

韩国生活体育发展历程、成效及启示

虎晓东¹, 李成宝²

(1. 宁夏大学 体育学院, 宁夏 银川 750021; 2. 阜阳师范大学 体育学院, 安徽 阜阳 236037)

摘要: 运用文献资料等研究方法, 梳理韩国生活体育的发展历程, 厘清其现行主要支持项目和成效, 期冀为中国全民健身高质量发展提供参考。研究结果: 韩国通过不断完善生活体育相关的政策法规, 最直接的成效是扩大了体育基础设施、体育人口以及民众的体育与健康意识逐步提高, 从而不同程度地增进国民健康水平, 降低老龄化带来的高额医疗费用支出, 并带动体育产业的发展。但也存在无法满足私营部门的需求和供给、体育福利扩散过程中存在显著地区间差异等问题。启示: 构建标准化顶层设计, 加强融合服务; 以需求为主, 扩大体育基础设施建设; 构建宣传与志愿者服务体系; 制定国民体力认证标准, 创新激励机制。

关键词: 生活体育; 体育福利; 老龄化; 全民健身; 体育产业

中图分类号: G813 **文献标识码:** A **文章编号:** 1003-983X(2024)01-0023-06

Development Process, Effect and Enlightenment of Life Sports in Korea

HU Xiaodong¹, LI Chengbao²

(1. College of Physical Education, Ningxia University, Yinchuan Ningxia, 750021; 2. School of Physical Education, Fuyang Normal University, Fuyang Anhui, 236037)

Abstract: Using literature and other research methods, the researchers analyzed the development history of life sports in Korea, and clarified the current major support programs and their effectiveness, with the hope of providing references for the high-quality development of national fitness in China. By continuously improving the policies and regulations related to lifestyle sports, Korea has most directly expanded its sports infrastructure, sports population, and gradually increased the public's awareness of sports and health, thus improving national health to varying degrees, reducing the high medical expenses brought about by aging, and boosting the development of the sports industry. However, there are also problems such as the inability to meet the demand and supply of the private sector, and significant regional differences in the diffusion of sports benefits. Implications: Build a standardized top-level design and strengthen integration services, expand sports infrastructure construction based on demand and build a publicity and volunteer service system, and develop national physical fitness certification standards and innovative incentive mechanisms.

Keywords: life sports; sports welfare; aging; national fitness; sports industry

党的十八大以来, 全民健身上升为国家战略, 并通过广泛开展全民健身活动取得了快速发展, 为加快推进体育强国建设和实现健康中国战略目标奠定了基石。但与此同时, 我们应意识到, 随着我国社会经济的发展, 人民生活环境得到不断改善的同时, 也要求新时期全民健身事业更高水平地发展。然而, 全民健身活动的开展还存在诸多问题, 具体表现在: 场地总量依然不足^[1]; 质量不高、社会力量参与不充分^[2]; 社会体育指导员未能充分利用; 国家体育锻炼标准的制定与推行; 便捷的体育锻炼场所等方面。了解、借鉴全民健身体系较发达国家

的发展经验, 对中国全民健身战略高质量发展具有重要意义。

其中, 韩国在推行“生活体育”的过程中形成了一些成功经验, 有效提升了其国民健康和体能水平。近年来, 国内学者对韩国生活体育相关法规和政策, 以及老年人生活体育的开展现状等进行了研究^[3-5]。也有学者对“韩国生活体育发展状况进行分析、归纳与发展建议”^[6], 认为“韩国生活体育的最大特点是经费充足, 以营利性体育场所为主”^[7]。但是, 已有研究缺乏对韩国生活体育法制化支持的发展历程及成效的研究。基于此, 本研究采用文献资料法、逻辑分析法, 以及作者在韩国求学期间的田野观察, 系统梳理、归纳、分析韩国生活体育的发展历程、现行主要支持项目及发展成效和经验, 并结合我国实际情况提出发展建议, 期冀为中国全民健身战略高质量发展提供参考。

1 韩国生活体育的发展历程

20 世纪 80 年代, “韩国政府为加快创建先进国家的进程,

收稿日期: 2023-08-29

第一作者简介: 虎晓东(1984~), 男, 宁夏固原人, 博士, 副教授, 研究方向: 体育社会学。

通讯作者简介: 李成宝(1983~), 男, 安徽颍上人, 博士, 讲师, 研究方向: 体育心理学, E-mail: 342121285@qq.com。

便效仿西方国家‘终身体育’(Sport for Lifetime)和‘为所有人的体育’(Sport for all),不断开展改造国民意识的运动”^[6]。以1988年汉城奥运会成功举办为起点,开始逐步推行生活体育政策。其演进历程可分为3个阶段。

