

## 2021年浙江省 全民健身活动状况 调查报告出炉 宁波人 最爱锻炼 健身走参与的人 最多



8月1日宁波市三江六岸健身走大会场景。记者 胡龙召 摄

浙江省体育局近日公布了2021年浙江省全民健身活动状况调查报告。报告数据显示,宁波人最爱锻炼——对比各市经常参加体育锻炼的人口比例,宁波以30.62%位居全省第一。此外,人均体育消费、体育文化氛围感知度、全民健身满意度等方面,宁波的数据也位居全省前列。

2021年浙江省全民健身活动状况调查工作由省体育局委托浙江师范大学体育与健康科学学院、浙江体育科学研究所开展,调查对象为全省20周岁及以上人群(不包含学生),在全省共抽取48个县(市、区),根据每个县(市、区)常住人口数同比例确定各自有效样本数,共获取有效样本33768个。调查内容包括居民日常体育锻炼的时间、频率、强度以及体育指导、体育锻炼场所、体育消费水平、科学健身知识知晓度和体育文化感知度等。

### 1 经常参加体育锻炼人数比例宁波最高

2021年浙江省经常参加体育锻炼人口比例达到29.58%,比2020年增加了0.58%。此次调研工作的牵头专家之一、浙江师范大学体育与健康科学学院副院长李启迪教授在解读报告时表示,该数据是整份报告中最关键、最能体现全民健身活动状况的指标。

浙江省各设区市经常参加体育锻炼人数比例统计数据显示,宁波以30.62%位居全省第一,随后是杭州29.98%,湖州29.40%。

相较2020年,2021年浙江经常参加体育锻炼人口比例提高,李启迪教授认为,疫情形势有所缓解后,老百姓对于身体素质更加看重、锻炼欲望更强是重要因素之一;另外,近年来我省在体育场地设施建设和公共区域服务条件上的提升,也带动了很多百姓参与到体育锻炼中来。

### 2 宁波人均体育消费位居全省第二位

2021年浙江人均体育消费达到2655.36元,与2020年的2300元相比有较大幅度提高。各设区市的人均体育消费差异较大,最高相差611.38元。其中宁波人均2820.98元,仅次于杭州(2851.35元)。

大众体育消费是体育产业高质量发展的重要推动力,市体育局今年6月发布了《2021年度宁波市居民体育消费调查报告》。统计数据显示,宁波居民体育消费以实物型体育消费为主,其中实物型体育消费最高,占总消费规模的62.13%;其次是服务型体育消费,占比29.27%;最后是体育旅游、体育彩票及其他消费,占比8.60%。从消费细项来看,宁波人均体育消费支出最高的是运动服装和鞋帽,其次是运动装备器材的消费,紧接着是户外运动装备和智能体育设备的消费。

### 3 健身走是省内居民参加最多的运动

体育锻炼场所、主要运动项目方面,浙江省居民经常去的体育锻炼场所前两位为城乡健身步道、户外运动场地,比例分别为27.80%、25.20%;浙江省居民平时参加运动项目最多的是健身走,比例为48.80%,跑步与广场舞/健身操的参与比例也较高,分别为17.10%和10.90%。

2021年宁波市居民体育消费调查报告的统计数据,同样也显示出户外运动的受欢迎程度:参与过户外运动项目的居民中,参与徒步和登山项目的人数较多,分别占比57.66%和55.91%。

对于体育锻炼人群来说,“就近原则”是选择锻炼场所的重要因素。由此,分布较广的城乡健身步道、户外运动场地成为多数人的选择。

另一方面,健身走、跑步等传统项目简便易行,没有很高的运动技术要求,受场地器材和时间限制较少,一般也不需要专业的运动装备,比较适合百姓日常体育健身,因此参与面最广也在情理之中。

### 4 锻炼30-60分钟、中等运动强度的比例最高

2021年浙江省居民每次体育锻炼30-60分钟(不包含60分钟以上)的比例最高,为48.20%。居民参与中等强度体育锻炼的人数最多,男性、女性比例分别为46.78%、50.60%。

