

# 银发健身潮：重庆市社会体育指导员在老年健康中的角色

黄潇潇<sup>1</sup> 蒋科<sup>2,\*</sup> 孙晓舜<sup>2</sup>

1 重庆医科大学体育医学学院 重庆市 400016

2 重庆市社会体育指导中心 重庆市 400014

**摘要：**本文通过综合运用文献资料法、问卷调查法和实地调研法等多种研究手段，深入探讨了重庆市社会体育指导员在老年健康促进领域的现状与作用。研究以重庆市社会体育指导员的发展现状为基础，全面分析了其在组织培训、活动指导和交流学习等方面的情况。研究发现，当前指导员体系存在“培训重视度高、管理与应用不足”的问题。具体来说，健身服务点的建设、年审备案流程、激励与奖惩机制以及社会宣传策略等方面已逐渐落后于社会发展和市民的健身需求，特别是在满足老年人群体健身需求方面。为此，文章提出了提升指导员专业素质、规范管理建议，以更好地服务老年群体，促进其健康。在“银发健身潮”背景下，突显了社会体育指导员在提升老年健康水平中的关键作用。

**关键词：**社会体育指导员；老年健康；重庆市；体育服务与管理

社会体育指导员这个名词在在几年前炒的热火朝天，但观现在，这个词语罕在生活中有耳闻，特别是在像重庆这种西部发展中城市。社会体育指导员作为城市社区体育的主要指导者，他们承担着为城市社区群众的体育活动和组织提供更专业的指导和服务的职责<sup>[1]</sup>。本文通过调研重庆市社会体育指导员的现状，分析存在的问题，并提出加强社会体育指导员队伍建设的策略和建议。

## 1. 研究方法

采用文献资料法、问卷调查法、实地调研法，以全市社会体育指导员发展现状作为研究对象。

## 2. 结果与讨论

### 2.1 重庆市社会体育指导员发展现状

2.1.1 在对重庆市社会体育指导员协会的组织现状进行调研时，向全市40个区县发放了问卷调查表，旨在深入了解各区县在社体指导员协会建设方面的情况。最终，收到了31份有效的区县反馈问卷。调查显示，在参与问卷的区县中，有25个区县表达了成立社体指导员协会的意向或已经着手筹备相关工作。这表明，大多数区县认识到了社体指导员协会在推动地区体育发展、提升公共体育服务水平中的重要作用。然而，也有6个区县由于种种原因，目前尚未有成立社体指导员协会的计划。

进一步分析问卷结果发现，尽管多数区县认为成立社体指导员协会是有必要的，但在实际操作中遇到了一些困难。

主要问题包括经费不足和缺乏专业的骨干人员。这些因素导致一些区县对成立社体指导员协会的意义产生了怀疑，认为在资源有限的情况下，协会的成立可能难以发挥预期的作用。从全市范围来看，社体指导员协会的组织建设存在明显的不足。这种状况不仅影响了社会体育指导员的专业发展，也制约了公共体育服务的普及和提高。为了解决这些问题，需要各级政府、相关部门和社会各界共同努力，加大对社体指导员协会的支持力度，提供必要的经费保障和人才培养机制，以促进协会的健康发展。

此外，社体指导员协会的建立和发展，也需要充分调动社会力量的参与。通过与企业、社区、学校等机构的合作，可以拓宽经费来源，丰富协会的活动内容，提高社会体育指导员的社会影响力。同时，协会自身也应该加强内部管理，提升服务质量，以更好地满足市民的体育需求，推动全民健身运动的深入开展。

### 2.1.2 组织培训现状

所有区县按照《社会体育指导员技术等级制度》每年开展二、三级每区在80-300人不等，已培训社会保有人数在1000-4000人不等。区县每年都在根据市局要求对符合资格的指导员进行培训发证，社会保有社体指导员在逐年稳步增加，但是对社体指导员的持续培训和回炉再培训工作基本停滞，且从社团部每年向区县发放证书情况看，有些区县根本没有领取证书，所以此项数据虽整体收集完备但可能存在

虚报乱报情况。可以反映出部分区县对二、三级社会体育指导员培训没有提起足够重视和管理有些混乱。2014年底,国家体育总局公布的数据显示,我国国家级和一级社会体育指导员的总数仅为12万人,只占总社会体育指导员的7%<sup>[2]</sup>。重庆市高级别社会体育指导员更是稀缺。在调查中发现,在全民健身实际执行指导的人员中主要是三级和二级社会体育指导员,分别占57%、38%,各等级之间所占比重发展不平衡,技术等级高的指导员所占比重较小,见表1。按照国家对社会体育指导员要求达到3:5:8的比例<sup>[3]</sup>,这种不合理的比例不利于重庆市社会体育指导员队伍的整体建设,不利于体育活动主体覆盖各年龄段和各社会阶层,不利于满足群众的体育运动需求个性和多元的趋势。重庆市的社会体育指导员配置面临挑战,包括人均指导员数量不足导致的城乡及区域发展不平衡,指导员队伍在学历和年龄结构上的不合理分布,以及在专业技能和现场指导能力上的不足。这些问题使得指导员在服务老年人、残疾人、妇女和慢性病患者等特殊群体时,难以提供充分满足其需求的专业指导,影响了体育资源的公平分配和市民参与体育活动的积极性。