萌芽期(1982—1988年)。1982年《国民体育振兴法》做出“旨在有效振兴国民体育,为国民提供体育福利和弘扬国威做出积极贡献”的全面修改,标志着“国民体育”首次有了法律依据;但实际上的法律修订内容是:培养大韩体育会、以竞技体育为中心,成功举办国际和地方职业体育赛事为主^[8]。但这为后来的生活体育政策奠定了一定前期基础。

形成推广期(1989年至新世纪初)。1986年汉城亚运会和1988年汉城奥运会的成功举办,激发了国民参与体育运动的热情,韩国政府随即制定了满足国民体育需求的第一例政策——《国民生活体育振兴综合计划》(又称虎计划1990—

1992年),又于1991年新设了专门负责推进生活体育的社会组织——国民生活体育协会;同时,依照《国民体育振兴法》的规定,制定了《国民体育振兴第一个五年计划(1993—1997年)》,该计划提出“面向全国推广生活体育”的要求。以上从制度上为生活体育的发展提供了保障。

调整完善期(2000年至今)。进入新世纪后,韩国在关注国际体育比赛的同时,扩大不同阶层的体育参与机会,提高全体国民生活质量和生活水平的决定性权利,将生活体育作为国家基础福利政策推进。韩国政府先后制定了《国民体育振兴五年计划》《文化愿景(2008—2012)计划》《2030运动愿景》等支持生活体育发展的政策。2015年3月27日,以通过生活体育增进国民健康和体力、善用闲暇及提高福利为目的,颁发《生活体育振兴法(法律第13251号)》作为配套实施法。至此,生活体育政策支持体系逐步完善,走向了成熟发展阶段(见表1)。

表 1 韩国生活体育政策支持演变历程

阶段划分	责任主体	政策及主要内容
萌芽期 (1982—1988年)	体育部	1982年,新设体育部;同年,《国民体育振兴法》修改,提出旨在有效振兴国民体育;1985年,制定《社会体育第一个五年计划》,提出通过体育培养健康市民的体育立国目标;同年,韩国社会体育振兴会成立。
	体育 青少年部	1989年,制定《国民生活体育振兴计划》(虎计划1990—1992),这是韩国第一例生活体育专项政策,主要从体育设施、体育计划、职场体育以及改善生活体育指导者培养制度等4个方面实施;1991年,成立“国民生活体育协会”。
形成、推广期 (1989—1999年)	文化 体育部	1992年,制定了《国民体育振兴第一个五年计划(1993—1997年)》,计划通过“增强体育参与意识;增加体育活动的空间;培养生活体育指导者;培养和支持公民体育活动;增加公民健康休闲的机会”等措施,向全民推广生活体育。1997年,制定了《国民体育振兴第二个五年计划(1998—2002年)》,以社区为中心,构建生活体育参与环境,主要措施有“增加社区居民活动的体育设施、场所;扩大生活体育参与人口的计划;培养和利用生活体育指导者;国民体能管理的科学支持;民间主导的生活体育推广”等5个方面。
	文化 观光部	2002年,政府制定《国民体育振兴第三个五年计划(2003—2007年)》,该计划在第二个五年计划的基础上,增设了“体育俱乐部的系统化发展;休闲体育发展方案以及友好型生活体育空间”等内容,通过活跃生活体育提高国民生活质量。中央政府的体育主管部门由文化观光部更名为文化体育观光部。2008年,出台了《文化愿景(2008—2012年)》即《国民体育振兴第四个五年计划(2008—2012年)》,提出改善“15分钟项目”体育活动参与条件,通过“社区体育俱乐部落户与发展;提高体育人才的运用及国民体能的提高;实施个性化体育福利;加强传统武艺定点和培育推广;提高生活体育设施的扩充和利用;休闲体育设施和空间扩充”等战略部署,2012年实现“从体育强国到体育发达国家”的愿景。
调整、 完善期 (2000年至今)	文化 体育 观光 部	2013年,制定《2018体育远景》即《国民体育振兴第五个五年计划(2013—2018年)》,并提出“百岁时代用体育改变大韩民国”的展望,主要措施是“扩充综合型体育俱乐部;增加受益人数;国民体力认证制;生活体育指导员分类培养;增设小型体育馆;残疾人体育设施改造;设置生活体育服务中心;建立体育设施地图;面向低收入层扩大幸福分享体育教室”等措施,用触手可及的体育,营造所有国民生活化、持续参与的体育环境。同一时期,出台《国民生活体育综合计划》,旨在大幅提高每周1次以上的生活体育参与率,与生活体育带来健康幸福的国家愿景一起“微笑生活100年”。
		2016年国民生活体育会和大韩体育会合并的统合体育会诞生,正式名称为大韩体育会。朴槿惠政府推进了《体育展望2018》《国民生活体育振兴综合计划》政策,这意味着体育成为生活方式和文化,以体育改变经济、社会、未来的文化兴盛。2017年,制定《国民生活体育振兴基本计划》,提出“不同年龄段量身定做的体育支援体系,体育常态化(保险优惠、退税、生活体育广场、体育指导员定制化等),人人享有的体育,体育价值扩散,培育多种形式的体育俱乐部,扩大公共体育设施开放的法律制度改善,精准培育体育指导者,以需求者为中心的体育设施及信息提供”等措施。同一时期,制定《2030体育愿景》,通过“随时随地方便使用的体育设施,优秀体育指导者学习的体育培训,改善体育俱乐部支援体系,所有人都在一起的体育环境,以及发展民间体育”等措施,实现体育发达国家建设愿景。

