分类号 密级

学 号 20120403030100

学 位 论 文

**花式毽球运动对丹东市区群众体育发展的影响研究**

作 者 姓 名 ：王 莹指 导 教 师 ：李继辉

申请学位级别 ：硕 士 申请学位种类 ：教育学

申请学位类别 ：□√ 全日制学术型硕士学位 □全日制应用型硕士学位

：□在职专业硕士学位 □同等学力

专业（ 领域） 方 向

：体育教育训练学

：田径

论文提交日期 ：2015年3月 论文答辩日期 ：2015年5月答辩委员会主席 ：王钰清

评 阅 人 ：曹亚东 蔡晓楠

沈阳体育学院

2015年5月

|  |
| --- |
| A Dissertation in Physical Education |
| **The research on fancy shuttlecock impact on the development of mass sports in Dan dong city** |
| Wang ying |
| Supervisor by |
| Professor Li Ji-hui |
| Shenyang Sport University |
| March 2015 |

|  |  |
| --- | --- |
| 独创性声明 | |
| 本人声明，所呈交的学位论文是在导师的指导下独立完成的。论文中取得的研究成果除加以标注和致谢的地方外，不包含其他人己经发表或撰写过的研究成果，也不包括本人为获得其他学位而使用过的材料。与我一同工作的同志对本研究所做的任何贡献均已在论文中作了明确的说明  并表示谢意。 | |
|  | 学位论文作者签名： |
|  | 日 期： |
| 学位论文版权使用授权书 | |
| 本学位论文作者和指导教师完全了解沈阳体育学院有关保留、使用学位论文的规定：即学校有权保留并向国家有关部门或机构送交论文的复印件和磁盘，允许论文被查阅和借阅。本人同意沈阳体育学院可以将学位论文的全部或部分内容编入有关数据库进行检索、交流。 | |
| 作者和导师同意网上交流的时间为作者获得学位后： | |
| 半年 □ 一年 □ 一年半 □ 两年 □ | |
| 学位论文作者签名： | 导师签名： |
| 签字日期： | 签字日期： |

摘 **要**

为了贯彻和落实《全民体育健身计划纲要》，丹东市根据本市经济现状水平、地理环境以及体育活动开展的现状等多因素的考虑，提出以花式毽球作为城市特色运动项目，进而带动群众体育的整体发展。经过二十年的发展，丹东市区群众性的花式毽球运动已经拥有了广泛的群众基础，并在优势开展良好现状的前提下，对丹东市区群众体育发展起到带动的作用。究竟是什么原因使得花式毽球运动在丹东市区群众体育中优势开展？又对丹东市区群众体育起到何种带动作用？本文着眼于丹东市区花式毽球运动优势开展的现状，分析其优势开展的原因，探究花式毽球运动对丹东市区群众体育的影响作用，以期为丹东市区花式毽球运动以及群众体育的未来发展提供有益参考。

本文在查阅大量文献资料的基础上，主要运用“观察法”、“问卷调查法”和“访谈法”对丹东市区的花式毽球运动参与主体的基本情况、参与动机、锻炼情况以及政府的组织管理模式等方面做了深入调查，并对所得数据进行统计与梳理。

结果表明：花式毽球运动是一项不受参与者自身社会特征、经济水平和技艺水平等因素影响的，适合在群众体育中发展和普及的运动项目；其优势开展的良好现状是花式毽球运动自身的娱乐性、健身性、技艺性等特性和群众参与以及政府大力支持三方合力的结果；通过花式毽球运动的集聚、示范以及群体技艺优势，对丹东市区群众体育的发展起到推动的作用。

本文对丹东市区花式毽球运动的开展现状以及对群众体育发展所起到的推动作用进行了分析并对丹东市群众体育的未来发展趋势进行了展望：丹东市群众体育未来的发展应采取带动周边城市群众体育联动发展；创建城市体育文化品牌；促进花式毽球运动与竞技毽球运动协调发展。