表1 重庆市社会体育指导员技术等级分布情况

等级分布	三级	二级	一级	国家级
占%	约57%	约38%	约5%	<0.02%

### 2.1.3 开展指导活动现状

通过分析重庆市社会体育指导员的现状,我们发现多数区县缺乏对指导员的工作补贴和固定岗位,这限制了服务站点的建设和指导员的积极性。面对老年群体日益增长的健康和健身需求,提升指导员的专业服务和参与度显得尤为重要。建议采取提供补贴、明确岗位职责、优化培训、扩充场地资源等措施,以提高指导员的工作热情和服务质量,促进老年群体的健身活动,保障他们的健康生活。

### 2.1.4 管理制度现状

我国社会体育指导员制度自1994年起步,逐步发展至今,但与国际先进水平仍有差距。目前,仅有少数区县建立了有效的联动指导机制和激励政策,多数地区在政策指导、资金支持、注册管理和激励机制方面存在不足,影响了指导员在促进大众健身,尤其是老年健康中的作用。

面对“银发健身潮”,重庆市社会体育指导员在老年健康促进中扮演着关键角色。建议政府和相关部门增加政策与资金支持,完善注册管理和激励机制,加强与社区的联动,

提升指导员的专业培训,以更好地服务老年群体,满足他们对健康生活方式的追求。通过这些措施,可以充分发挥社会体育指导员在推动全民健身和老年健康中的积极作用。

### 2.1.5 参加交流现状

研究数据显示,尽管只有约50%的区县组织社会体育指导员参与全国和本市的交流展示活动,这表明部分区县仍在努力推动社会体育指导员工作,并致力于搭建展示和交流的平台,尽管这些活动的数量和质量尚有提升空间。

### 2.1.6 经费与人员配置现状

进一步的数据显示,仅有9个区县为社会体育指导员体系建设或工作安排了体育局或财政的专项经费,金额从10,000元到50,000元不等。此外,只有14个区县安排了专职人员负责社会体育指导员工作,且大多数为体育局的工作人员。

## 3. 结论与建议

### 3.1 结论

调研结果揭示了社会体育指导员体系建设是一项复杂的系统工程,它不仅需要增加指导员的数量,更关键的是提升其质量、完善管理体系并充分利用其专业能力。目前,我国尚未形成一套成熟的社会体育指导员培养模式,现有的指导员多为体育爱好者、体育专业学生和体育文化宣传志愿者。调研中发现,区县在推动社会体育指导员工作时缺乏明确的政策支持,导致经费投入有限,难以通过政府购买服务等方式增加投入。社体中心社团部的年度工作经费仅为50万元,扣除培训班和证书采购等必要开销后,几乎没有剩余资金用于社会体育指导员体系建设。

### 3.2 建议

3.2.1 应由多部门联合出台具体的社会体育指导员体系建设政策文件,并将社会体育指导员工作纳入基层政府相关单位的考核体系中。同时,行政上应要求区县成立社会体育指导员协会,以促进其组织化和规范化。

3.2.2 增加对社会体育指导员工作的经费投入,用于设立健身指导站点、提供有偿服务、增加高水平培训、举办技能交流展示活动、评比大会以及统一服装和徽章的采购等。

3.2.3 逐步建立并推广定时定点定项定岗的社会体育指导员健身指导站点,以提高服务的规范性和可及性。

3.2.4 加强相关制度建设,完善全民健身政策、法规和规章,为社会体育指导员工作提供明确的法制和政策支持,使其成为全民健身的积极推动者。

3.2.5 依托老年体育协会或群众基础广泛的单项体育协会开展工作, 各级行业协会和单项体育协会应负责管理、规划、监督和审核社体指导员的工作。

3.2.6 举办社体指导员品牌赛事活动, 提升其社会影响力和参与度。

3.2.7 规范和加强社会体育指导员网络系统建设, 建立社会化的人才网络管理体系, 推动网络注册制度, 加强信息化管理, 提高指导率。

在当前老年健身热潮的推动下, 重庆市社会体育指导员对老年人健康的影响至关重要。他们不只是组织和指导健身活动的专家, 更是推广健康生活方式的先行者和支持者。通过采纳本文提出的建议, 可以更有效地发挥社会体育指导员在促进老年人健康方面的作用, 满足老年人对健身活动的需求, 进而提高他们的日常生活质量。

#### 参考文献:

[1] 何统. 重庆市主城区小区体育活动开展现状及对策研究 [D]. 重庆: 重庆大学, 2010.

[2] 吕化. 他山之石: 美国社会体育指导员的培养模式的启示与借鉴 [J]. 南京体育学院学报, 2017.5(10):96.

[3] 于善旭, 王旭光, 李荣日等. 完善我国社会体育指导员制度有关重点问题探讨 [J].

天津体育学院学报, 2007, 22(5): 80-84.

[4] 周松青, 何颖, 胡建忠, 王文华, 中日社会体育指导员现状的比较及对策 [J]. 首都体育学院学报, 2013, 25(4):312

[5] 吴国宁. 社会体育指导员管理体制质的研究 [J]. 南京体育学院学报(自然科学版), 2015, 14(5): 158.

#### 项目名称:

健康老龄化背景下城市体育建成环境适老化研究——以重庆市为例, 重庆医科大学校级哲社科项目(ZSK0306).

全民健身视域下重庆城市社区体育建成环境适老化研究, 重庆市教育委员会人文社会科学研究项目(23SKGH042).

#### 作者简介:

第一作者: 黄潇潇(1981.8)女, 重庆长寿人, 硕士, 副教授, 主要从事体育教育与运动训练研究。

通讯作者: 蒋科(1977.1)男, 四川邻水人, 硕士, 副教授, 主要从事体育教育与运动训练研究。