注:资料来源于韩国国民生活体育振兴综合基本计划(2013)、国民生活体育振兴基本计划(2018),由作者整理得出。

2 韩国生活体育主要支持的项目

2.1 体育基础设施支持项目

韩国通过实施体育基础设施支持项目,为国民参与生活体育提供便利条件。2018年,共投入1336亿韩元^[9]支持4个项目:一是国民体育中心,该项目从1997年开始实施,2018年推行了生活圈型(贴近日常生活型)的国民体育中心模式和试点工作,以集中设置的方式为国民体育活动提供平等参与的机会;二是开放性多功能体育馆,利用学校用地建立体育场馆,为学生和社区居民提供共同使用的生活体育设施,并提供平等的体育福利机会;三是公共体育设施改造维修,支援10年以上需要紧急改造、维修的全国公共体育场馆设施,并为残疾人提供安全舒适的体育活动参与条件;四是生活体育基层扩散,通过建设社区冰球、拳击、足球等场地设施,让青少年体验各种体育活动,以及满足不同阶层、群体(残疾人和妇女)的新体育设施需求,提高国民的生活质量。

2.2 生活体育广场项目

“生活体育广场项目”是最早(1993年)实施的生活体育支持项目,它是以前或以社区为单位,通过部署体育指导员、提供饮用水等方式,在公园和广场等公众体育活动场所的早、晚时段,就近创设各年龄段均可参与的基础性体育环境。其目的是为持续开展全民性体育生活化运动而营造文化氛围。各乡镇或社区充分利用报纸、电视和社交平台等宣传途径,为居民提供生活体育广场相关信息,吸引居民的关注和参与。据2019年大韩体育社会事业报告书显示,“2018年生活体育广场共运营5万余场次,参与人数高达142万余人。此外,通过体育7330志愿者服务团队的才能分享,以关注弱势群体的身体、情感和社会健康为主,改善国民对接近生活化体育服务的认识。2018年,体育7330志愿者团队全年共组织1654名成员进行了时长787.6h,共计196次的分享才艺志愿服务^[10]。”

2.3 体育讲座(课程)券支援

体育讲座券支援项目始于2009年,2013年由国民体育振兴公团移交给韩国文化艺术委员会主管。该项目是福利计划,主要为低收入者、青少年(5—18岁)提供每年7个月以上、每月8万韩元的援助,扩大这一群体参与体育活动的机会,提高生活质量,为社会团结作出贡献,体现出体育的福利性。运行方式是需求者网站申请(资格确认)→地方自治团体复审→发卡→使用券→统一核算→统计管理(电算)^[11]。据统计,2018年该项目为52129人提供了196亿韩元的援助。

2.4 分享幸福体育教室

“分享幸福体育教室”旨在以弱势群体青少年为对象,提供参与各种体育活动的机会,为创造健康的休闲活动条件、提高体育参与公平性及培养社会适应能力作出贡献。分享幸福体育教室分为移动的体育馆(运动巴士)和分享幸福各项目生活体育教室。运动巴士内部由媒体区、VR体验区、数字展示区、Will体验区组成,外部为体能测试区,可开展迷你棒球、迷你篮球、足球、传统体育等。2018年,共有352家108313人参与足球、田径、保龄球、剑道等17个项目^[9]。此外,国民体育振兴公团的产业培养组以全国的小学校为支援对象,正在推进

