炼强度。小强度指与平时相比,呼吸、心跳变化不大;中强度指呼吸、心跳略有加快,微微出汗;大强度指呼吸急促,心跳明显加快,出汗较多。

广州市试点学校体育设施向社会开放已有两年，虽然一定程度上缓解了群众健身难的问题，但也遇到了一些“成长的烦恼”。日前，广州市教育局副局长孟源北在向市十三届人大代表汇报时称，体育设施开放，给学校安全管理带来很大压力；大部分学校体育设施免费开放，缺钱维护；个别学校由外单位承包收费，但与省有关政策相抵触，“没有名分”。

2006 年 8 月，教育部、体育总局开展学校体育场馆向社会开放试点工作，推动学校场馆有组织地向社会公众开放。广州市人口密度大、公共体育设施缺乏的越秀区、荔湾区在第一批试点区之列。当年 11 月，两区 20 所“全国体育场馆向社会开放试点学校”挂牌。按规定，试点学校除节假日、公休日、寒暑假全天向社会开放体育场馆外，日常教学期间，还需保证每天开放时间不少于两小时，较好地满足了市民的健身需求。

“但随之而来的安全问题令校方为难。”孟源北说，一些学校出现失窃现象。有人带着非健身目的混进学校，曾发生过一间教室 56 台电脑芯片“失踪”事件。另外，一旦市民健身发生纠纷，学校也很难约束，管理力量不足，“所有压力都在体育老师身上，晚上加班，负担过重”。

除此以外，体育设施维护的经费来源，成了学校最头疼的问题。按规定，参加试点的学校每年获得 2 万元的经费补助，用于学校维护和更新加速损耗的体育设施，但这笔钱与实际需求差距很大，“巧妇难为无米之炊”，许多维修费只能挤占学校教育经费。”孟源北说。在广州美华中学校，今年入场锻炼人数比上年增加了 35%，但也引发了场地维护、器材耗损等难题。校长刘衍萍苦恼地说，仅维修游泳馆泵房和足球场草皮等，每年就要 6.6 万元。

个别学校体育设施由外单位承包收费，以收费来养场地，但又遭遇“法律瓶颈”。按规定，学校本身没有权力将学校资源定价出售，2008 年 3 月，广东省教育厅、省纠风办等单位还联合下发通知，规定“凡利用学校教育、教学场地、资源举办的各种培训、补课严禁收费”。“这意味着学校对市民健身收费是违规的。”孟源北表示，这个“法律障碍”不解决，整盘棋就无法下。

广州市人大代表刘长安认为，单单依靠学校的力量，不可能解决这么多问题，“可否由体育部门向学校租用体育设施，再统一管理？”广州市人大常委、市人大教科文卫工委主任陈锦德也建议，开放学校体育设施可归入体育产业范畴，由市体育局成立具有实体经营权的指导中心或公司，进行专门运营，负责设备维护。这样，既能避免法规限制，也能积累专项经费，保证全民健身长效机制。

（本报广州 12 月 18 日电）



民族体育进课堂

河北省青龙满族自治县的民族传统体育项目种类繁多，蹴球、毽球、珍珠球和陀螺等先后 10 次参加全国及省级运动会，共获 24 枚金牌、18 枚银牌、13 枚铜牌。今年，该县把蹴球、毽球、陀螺等项目纳入课堂教学活动，民族传统体育焕发出勃勃生机。

图①：12 月 18 日青龙职教中心学生进行蹴球比赛。

图②：12 月 18 日青龙满族中学学生在学习打陀螺。

傅春秘摄影报道



寒冬滑雪热 着装要精心

本报记者 郑 轶

近年来，滑雪成为冬季新兴的健身运动，越来越多的人参与进来，在皑皑白雪中尽享飞驰而下的刺激与乐趣。

不过对大多数人而言，滑雪时一般不会特意购买昂贵的专业滑雪服，穿着较为随意，问题也随之而来。

“跌倒的时候雪从领口、袖口灌进去，特别容易着凉。”有过滑雪经历的北京市民何晶无奈地说。其实，解决这个烦恼并不难，只需一副长筒护膝、一副宽条松紧带外加一条围巾即可解决问题。先将护膝一头套在滑雪靴上

