

# 運動人口 大陸 較 嚴 謹

## 基本特徵在強調直接參與和身體活動性 每週至少活動三次 每次30分鐘以上

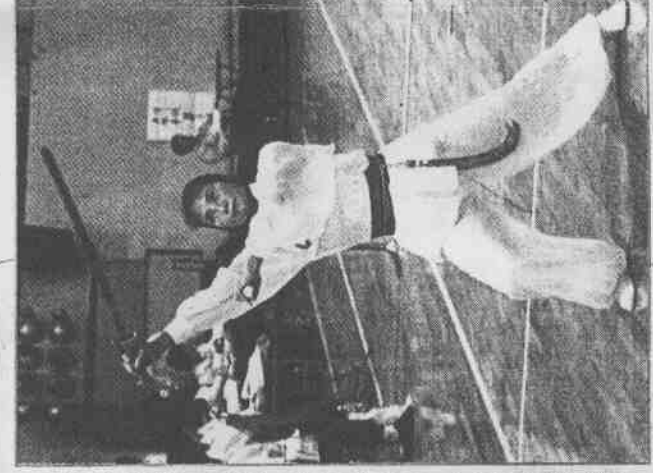
記者 陳筱玉 專題報導

最近國內經常出現一些探討運動人口的言論，然而何謂運動人口？用什麼樣的標準去衡量？本身不參予運動僅只看運動或購買運動周邊產品如NBA球迷，對加強國內運動風氣、水準有無影響？他們算不算是一種運動人口？其實都是問題，也會因每一個國家的國情而不同，但如果從大陸學者最近提出的「運動人口」定義來看，彼對「運動人口」的衡量與定位比台灣要嚴謹很多，或許這也是他們因為地方太大、人口太多，很容易以較嚴格的條件去取樣的關係吧。

大陸判定運動人口的依據為以下幾點：  
一、每週身體活動頻度三次（含三次）以上；二、每次身體活動時間三十分鐘以上；三、每次身體活動強度中等程度以上。  
而根據這三點，大陸得出來的結論為：  
●一九九六年我國（大陸）有三十三點二六%的十六歲以上的人參加了至少一次體育活動，六十六點七四%的成年人一次體育活動都沒有參加。  
●以上參加體育活動者中有部分人參加了體育比賽和表演，占成年人總數的廿三點〇五%。參加次數以一至三次者居多。  
●在一九九六年年三十三點二六%的體育活動參加者中，參加活動的頻度是比較高的，有八十四點四六%的人每週至少有一次活動，其中四十九點五四%的人達到了體育人口的評價標準。  
●在每次鍛鍊達到三十分鐘以上的占九十六點〇一%，且每週三次以上者中，鍛鍊的運動負荷強度在中等以上者為十五點四六%。因此可以認為一九九六年我國十六歲以上的人口中，達到體育人口判定標準的人口比例是十五點四六%，約為一點四億人。

這項源自於大陸體育總局的論文中指出，所謂「體育（運動）人口」，是指經常從事身體鍛鍊、身體娛樂、接受體育教育、參加運動訓練和競賽，具有統計意義的一種社會群體。  
**強調親身實踐 達到體育目的**  
它是以體育為重要特徵的、具備人口規模、人口結構、人口空間分佈三要素的一種特定類型的亞人口。

在確定體育人口時主要在社會體育領域內進行。但大陸卻特別強調，所謂「運動人口」必須直接參與才能算一口，然而事實上兩岸都存在著大量的不直接參加體育活動，但十分熱衷高水準競技體育比賽表演的觀眾者和體育傳媒的視聽者。這一人群與體育的關係十分密切，而且數量相當大，他們是體育市場的主要消費者群體之一，也是體育社會實踐的重要支配群體之一，他們與體育的親和程度很高，具有從非實質性體育人口向實質性體育人口轉化的基本條件，做好他們向實質性



每週至少進行三次三十分鐘以上的活動，才稱的上是「運動人口」。  
根據大陸體育總局的定義，「運動人口」是指經常從事身體鍛鍊、接受體育教育並參加運動訓練和競賽的一種社會群體。  
（路透）

而直接參加各種身體活動，即具有親身體育實踐，是運動人口的基本特徵，他們通過採取某種特定的身體練習方法，達到體育的目的，即增強體質，增進身心健康，提高運動技能，改善生活方式，促進人的全面協調完善發展。  
這部分人口可稱實質性體育人口。在本書中所界定的體育人口，即指實質性體育人口。  
至於學校體育、武裝力量體育和高水準競技體育的參與與行為為具有一定的強制性和穩定性，這些運動人口的群體與相應的總群體區別不大，可視為當然體育人口。  
而社會體育中，運動人口與總群體之間的差異存在著管理學和社會學意義，即對社會體育管理水平和制約人們體育參與的社會因素的評價，也存在着對整個社會或社會群體體育價值觀念的判斷，因此，世界上大多數國家

體育人口的轉化工作，是社會體育的一項重要任務，因此在研究體育人口時不能忽略和排斥他們的存在。但由於設定條件很難，所以大陸官方於調查運動人口時未把這種觀眾消費人口列入。  
**設定衡量標準 有助政策推動**  
體育運動的教學、科研、新聞、管理部門的工作人員與體育的關係十分密切，但是其中也確有一部分人不是實質性體育人口。但這部分人口在總人口中的比重不大，對他們的忽略不影響統計結果。  
下棋、打牌、釣魚等類活動中，被採用的體育手段不多，身體活動性不明顯，增強體質的作用尚待進一步探討，因此在本研究中暫不將僅以這類活動作為體育參與的人列入實質性體育人口。  
由於決定體育人口的參數比較多，如參與者自身的初始健康狀況、年齡性別、選擇活動的方式、活動頻度（即每週鍛鍊的次數）、每次活動時間、活動時的負荷強度、活動後的實際健身效果等等，因此制定一個客觀、科學又便於操作、統計的統一判定標準非常困難，但至少需要有一個簡單的衡量標準，才能了解政策推動的進度或是否確實被執行、及其可行性。