普及虚拟现实体育教育室的尖端技术基础产业革新事业。从2016—2018年,共有141所学校设置和运营体育课堂虚拟教室^[12]。

2.5 国民体能100运营支援项目

国民体能100运营支援是为了赋予国民参与生活体育的动机,通过个人体力诊断、量身定做运动处方的方式,提供科学的体能管理计划。2010年文化体育观光部制定了体能认证项目实施决定和以成人为对象的体能认证标准,测定项目根据对象分为青少年(13—18岁)、成年人(19—64岁)、老年人(65岁以上),测定方法也根据对象的不同而不同。2016年,开发了《韩国人健康体能标准》;2018年,43家体能认证中心投入运营,并增设了少年儿童(11—12周岁)体能认证标准^[12]。国民体能100根据体能测试结果,通过颁发不同认证阶段的认证奖和多种政策支持来激励和吸引国民参与生活体育。

3 韩国生活体育推行效果

3.1 生活体育参与情况

据韩国2020年国民生活体育调查报告^[12]显示,近一年,参加生活体育活动的比例为70.5%,其中,每周参加2~3次、每次30min以上体育活动的人数最多,占30.7%。这一数据自2016年以来,呈逐年上升趋势,但在2020年出现下降(见表3)。此外,据韩国文化体育观光部公布的调查数据显示,在“最近一年规律参与体育活动的理由”问题中,有59.4%的人认为,参加体育活动是因为有足够的时间保障;37.6%的人认为,体育设施的接近性为参与体育活动提供了便利。对于“不参加体育活动的理由”问题中,闲暇时间不足、不关注体育活动、体育活动支出费用高等因素占据前三。

可见,韩国政府通过不断扩大贴近生活化的体育基础设施、体育讲座券的支持力度等扶持项目,提高了体育人口,但仍有约30%的国民因“闲暇时间、经费不足”等因素而不能参与体育活动。对此,韩国学者认为,生活体育政策应朝着国民体育权利得到保障的方向推进,进一步通过生活体育振兴政策,为国民提供多样化的政策环境^[13]。

3.2 国民健康与体力的意识

韩国2020年国民生活体育调查报告^[12]显示,在回答“参加体育活动的相关效果”等问题时,有90.3%的人认为,体育活动对保持身体健康“非常有效”;88.7%的人认为,体育活动对保持心理健康的效果“非常有效”;77.0%的人认为,体育活动对日常生活“非常有效”;体育活动对降低医疗费用的效果,认为“非常有效”的比例为67.3%。说明,参加体育活动除了促进个人健康水平外,医疗成本也得到降低。这也是韩国政府在应对高龄化时代高额医疗费用问题时,采取的有效措施。

韩国体育科学研究院研究认为,如果国民的体育参与率达到50%,每年可以节约医疗费1.4万亿韩元,如果人均每月的体育活动经费为4万韩元,健康增进效果为每月32.9万韩元^[14]。因此,随着社会环境的变化,体育活动对国民健康和幸福的贡献率会增大,国民的体育需求也会增加,政府在生活体育政策方面也应向福利层面方向进一步持续推进。

表 2 2016—2020 年韩国国民参与生活体育及频率情况表

单位:%

时间/年	不参加人数	参与体育活动频次						参与率
		3 次及以下/月	1 次/周	2~3 次/周	4~5 次/周	6 次/周	每日	
2016	29.5	11.0	10.2	29.2	14.5	2.5	3.1	70.5
2017	28.9	11.9	11.1	27.2	15.1	1.6	4.3	71.1
2018	28.0	9.8	9.8	30.0	15.4	2.4	4.6	72.0
2019	25.9	7.6	14.4	34.8	11.8	1.4	4.1	74.1
2020	29.5	10.4	13.1	30.7	11.9	1.7	2.8	70.5