半部，另一头套在腿上。再用一副宽条带尼龙贴扣的松紧带将滑雪手套腕门紧紧扎住，最后用围巾将领子与脖子之间的空隙稍加填充。这样，花不了多少钱，就能达到和专业滑雪服差不多的防滑雪效果。

滑雪教练提示，滑雪时不必穿得太厚，由于连续运动，不会感到太冷，只要在关节部位加厚保护就可以了。特别注意，宁可静止时冻着，也别出太多的汗。一旦汗量过大，水分不能排出，会在衣服内结露，容易结冰，有冻伤的危险。

健身之道

“璇宝”闪耀亮相 第十一届全运会奖牌样式发布

本报北京 12 月 18 日电 （记者李长云）第十一届全国运动会组委会今天在北京召开新闻发布会，正式公布了第十一届全运会奖牌样式。奖牌取名“璇宝”。“璇”取自于山东大汶口文化的典型器物“玉璇玑”中的“璇”字，“宝”取自于镶嵌在奖牌上产自山东昌乐的蓝宝石中的“宝”字，寓意运动员通过顽强拼搏取得的丰硕成果，也寄托着山东人民对参赛运动员的美好祝福。

“璇宝”奖牌主体材质为紫铜，直径为 6.8 厘米，外沿厚度为 5 毫米，金牌外层镀金、银牌外层镀银；奖牌正面为第十一届全运会会徽“和谐中华、活力山东”图案，在会徽图案中镶嵌了 8 颗产自山东昌乐的蓝宝石；奖牌背面为

第十一届全运会吉祥物“泰山童子”图案，凸面为磨光处理，凹面为亚光处理；包装盒采用木质材料制作，外髹朱红漆，正面镶嵌金属片会徽图样，包装盒尺寸规格根据奖牌尺寸设计；挂带采用真丝机织，颜色由中国红和暗红交织，挂带上印有“2009 中国·山东”标识，每枚奖牌挂带长为 100 厘米，宽为 2.8 厘米。

第十一届全运会奖牌征集评选活动于 2008 年 7 月 18 日正式启动，先后收到应征作品 20 多件。经专家评审，确定了 3 件入围作品。经过 3 个多月的修改完善，由山东工艺美术学院王晓峰、唐国峻、张培源、刘泽延 4 位教师和装潢系学生唐郁明组成的设计团队创作的方案中标。

体坛速递

足球友谊赛 中国女足一球小负美国队

据新华社华盛顿 12 月 17 日电 （记者梁金雄）中国女足 17 日晚在美国底特律与美国队进行了一场友谊赛，结果再次以 0:1 负于对手。

第三十四分钟，美国队在中国队门前利用中国队的一次失误获得任意球机会。虽然任意球没有造成威胁，但美国队球员抓住二次进攻的机会由塔普利莉射门，球打在中国队球门横梁后反弹回来；此时奥莱利在距中国队球门 6 米处候个正着，一脚巧射打入全场唯一进球。4 天前，中国女足曾在加州的卡森与美国队进行了访美的首场对垒，最后的比分也是 0:1。

国际足联公布 2008 年年度排名 中国队跌至第 100 位

据新华社日内瓦 12 月 17 日电 （记者杨伶）国际足联 17 日公布了最新一期国家（地区）队排名暨 2008 年的年度排名。西班牙队依然高居榜首，成为本年度最佳球队。德国队和荷兰队分居第二和第三位。中国队的排名继续下滑，由上月的第 98 位跌至第 100 位。

