

# 中国近三年关于老年体育研究的综述

杨春琴

贵州民族大学体育与健康学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2023年7月21日; 录用日期: 2023年8月24日; 发布日期: 2023年8月31日

## 摘要

通过查阅近三年老年体育相关文献发现大多学者都是围绕老年人体育锻炼的现状, 老年体育公共服务的供需状态, 体育产业的发展, 老年体育政策的制定与完善四个方面进行研究和探讨。本文将从这四个方面对文献进行整理、归纳与分析, 希望能为该领域未来的研究提供理论指导和素材支撑。

## 关键词

中国老年体育, 公共服务, 产业, 政策

# A Review of Research on Elderly Sports in China in the Past Three Years

Chunqin Yang

The Arts College of Guizhou Minzu University, Guiyang Guizhou

Received: Jul. 21<sup>st</sup>, 2023; accepted: Aug. 24<sup>th</sup>, 2023; published: Aug. 31<sup>st</sup>, 2023

## Abstract

By reviewing the relevant literature on elderly sports in the past three years, it is found that most scholars focus on the current situation of physical exercise for the elderly, the supply and demand of elderly sports public services, the development of the sports industry, and the formulation and improvement of elderly sports policies. This article will collate, summarize and analyze the literature from these four aspects, hoping to provide theoretical guidance and material support for future research in this field.

## Keywords

Senior Sports in China, Public Service, Industry, Policy



## 1. 引言

2016年10月,中共中央、国务院印发《“健康中国2030”规划纲要》提出,全民健康是建设健康中国的根本目的,需要突出解决好老年人等重点人群的健康问题[1]。第七次全国人口普查结果显示,我国60岁及以上人口已达2.64亿,占18.70%,较上一个十年上升了5.44%。随着人口老龄化日益加剧,国家、社会组织对老年群体的关注度也日益上升,国家鼓励老年人积极参与体育锻炼,大力支持发展老年人体育,使得体育运动受到老年群体的热捧,老年体育的发展十分迅猛,为建设好老年体育应建立和完善老年人相关体育公共服务、体育产业、体育政策、充分发挥体育组织的积极作用、完善体育场地设施、扩大老年人身体素质监测的覆盖面等。

## 2. 老年人体育的研究

通过中国知网数据库,以老年体育为主题进行检索,共有文献2092篇,其中期刊1420篇,学位论文538篇,会议321篇,报纸231篇,其他7篇,发文量最多集中在2013年。通过对所查阅的文献进行整理、分析后发现大多学者都是围绕老年人体育锻炼的现状;老年体育公共服务的供需状态;老年体育产业的发展;老年体育政策的制定与完善四个方面进行研究和探讨,本文也将从这四个进行综述和分析。

### 2.1. 老年体育锻炼现状

体育是促进老年健康的有效手段和方法,体育锻炼作为老年人进行健康管理、增进身心健康的重要手段,对防治疾病、延缓机能衰退、增强体质、改善心理状态等健康和社会化方面的作用已得到广泛认可和证实。学者紧扣国家焦点和时政,对我国老年人的体育锻炼情况进行全面探讨和研究。对我国老年人体育锻炼现状研究的学者较多,但具有代表性的学者,如杨凡(2019)、丁志宏(2020)、徐京朝、李晓智、李竹丽(2021)等认为目前我国老年人参与体育锻炼的人数远远不够,难以达到体育大国,健康中国的范畴,相对于发达国家来说参与比例太低,老年人的体育锻炼意识仍需要加强。当前我国老年人参与体育锻炼选择的运动项目较为单一,主要以散步、广场舞、慢跑、太极拳,小球类无身体对抗性等运动量小的项目为体育锻炼方式,主要都是个人自主锻炼和自发性集体锻炼,锻炼时间大多集中在早晨,也有一部分老年人由于自身时间管理和习惯方式选择在晚上时段进行体育锻炼,可见早晚是老年人锻炼的主要两个时间段。老年人参与体育锻炼的频率也保持在较高的水平,大部分老年人每周参与体育锻炼在6次及以上,其中有相当一部分老年人每周每天参与体育锻炼1次或以上,每次锻炼持续在30分钟以上且保持在中等强度以上的老年人居多。锻炼场地以周边广场、公园、空地等公共场所为主,且都是没有组织,没有专业人员指导下进行锻炼。也有少量学者对农村老年体育与城市老年体育进行分析比较研究,如具有代表性的学者胡菲菲、王睿(2021)等认为农村老年体育基础设施匮乏,活动单一,农村老年人体育意识单薄,体育发展停滞不前,间断性的体育活动是农村体育常态,理念与实际不匹配,老年人群体落实效果差。认为城市老年体育,体育设施完备,体育活动多样;群体性体育活动居于主导地位,长久性体育活动成为主流,缺乏科学指引,总体不规范。