注:数据来源于韩国 2020 年国民生活体育调查报告,由作者整理所得。

3.3 体育活动条件

3.3.1 生活圈周边的体育设施及使用现状

韩国生活体育扶持持续时间最长、力度最大的是体育场地基础设施项目。据韩国 2018 年体育白皮书^[15]显示,韩国民众对“生活圈周边体育设施的认可度”为 89.4%,其中有 74.3%的民众经常使用体育设施。从年龄段来看,10 岁年龄段表示经常使用“学校体育设施”;20—40 岁年龄段表示经常使用“民间体育设施”(体能健身房);50 岁以上人群表示使用“公共体育设施”,即公共住宅小区体育设施或简易运动场。在使用体育设施的原因中,民众认为“距离近、费用低或免费”的比例最高,不使用体育设施的主要原因是“时间不充裕”。多年来,韩国政府以国民需求为主,逐步扩大体育基础设施建设,满足国民对体育锻炼的需求。生活体育作为国家政策出现后,为了满足民众体育需求,持续扩大体育基础设施建设、丰富生活体育项目,并通过生活体育指导者支援工作,不断提高国民生活体育参与率。

3.3.2 体育消费现状

生活体育的全面推广和高比例的体育人口,推动了体育产业的快速发展。韩国 2020 年国民生活体育调查报告^[12]显示,近一年国民购买过运动用品的比例为 34.2%,国民体育支出费用在 30 万韩元以上的比例为 35.5%。从年龄段来看,40 岁人群购买运动用品平均为 35 万韩元,10 岁人群购买运动用品平均为 19.9 万韩元。据韩国体育科学会研究表明,每周 2~3 次的体育活动可为国家带来 11 万亿韩元的经济效益,体育活动投资 1 110 韩元可节省 3 801 韩元费用^[14]。如韩国体育产业学者金基卓所述:近年来,韩国整个服装产业处于低迷状态,只有体育领域的服装产业在增长。可见,生活体育的全面推广,带动了韩国经济产业的发展。

3.3.3 体育培训体验现状

韩国 2019 年国民生活体育调查报告^[12]显示,国民参加过生活体育相关讲座或培训的平均比例为 20%,其中,女性(23.1%)参加讲座或培训的比例高于男性(16.9%);从年龄段来看,40 岁年龄段占比最高(25.3%),70 岁及以上年龄段参加讲座或培训占比最低(12.9%)。参加讲座或培训的平均时间为 4.9 个月,从性别来看,女性(5 个月)比男性(4.8 个月)参加生活体育讲座或培训的时间更长;从年龄段划分,60 岁年龄段参加讲座或者培训的时间最长(5.5 个月),30 岁年龄段的讲座或

培训时间最短(4.5 个月)。在回答“没有参加体育课程或培训的原因”问题中,除了 70 岁及以上年龄段认为“经济不富裕”外,其他年龄段均认为“没有时间参加”。可见,政府制定了针对不同生命周期有关生活体育的讲座或培训,在一定范围内得到宣传。但考虑到超老龄化社会、多元文化家庭增多等社会结构的变化,预计未来将进一步强化以需求者为中心或符合特殊目的的生活体育政策方向。

4 对中国全民健身高质量发展的启示

4.1 构建标准化顶层设计,加强融合服务

韩国“生活体育”政策支持体系从开始到推行用了 30 多年的时间,且至今处于不断完善补充的过程中。相比韩国,中国人口基数大,地域间差异显著。因此,全民健身作为实现健康中国战略目标的基础,一方面,不仅要构建中央层面标准化的顶层设计来保证政策的引导、资金支持、法律保障,还要各地方根据自身实际情况制定能够落地、落实和落深的具体执行方案,只有两者有机结合才能完善全民健身政策体系,实现政策目标。另一方面,在复杂和瞬息万变的社会结构与环境,由单一部门独自推进的政策逐渐无法保证其实效。因此,“把社会主义集中力量办大事的优势和市场配置资源的竞争优势有机结合”^[16],促进体育、教育、文化、环境以及卫生等多部门之间的深度融合,才能确保政策的有效推进。

4.2 以需求为主,扩大体育基础设施建设

据我国 2020 年国民经济和社会发展统计公报显示,全国共有体育场地 371.3 万个,体育场地面积 31.0 亿 m²,预计人均体育场地面积 2.20 m²^[17]。同时,2020 年国务院办公厅印发的《关于加强全民健身场地设施建设发展群众体育的意见》为体育场地设施建设给出了指导意见。因此,为了实现体育强国建设目标,各地方需要深挖、细挖全民健身政策,并结合惠民政策,以社区、乡(镇)或村为单位,扩大贴近居民生活圈、使用率高的中小型体育设施,提高体育设施的利用率,“推动公共体育服务扎根社区、扎根居民日常生活的创新与变革,支撑健康中国建设”^[18];同时,增设适宜幼儿、妇女、老年人和残疾人体育锻炼的基础设施,保障不同群体人群的基本体育需求。从而转变以普遍化为主转向有针对性的政策方向,以便能够应对社会变化带来的体育环境。