锻炼30-60分钟的人数比例:宁波男性为52.10%,女性为58.00%;中等强度锻炼人数比例:宁波男性为47.30%,女性为50.90%。由此可见,大多数宁波人有着较为合理的运动习惯。

同时需要提醒的是,参与锻炼的时间和强度因人而异,不同年龄段、不同性别以及不同运动经历的人群参与运动的时间和强度都有不同,每位市民都应当根据自己的身体素质选择合适的运动项目,进行适当强度的锻炼。

### 5 全民健身满意度宁波82.40分

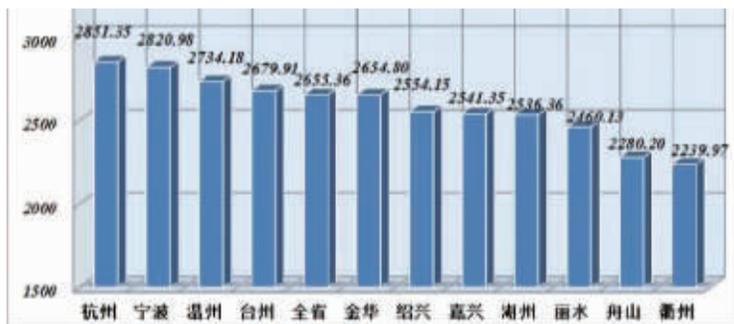
居民对全民健身满意度的调查,包含体育场地设施满意度、体育赛事满意度、体育组织满意度、体育健身指导满意度和体育公共服务满意度等。数据显示,总体情况较好,但全民健身公共服务体系与群众对美好生活的向往仍有一定差距,需要进一步提升完善。

数据显示,浙江城乡居民对全民健身的满意度平均得分76.75分(满分100分)。该项调查宁波得分为82.40分,位于湖州(87.79分)和杭州(82.80分)之后,列第三位。

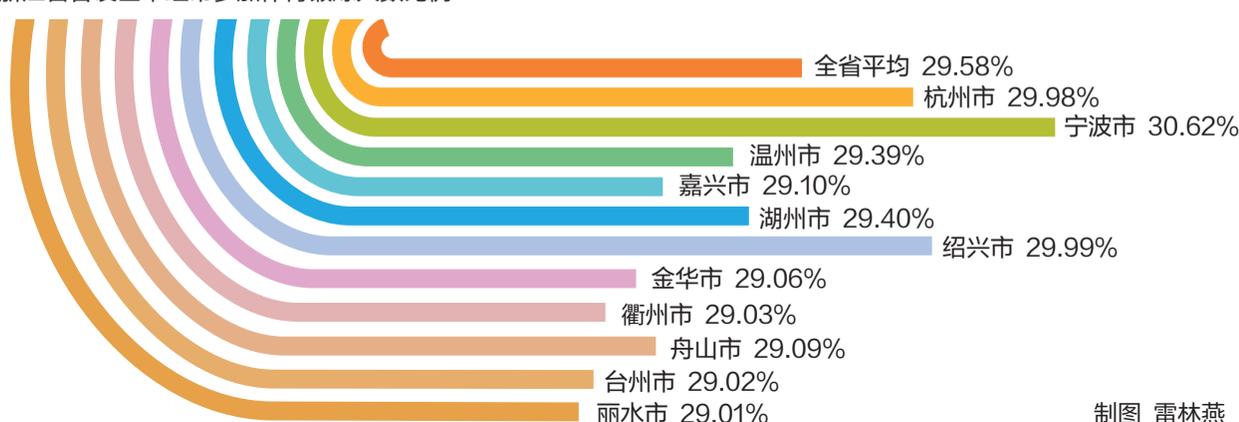
另一项体育文化氛围感知度调查,包含体育运动喜好度、体育明星关注度、体育比赛观看度和周边居民体育锻炼参与度四项。宁波以73.14分(满分100分)位居全省第二位,仅次于湖州(73.66分)。总体而言,浙江城乡居民体育文化氛围良好,而宁波在省内走在前列。

记者 戴斌

浙江省各设区市体育人均消费排序图(单位:元)



浙江省各设区市经常参加体育锻炼人数比例



制图 雷林燕