从现有的研究来看,大多数学者都是对我国老年人参与体育锻炼的现状进行研究,而对老年人进行体育锻炼取得的成效和意义,对社会参与的影响类的研究相对很少,并达成了体育锻炼作为老年人进行健康管理、增进身心健康的重要手段,对防治疾病、延缓机能衰退、增强体质、改善心理状态等健康和

社会化方面的作用的共识，以及大多数学者都是对某个发达城市或社区老年人参与体育锻炼的现状进行探讨和研究，而对经济落后，偏远地区的研究甚少，仅有少量学者对农村与城市老年体育现状进行比较分析。农村老年体育及特殊地区老年人体育都是建设健康中国的重要组成部分，对于全民健身和健康中国的建设具有深远价值。这些研究尽管都达成了一个共识，但在研究方法上都高度相似，缺少更新的研究方法和角度去研究，所以希望后来学者在此研究上有所创新，对老年体育提出新的观点，以助我国老年体育事业的发展。

## 2.2. 老年体育公共服务

公共服务是 21 世纪公共行政和政府改革核心理念，公共服务是以实现公共利益为目的，以政府为主导，通过提供各种不同性质的产品满足公民需要的服务，体育公共服务是通过提供各种体育产品满足公民需要的公共服务[2]。

体育公共服务是体育发展的基础，老年体育公共服务对老年体育的发展起决定性作用，体育公共服务的完善对实现“健康中国”具有重要价值。大多数学者从体育公共服务的需求和供给入手进行研究，如具有代表性的学者朱二刚、孙绪贵(2020)，甄玉、王占坤、杨宣旺(2021)、刘畅、何宇(2021)等认为体育公共服务中老年体育需求与供给不均衡、多元供给主体责任不明确、社区作用发挥不够，认为我国老年人体育公共服务供给存在政府“掌舵”行为不足，老年人体育公共服务供给质量不高；供给机制不完善，老年人体育公共服务供给有效性不高；多元主体供给不力，老年人体育公共服务供给社会效益不高[3]。我国体育公共服务中政府在职能、制度保障、公共设施方面的缺位现象。人民生活水平的提高，老年健康意识前移、进而对公共体育服务产生了强烈的需求，当前我国老年人的体育需求呈现多样化的特点，针对老年群体的体育公共服务存在制度供给、场地供给、信息供给等方面的不足。总体呈现出我国区域社会经济发展不平衡，农村和城市发展差距大，老年化加剧，老年人对体育的需求增加，而供给不足的状态。

从现有的研究成果来看，大多学者都是从老年体育公共服务的需求和供给端着手进行研究，并达成健康中国背景下，为积极响应健康老龄化、积极老龄化、促使体育需求急剧上升，进而供给不足、不对等、不平衡，老年公共体育服务供需矛盾日益突出，“均等共享”难以实现的共识。这些研究尽管都达成了一个共识，但在研究方法上都高度相似，缺少更新的研究方法和角度去研究，所以希望后来学者在此研究上有所创新，对老年体育公共服务提出新的观点，以助我国老年体育事业的发展。

## 2.3. 老年体育产业

老年体育产业是体育产业结构中重要的一部分，作为新兴崛起产业，在市场发展中具有广阔的发展前景和空间，逐渐成为社会和企业的投资热点。老年体育产业是通过体育为媒介，以老年人为服务对象，为满足老年人物质及精神需求，以促进社会和谐发展，文明进步和健康老龄化为目标的所有活动和活动部门的集合体[4]。众多学者都是从老年体育产业在发展中困境来寻找创新优化和解决策略入手进行探讨和研究。如具有代表性的学者陈灿、刘芸(2019)，陈日升(2021)、吴雅婷(2021)等认为，我国体育产业还处于发展阶段，老年体育产业面临着从政策到市场以及消费者个体因素的各方面困境，主要表现在政策不够完善、城乡老年人体育需求与供给不平衡、老年个体需求差异与供给单一的不协调、市场缺乏有效的管理及监督机制[5]。政府领导和市场运营是老年体育产业发展的基础性力量，而我国政府引导与市场推动的不协调运行，让我国老年体育产业的发展陷入困境。在大数据时代背景下我国老年人体育产业仍然面临着诸多挑战，老年群体对体育运动的需求无法得到满足，老年体育产业在新时代背景下的发展步伐缓慢等，主要表现在消费观念差异大、农场城市发展不平衡，政府管理和市场运行合作不协调，专业