4.3 扩大政策支持内容,构建宣传与志愿者服务体系

韩国政府为了巩固有规律参与生活体育人群的持续性,提高非参与者对生活体育的关注和促进其参与,制定了一套完整的宣传体系和志愿者服务办法。随着现代科技和互联网的发展与普及,中国各地方在制定当地全民健身政策中,应设立专项基金或基金会,通过政府购买服务的方式,构建线上和线下相结合的宣传与志愿者服务措施扩大政策实施的深度、力度和广度。

线上,一是积极利用大众媒体(电视、报纸和广播)、互联网以及公共交通工具等渠道,集中宣传全民健身对于健康和体力的影响,提供能够满足人民群众多样要求的健身内容,以及全民健身信息;二是建立地方全民健身信息门户,通过调查当地居民的体育需求选定体育项目,进行能够融入生活化、常态化的宣传,并非每年一次的行政宣传(全民健身日)。线下,一是规范社会体育指导员的管理,实行全年指导服务的最少次数要求,给予志愿者免税、城市公共交通优惠等激励或适当物质奖励办法;二是由体育部门引导,各运动项目协会协同,广泛开展省、市、县以及乡镇(街道)四级比赛,定期举办各体育项目的推广与指导;三是体育部门协同高校,选派体育专业大学生进行持续1~2周的寒暑假社会实践服务活动,可以深入到村、社区进行宣传和指导服务。

4.4 制定国民体力认证标准,创新激励机制

文献资料显示,早在“1982年中国出台了《国家体育锻炼标准》,但为了满足不同时期学生体质健康需要,于2002年经过修订完善,更名为《国家学生体质健康标准》”^[19]。此外,有12个运动项目已制定业余锻炼等级标准,包括武术、马术、健身气功、铁人三项等等,但都因经费、配套政策以及群众积极性不高等关键因素而难以落实^[20]。中国《全民健身计划(2016—2020年)》中指出,“推行《国家体育锻炼标准》,颁发体育锻炼标准证书等 建立多渠道、市场化的全民健身激励机制。”

因此,制定并推行符合中国国情的《国家体育锻炼标准》,提供科学的体育锻炼管理计划,为增进人民群众健康水平作出贡献。比如,首先借鉴韩国、日本等国家关于国民体能标准与认证制度的成功经验,进行可行性分析和基础研究;其次,在中国《国家学生体质健康标准》的基础上,增设、完善不同生命周期人群的锻炼标准,形成具有中国特色的《国家体育锻炼标准》;第三,各地方建立《国家体育锻炼标准》认证机构,线上线下相结合,个人通过网站或者信息门户申请体育锻炼标准认证,团体认证到相关现场进行测量的方法。第四,体能测试后,根据测试者的体育锻炼评估结果,由专家开出个性化的运动方案,并通过印刷品或视频的形式提供给测试者;第五,通过颁发不同年龄阶段的体育锻炼标准证书,以及免税、公共交通、体育场馆、旅游景点费用减免等多种优惠政策,吸引和激励民众参与《国民体育锻炼标准》的推行。

5 结语

韩国“生活体育”推行30多年以来,政府在不同时期给予充分的政策支持,取得了显著成效。从发展历程来看,政策目的由发展竞技体育向生活体育的转变,并且已经从传统的健康层面逐渐发展到人人享有的国家福利层面;在法律保障方

面,不断修改、完善《生活体育振兴法》,对授权事项或补充事项做出进一步的细化规定。从推进成效来看,最直接的影响是扩大了体育人口;生活化体育基础设施得到完善;国民对生活体育的意识和需求不断提高;生活体育振兴政策成为国家主要政策。从而不同程度地增进了国民健康和体力水平,降低了老龄化带来的高额医疗费用支出,带动了体育产业的发展。但是,韩国生活体育推行过程中也面临着一些挑战。例如,由于政府主导下体育政策的特性,不能主动应对私营部门的需求和供给、体育权力无法得到保证,以及体育福利扩散过程中存在显著的地区间差异等问题。

