

“双创”背景下老年人养老健身服务体系创新研究

徐宇丹

(许昌学院体育学院 河南许昌 461000)

【摘要】随着我国近年来老龄化问题的加剧和社会水平的提升,老年人对养老健身服务有了更多需求。因此,在双创背景下如何实现老年人养老健身服务体系创新成为了当前我国养老健身领域需要深入考虑的问题。文章在分析老年人养老健身服务体系创新必要性的基础上,探索了当前我国老年人养老健身服务体系的现状,并且提出了老年人养老健身服务体系创新策略,包括了建立老年人健身服务工作岗位、引进和培养健身服务人才以及完善老年人养老健身服务体系保障机制等,以期能够为我国老年人养老健身服务体系创新提供一定帮助。

【关键词】老年人; 养老健身; 身心健康; 健身服务体系

从李克强提出“大众创业、万众创新”之后,全国掀起了创新创业的浪潮,各个行业都在进行创新,老年人健身服务也是如此。为了提升老年人的生活质量,降低老年人的患病几率,需要对老年人建设服务体系进行创新,促使老年人有更好的生活,拥有好的心态。所以,当前需要在明确老年人养老健身服务体系创新必要性基础上,找到老年人养老健身服务体系的创新点,从而保障老年人的生活质量和身心健康。

1 老年人养老健身服务体系创新的必要性

随着社会的发展和进步,养老问题已经是我国重要的社会问题之一。近年来,随着我国老龄化问题的加重,养老问题受到了越来越多人的重视,无论是家庭还是养老机构,都需要重视这一问题^[1]。相较于年轻人,老年人身体机能会随着时间不断下降,更加容易出现各种疾病,如心脑血管疾病等,所以老年身体健康问题十分重要。很多研究表明,健身活动可以增强老年人的心肺功能等,有效减少老年人疾病发生率,如骨质疏松、心血管疾病等。但是从目前实际情况来看,很多老年人并不重视自己的健身,同时对健身没有足够的认识,在日常生活中只是会偶尔参与到健身锻炼中,但是也往往使用的方式也是错误的,导致健身没有起到应有效果。所以,当前对老年人养老健身服务体系进行创新是十分有必要的。

2 目前老年人养老健身服务体系现状分析

2.1 体育健身组织服务不完善

在我国提倡全面健身的基础上,老年人的养老健身需求在不断增加。但是从实际情况来看,大部分老年人本身的健身意识还十分薄弱,参与健身活动中的老年人只是老年人群体中的少数^[2]。同时,老年人参与的健身活动大部分都是自发组织的。另外,大部分养老机构本身因为各种

因素的影响,存在没有完善的建设场地设施、经费不足等问题,导致老年人的健身活动难以展开。同时,在人员配备上也存在不足。在完善的老年人养老健身服务体系中,相关人员应该包括管理员、宣传员以及指导员等,但是从实际情况来看,人员配备不足,从而导致老年人养老健身活动不能够正常进行。从政府方面来看,没有完善的管理体系,导致对老年人养老健身活动没有足够的保障。

2.2 体育健身场地设施较为落后

当前,无论是家庭还是养老机构,为了能够保障老年人本身的安全,往往会对老年人的活动范围进行限制,以此避免老年人出现安全问题^[3]。尤其是很多养老机构为了保障老年人安全,一般会采用封闭式管理,老年人活动范围被限制在养老机构内部。这样的限制导致很多老年人只能够在室内进行活动,比如在室内下棋、打牌以及看电视等活动,导致老年人参与健身活动的时间很少。同时,没有足够的健身场地和健身设施也导致老年人健身活动无法展开。除此之外,有部分老年人所居住的地方旁会有公园或是其他小区,老年人可以去这些地方进行健身活动,但是这些地方也会因为场地较小,健身设施不全导致老年人健身活动无法展开,健身设施老化不能使用,存在安全问题不对老年人开放等问题。从资金问题上来看,由于在老年人养老健身场所建设上没有足够的资金,导致难以作为老年人的养老健身活动提供支撑。

2.3 体育健身宣传力度不足

当前有很大一部分的老年人体育健身意识还比较薄弱,造成这一问题的主要原因是之一为当前没有对体育健身进行大力宣传。在老年人养老健身服务体系中,宣传是其中十分重要的,会对老年人养老健身服务体系创新产生直接影响^[4]。通过对老年人养老健身对老年人所产生作用