师资不足,需求产品缺乏等问题。

从现有的研究来看,学者们对老年体育产业这一新兴产业的研究很少,对老年体育产业发展的动因、趋势与战略,深入分析类的文献几乎没有,所以后来学者应多对老年体育产业的现状,发展趋势,创新和未来规划进行探讨和研究,以助力国家养老事业的发展。

## 2.4. 老年体育政策

老年人体育政策是指政府为了切实保障老年人体育权益而制定的与老年人体育发展息息相关的法律法规政策。我国老年体育政策分布在老龄政策和专门的体育政策之中,关乎我国全民健身和养老服务开展的成效,主要指政府通过制定法律法规和计划措施,进而保证老年体育发展目标得以实现的行为准则[6]。我国在近三年颁布了10多部关于老年体育的政策法规,可见,我国政府对老年体育非常重视及对老年人身体健康十分的关心。尽管如此,关于老年人体育政策的问题还是层出不穷,无法避免。如具有代表性的学者毛中晗、黄馨平(2020),湛冰、王凯珍、范成文(2020),朱二刚、荀思杭(2020)等认为,当前,我国老年体育政策执行出现真空化与政策效能低端化的双重困境,在政策制定颁布和实施过程中,政府、集团和社会组织之间没有明确的分界,我国老年体育只见每年都有新的政策制度颁布、而没有真正落实,老年体育中存在的问题没有得到解决,老年人在体育中的地位仍然没有突出,只有数量而没有质量,没有体现出老年人群体的“话语权力”。我国老年体育政策缺乏科学决策,依据来源,导致政策无法落实到实处,执行起来比较分散,系统性协调性不强,缺乏配套实施的细则,在实行过程中找不到目标,难以精确执行。我国老年体育政策的表述过于笼统、宽泛,相对来说欠缺科学数据支撑。

从现有的研究成果来看,关于老年人体育政策的研究并不是很多,仅有研究都是学者们从我国老年体育政策的特征,制定和实施过程中存在的问题,寻找通过对国外优秀政策的借鉴和启示来优化、完善我国老年体育政策,并达成了向国外发达国家学习、借鉴,引进适合我国老年体育政策发展的可行性建议的共识。对于老年体育政策、法规的研究还要很大挖掘空间,所以希望后来学者多对老年体育政策发展创新和未来规划进行探讨和研究,为国家发展与社会和谐提供经验启示,助力国家养老事业的发展。

## 3. 总结

综上所述,纵观我国学者对近三年老年体育的研究成果可见,当前针对老年体育的研究,无论是从研究广度和研究深度上来看都有待提升,研究领域相对集中,研究方法单一,缺乏创新点和多角度研究,学术论文中有影响力的研究成果也不多见,大多研究都出自一般期刊。并且研究以个案研究居多,又以描述性的研究为主,各个地区的经济实力不同,老年体育的发展亦各不相同,在对老年人体育的研究中不应以偏概全,应采用不同研究方法,从不同地域,不同角度等出发对我国老年体育进行深入研究。在老龄化日益加剧的今天,我们要通过多元途径解决老年体育在发展中所遇的困境,建立和完善老年体育相关配套资源,切实通过体育途径来实现我国对老龄化问题的积极应对。

## 参考文献

- [1] 戴志鹏. 健康中国背景下体育促进老年健康研究的回顾与前瞻[J]. 体育科技文献通报, 2021, 29(11): 29-32+50.
- [2] 杨凡, 黄映娇, 王富百慧. 中国老年人的体育锻炼和社会参与: 促进健康与网络拓展[J]. 人口研究, 2021, 45(3): 97-113.
- [3] 周爱光. 从体育公共服务的概念审视政府的地位和作用[J]. 体育科学, 2012, 32(5): 64-70.
- [4] 舒刚民. 审视与治理: 我国老年公共体育服务供给的再认识[J]. 西安体育学院学报, 2018, 35(4): 420-425.
- [5] 陈灿, 刘芸. 人口老龄化背景下老年体育产业发展的困境与出路[J]. 运动精品, 2019, 38(9): 64-65.
- [6] 陈日升. 政府与市场视角下我国老年体育产业现状审视[J]. 邵阳学院学报(社会科学版), 2021, 20(5): 105-109.