当今中国社会,随着经济持续增长带来的人均收入增加,摆脱了绝对贫困;闲暇时间的增多,以及老龄化人口急剧增加等变化的社会环境下,人民群众对体育的需求会逐渐增加。这就要求不断提升全民健身事业向着标准化、针对性的方向发展,激发社会体育指导员与志愿者的社会服务,扩充便捷的体育基础设施,不断满足人民群众的体育需求,让体育成为人们生活的组成部分。

参考文献:

- [1] 王云升.我国全民健身场地设施发展短板、成因及对策[J].体育文化导刊,2023,247(1):60-66.
- [2] 国家发展改革委,体育总局.关于印发《“十四五”时期全民健身设施补短板工程实施方案》的通知[EB/OL].(2021-04-20)[2023-02-17].https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2021-04/27/content_5602977.htm.
- [3] 闫华.中日韩三国举办奥运会前后有关大众体育政策法规研究[J].北京体育大学学报,2010,33(6):18-21.
- [4] 刘天宇,李晖,吴然丰,等.韩国老年体育对我国老年体育发展的启示[J].沈阳体育学院学报,2014,33(5):33-38.
- [5] 李红艳,尹源培.韩国《国民体育振兴法》的解读与借鉴[J].西安体育学院学报,2019,36(5):520-526.
- [6] 金育强,魏婷.韩国生活体育发展状况及其振兴政策的研究:对中国体育生活化的启示[J].沈阳体育学院学报,2013,32(2):42-45.
- [7] 孟娜,高福升.韩国民众生活体育发展研究[J].东疆学刊,2023,40(1):60-63.
- [8] 손석정.우리나라 생활체육정책의 변화과정과 향후 전망 [J]. 스포츠엔터테인먼트와법 2016, 19(4):69-89.
- [9] 2019 体育产业调查报告[EB/OL].(2020-02-01)[2022-12-08].<https://spobiz.kspo.or.kr/front/bbs/bbsD-etail.do>.
- [10] 강민욱.조옥연 체육복지관점에서 본 체육시설 공급정책의 변화 [J]. 한국체육정책학회지, 2018, 16:179-191
- [11] 体育课程卷计划[EB/OL].(2020-03-20)[2022-12-15].https://www.mcst.go.kr/kor/s_policy/subPolicy/sportstour/sportstour09.
- [12] 2019 年生活体育调查报告[EB/OL].(2020-03-09)[2022-11-29].https://www.mcst.go.kr/kor/s_policy/subPolicy.
- [13] 조옥연.생활체육정책 유형에 관한 국가 간 비교연구[J]. 한국콘텐츠학회논문지, 2012, 12(4):457-467.
- [14] 韩国体育科学研究院.国民体育振兴监查报告书[EB/OL].(2007-02-01)[2022-10-25].<https://www.kspo.or.kr/kspo/singl/orgnz-t/list>.
- [15] 2018 体育白皮书[EB/OL].(2020-10-30)[2022-11-29].<https://www>

(下转第71页)