活动中。但是从目前实际情况来看,在体育健身宣传方面还存在很多问题,比如宣传力度不足、宣传范围较窄等。目前,对于老年人养老健身的宣传还只是通过海报、画册以及口头传达等这样的方式进行,导致宣传效果不佳。同时,宣传的内容主要为健身的基本知识,没有足够的针对性,难以引起老年人对体育健身的重视,更无法帮助老年人树立起健身意识。

3 双创背景下老年人养老健身服务体系创新策略

3.1 建立老年人健身服务工作岗位

首先,针对老年人群体的身心特点以及对健康的需求,设置具有强针对性、有灵活性形式的老年人养老健身服务岗位^[5]。通过这样的岗位在固定时间进入到老年人家庭中或是进入养老院中去开展老年人养老健身服务工作。其次,以当前现有的老年人养老健身服务岗位为基础,对这些岗位的工作职能进行扩大,将老年人养老健身服务工作纳入到其中,从而实现更为全面的和科学的管理。最后,在社区基础上建立老年人养老健身服务岗位,同时强化对社区老年人健身服务的管理,满足老年人身心健康的需求,提升老年人养老健身服务体系的整体品质以及效用,促使健身成为老年人群体的常态。

3.2 引进和培养健身服务人才

健身人才是促使老年人养老健身服务体系实现创新发展的关键所在。健身人才指的是在老年人养老健身服务体系中进行服务工作,通过各种健身理论以及技能,从事对老年人健康指导、心理疏导以及疾病康复等工作的人才。同时,这样的人才拥有高水平的专业技术和先进理念,

对老年人养老健身服务有深入了解,可以为老年人养老健身服务体系创新提供支撑^[6]。因此,老年人养老健身服务体系创新需要通过引进和培养健身服务人才来实现。首先,相关部门可以通过培训的方式来对现有工作人员进行培训,促使这些培训人员专业能力得到提升,其次,可以从外部引进人才,以此来优化老年人养老健身服务人才队伍,从而实现老年人养老健身服务体系创新。

3.3 完善老年人养老健身服务体系保障机制

首先,相关管理部门需要建立医疗服务机制,这样可以对老年人养老健身服务提供指导作用,从而保障老年人养老健身服务体系向着不断完善方向发展^[7]。具体可以在听取专家和老年人意见的基础上,对相关服务机构进行完善。其次,相关部门需要在制定出老年人养老健身服务考核机制,为老年人养老健身服务工作提供公正科学的评价。再次,相关管理部门需要建立监督机制,以此来督促相关机构和工作人员能够去学习健身服务理念,从而促使他们掌握更多健身指导方法和技能,提升老年人养老健身服务体系的有效性。最后,管理部门需要为老年人养老健身服务体系创新提供支持,保障资金、技术以及人员上的充足,从而促进老年人养老健身服务的发展。

作者简介: 徐宇丹(1981.10—),男,河南许昌人,硕士,讲师,研究方向:运动训练与教学。

基金项目: 河南省高等学校重点科研项目:《“双创”背景下老年人养老健身服务体系创新研究》(项目编号:19B890008)。

【参考文献】

- [1] 戴志鹏,马卫平.人口老龄化背景下我国老年人体育的发展动向研究——基于全面推进居家养老服务的思考[J].南京体育学院学报(社会科学版),2017,31(1):18-23.
- [2] 徐宇丹.关于老年人养老机构如何构建体育健身服务体系的思考[J].天津社会保险,2019(1):37-38.
- [3] 宋金庄.西北地区老龄化问题与城市老年人群体育健身服务体系建设的思考[J].体育科技,2016,37(1):59-60.
- [4] 宋清华.老龄化背景下河南省城镇老年人健身服务体系再构建[J].运动,2016(14):135-138.
- [5] 凌舒畅.“健康中国2030”视域下长春市老年人社区公共健身服务体系构建研究[J].体育科技文献通报,2019,27(8):52+54.
- [6] 马雯,李卫民,曹玉萍.互联网+视域下老年人体育健康养老路径探究——评《我国老年人体育服务与健身研究》[J].热带作物学报,2021,42(7).
- [7] 刘霞.智慧社区养老视角下健康养老服务体系构建[J].中国老年学杂志,2018,38(7):1743-1745.