位列第四到第十名的依次是意大利队、巴西队、阿根廷队、克罗地亚队、英格兰队、俄罗斯队和土耳其队。

亚洲球队中，澳大利亚队上升 9 位，由第 37 位上升到了第 28 位，进入前 30 名。韩国队因为在世界杯预选赛中战胜了沙特阿拉伯队猛升 11 位到第 42 位。其他排名靠前的亚洲球队包括日本队（第 35 位）、伊朗队（第 43 位）、沙特阿拉伯队（第 48 位）、乌兹别克斯坦队（第 72 位）、伊拉克队（第 72 位）、巴林队（第 80 位）、卡塔尔队（第 84 位）、阿曼队（第 96 位）和中国队（第 100 位）。

首届中日韩与东盟 拳王争霸赛将在南宁举行

本报南宁 12 月 18 日电 （记者庞革平）由亚洲拳击联盟、国家体育总局、广西壮族自治区政府、中国国际友好联络会共同主办的首届“跨世纪杯”中日韩与东盟(10+3)拳王争霸赛，将于 12 月 20 日至 24 日在南宁举行。

本届拳王争霸赛将有 13 个国家近 100 名拳坛名将参与 8 个级别的拳王金腰带的角逐。届时，在北京奥运会上夺得金牌的邹市明、张小平将为参赛的中国运动员助威，而参赛的 5 名中国选手均是本年度的全国冠军。

据了解，本届赛事得到东盟 10 国和日本、韩国的积极响应。在中国拳击协会的倡议下，亚洲拳击联盟主席将在赛事期间召开各参赛国拳击协会的特别会议，共同探讨寻求“10+3”拳击运动发展之道，并发表拳王争霸赛宣言，以促进各国拳击技术、管理等方面的交流。

天津将大力发展体育产业

本报北京 12 月 18 日电 （记者张蓓）“天津体育休闲产业发展国际论坛”12 月 15 日在天津奥林匹克中心体育场举办，来自国内外的多名体育推广资深人士对天津及国内体育休闲产业的未来走向进行了研讨。

随着成功协办北京奥运会足球比赛，天津市体育场馆建设得到进一步加强，以天津奥林匹克中心体育场为代表的一大批现代体育设施拔地而起，为体育休闲产业的发展奠定了良好基础。天津市有关领导表示，天津将加速构建国家级体育产业发展基地，使体育产业迅速发展成为天津乃至环渤海经济圈中国经济的支柱产业和主导产业。

本次论坛由天津市政府主办，天津市体育局承办，天津奥林匹克中心体育场和北京体育之窗文化传播有限公司共同协办。

全国越野摩托车赛总决赛落幕

本报北京 12 月 18 日电 （记者李长云）2008 年“太平工贸杯”全国摩托车越野锦标赛第六站赛事暨年度总决赛日前在浙江武义落幕。

经过激烈的拼争，南昌正林车队程浩、云南红河车队许健豪和阿波罗国际精英队的赖智丰 3 人不仅分别夺得本站 110CC 青少年组、专业 80CC 组和专业 125CC 组的冠军，还分别获得了 3 个组别的个人年度总冠军。夺得国产 150CC 组本站和年度总冠军的车手分别是张继星和何建洪。

周末赛事

12 月 20 日(星期六)

08:30 NBA 常规赛:小牛—网队(直播) CCTV—5/广东体育

12:30 西甲联赛:巴塞罗那—皇家马德里 CCTV 风云足球

16:00 女排联赛:天津—八一(直播) CCTV—5

18:55 乒超联赛:决赛(直播) CCTV—5

22:05 实况录像:2008 年全国跳水明星表演赛 CCTV—5

12 月 21 日(星期日)

08:00 NBA 常规赛:湖人—魔术(直播) CCTV—5

09:00 NBA 常规赛:火箭—森林狼(直播) 广东体育

12:50 世界职业拳王争霸赛(直播) CCTV—5

14:05 乒超联赛:决赛(直播) CCTV—5

20:30 CBA 第十六轮: 广东东莞—浙江万马(直播) 广东体育

22:00 意甲:都灵—那不勒斯(直播) CCTV—5

（以上时间均为北京时间，如有变动请以电视台播出为准）