- (11):1046-1049.
- [31] 俞静.中学生学习倦怠与应对策略、时间管理倾向的关系研究[D].福建师范大学,2009.
- [32] 范金刚.高中生的学习投入与班级心理气氛的关系[J].中国健康心理学杂志,2010,18(9):1115-1117.
- [33] 刘在花,毛向军.学习压力对在职研究生学习倦怠的影响:社会支持的调节作用[J].中国特殊教育,2013(1):79-84.
- [34] 赵雯雯,郑珊红,张爱华.癌症患者心理弹性水平及其影响因素研究[J].护理学杂志,2015,30(3):22-25.
- [35] 叶艳,范方,陈世键,等.心理弹性、负性生活事件和抑郁症状的关系:钢化效应和敏化效应[J].心理科学,2014,37(6):1502-1508.
- [36] 花晨阳.工作压力与离职倾向:心理弹性的调节作用[D].华中师范大学,2014
- [37] 芦沁蕊,丁琳,王艳丽,等.心理弹性调节围产期妇女产前感知压力与产后抑郁的关系[J].护理研究,2019,33(11):1906-1910.
- [38] 沈俊伟.心理弹性在高中生心理压力和焦虑中的调节作用与干预研究[D].沈阳师范大学,2018.
- [39] 夏耀鑫.特岗教师职业压力与离职意向:心理弹性的调节作用[D].河南大学,2019.
- [40] CAVANAUGH M A, BOSWELL W R, ROEHLING M V, et al. An empirical examination of self-reported work stress among US managers[J]. Journal of applied psychology, 2000, 85(1): 65.
- [41] 程陶,李纳娜,桑轲.硕士研究生学业倦怠、专业承诺的状况及其关系[J].心理研究,2008,1(2):91-96.
- [42] 解亚宁.简易应对方式量表信度和效度的初步研究[J].中国临床心理学杂志,1998(2):53-54.
- [43] 于肖楠,张建新.自我韧性量表与 Connor-Davidson 韧性量表的应用比较[J].心理科学,2007(5):1169-1171.
- [44] 杨添安,侯飞,郭义娜,等.私立医院医务人员挑战性、阻碍性工作压力与职业倦怠的关系研究[J].中国卫生事业管理,2017,34(5):384-387.
- [45] VAN DEN BROECK A, DE CUYPER N, DE WITTEH, et al. Not all job demands are equal: Differentiating job hindrances and job challenges in the Job Demands - Resources model[J]. European journal of work and organizational psychology, 2010, 19(6): 735-759.
- [46] 王林艳,杨帆,吴韩英.非英语专业学生英语学习倦怠实证研究[J].安徽工业大学学报(社会科学版),2012,29(5):84-87.
- [47] FOLKMAN S, LAZARUS R S, DUNKEL-SCHETTER C, et al. Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes[J]. Journal of personality and social psychology, 1986, 50(5):992.
- [48] 赵瑜,莫申江,施俊琦.高压力工作情境下伦理型领导提升员工工作绩效和满意感的过程机制研究[J].管理世界,2015(8):120-131.
- [49] 曹莹.社会支持视域下朝鲜族初中生学习倦怠缓解问题研究[D].延边大学,2019.
- [50] 王仙雅.挑战—阻碍性科研压力源对高校教师科研绩效的影响机制研究[D].天津大学,2014.
- [51] PODSAKOFF N P, LEPINE J A, LEPINE J A, et al. Differential challenge stressor -hindrance stressor relationships with job attitudes, turnover intentions, turnover, and withdrawal behavior: a meta-analysis[J]. Journal of applied psychology, 2007, 92(2): 438.
- [52] 王晓丹.大学生主观幸福感与压力应对方式的相关研究[D].吉林大学,2007.
- [53] COOPER C L, DEWE P J, DEWE P J, et al. Organizational stress: A review and critique of theory, research, and applications[J]. 2001.
- [54] 张晓敏.初中生学习倦怠的现状调查及其影响因素研究[D].合肥师范学院,2021.
- [55] 吴国强,郭亚宁,黄杰,等.挑战性—阻碍性压力源对工作投入和工作倦怠的影响:应对策略的中介作用[J].心理与行为研究,2017,15(6):853-859.
- [56] 张月娟,史云静,王增起,等.社会支持和应对方式在研究生压力与抑郁间的调节作用[J].中国心理卫生杂志,2005(10):13-16.
- [57] 周红霞.辱虐管理对员工创造力的双刃剑效应研究[D].西南大学,2021.
- [58] DAVIS M C, ZAUTRE A J, SMITH B W. Chronic pain, stress, and the dynamics of affective differentiation[J]. Journal of personality, 2004, 72(6): 1133-1160.
- [59] 黄威,龙腾辉,张鑫,等.职业认同对体育教师职业倦怠的影响研究:一个有调节的中介模型[J].湖北体育科技,2022,41(7):636-642.
- [60] HOBFOLL S E. Conservation of resources: a new attempt at conceptualizing stress[J]. American psychologist, 1989, 44(3): 513.
- [61] 杨丽娟.当前大学生学习倦怠状况及其与专业承诺关系的研究[D].福建师范大学,2004.

(上接第27页)

- mcst.go.kr/kor/s_policy/dept/deptView.
- [16] 钟秉枢.新型举国体制:体育强国建设之保障[J].上海体育学院学报,2021,45(3):1-7.
- [17] 国家统计局.中华人民共和国 2020 年国民经济和社会发展统计公报[EB/OL].(2021-02-28)[2022-12-15].https://www.gov.cn/xinwen/2021-02/28/content_5589283.
- [18] 钟秉枢,李楠.“十四五”展望:科技革命视角下我国体育的新发展和独特功能[J].首都体育学院学报,2021,33(1):1-5.
- [19] 郑小凤,张朋.改革开放 40 年我国学生体质测试监督机制的发展与完善[J].武汉体育学院学报,2018,52(12):74-79.
- [20] 马思远,李相如.体育项目业余锻炼等级标准制定与落实的现状对策[J].首都体育学院学报,2016,28(6):503-507.