关键词：花式毽球运动；优势发展；群众体育；影响研究

I

**Abstract**

In order to carry out and implement《The national fitness program》, Dan dong city according to the actuality of the city's economic level, geographical environment and the present situation of the sports activities, such as many factors to consider. Puts forward to fancy shuttlecock sport as the city characteristics, and then drive the overall development of mass sports. A common shuttlecock movement especially fancy shuttlecock has already had substantial mass foundation within twenty years, and on the premise of advantages in good status, it plays a promote role in the development of mass sports in Dan dong. What makes fancy shuttlecock being advantageously carried out among the mass sports in Dan dongAndhow doesfancyshuttlecockplayapromoteroleinmasssportsinDandongThis paper focuses on the present situation ofadvantageous development offancy shuttlecock inDan dong and analyzes its reason, explores the promote role offancy shuttlecock inmass sports, soasto provide the beneficial reference for the future development offancy shuttlecock and mass sports inDan dong.

Based on consulting a large number of literates, this paper uses the methods of observation, questionnaire survey and interview to make a deep investigation on fancy shuttlecock in Dan dong in terms of these aspects such as basic situation of main participant bodies, motive in participation, exercise situation and organizational management mode of government. And all the data statistics and finishing.

Results show that fancy shuttlecock in Dan dong is a sport not affected by social characteristics of participants, economic performance and skill levels, and is a sport suitable for the development and popularization in mass sports. The good situation of advantageous development is the consequence of the resultant forces such as the features of fancy shuttlecock (recreation, keeping fit and skills and artistic), mass participation and government support. With the advantage of gathering, demonstration and group skills and artistic, fancy shuttlecock plays a leading role in the development of mass sports in Dan dong.

In this paper the current situation of Dan dong fancy shuttlecock movement and played a leading role in the development of mass sports are analyzed and the trend of future development of mass sports is outlook: Dan dong city should be taken to the future development of mass sports around city integrated development model; founded brand of urban sports culture; to

II

Promote coordinated development of fancy shuttlecock movement and competitive shuttlecock movement.

**Key words:** Fancy shuttlecock movement; Advantageous; Development; Mass; Sports; Influence study

III

目 录

[摘](#_Toc686902790)[要](#_Toc686902790) 3

**[Abstract](#_Toc686902791)** 3

[目 录](#_Toc686902792) 5

[1 前言](#_Toc686902793) 7

[1.1 选题依据](#_Toc686902794) 7

[1.2 文献综述](#_Toc686902795) 7

**[1.2.1](#_Toc686902796)** [毽球运动在国内的研究现状](#_Toc686902796) 7

**[1.2.2](#_Toc686902797)** [群众体育在国内的研究现状](#_Toc686902797) 7

**[1.2.3](#_Toc686902798)** [群众体育在国外的发展现状](#_Toc686902798) 7

[2 研究对象与方法](#_Toc686902799) 8

[2.1 研究对象](#_Toc686902800) 8

[2.2 研究方法](#_Toc686902801) 8

**[2.2.1](#_Toc686902802)** [文献资料法](#_Toc686902802) 8

**[2.2.2](#_Toc686902803)** [观察法](#_Toc686902803) 8

**[2.2.3](#_Toc686902804)** [访谈法](#_Toc686902804) 8

**[2.2.4](#_Toc686902805)** [问卷调查法](#_Toc686902805) 8

[3 结果与分析](#_Toc686902806) 10

[3.1 丹东市区花式毽球运动开展的现状与优势发展的成因分析](#_Toc686902807) 10

**[3.1.1](#_Toc686902808)** [调查对象的社会特征分析](#_Toc686902808) 10

**[3.1.2](#_Toc686902809)** [丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼动机分析](#_Toc686902809) 12

**[3.1.3](#_Toc686902810)** [丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼情况分析](#_Toc686902810) 12

**[3.1.4](#_Toc686902811)** [丹东市区花式毽球运动参与主体的技艺水平分析](#_Toc686902811) 15

**[3.1.5](#_Toc686902812)** [丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼形式分析](#_Toc686902812) 17

**[3.1.6](#_Toc686902813)** [丹东市区花式毽球运动参与主体的参与途径分析](#_Toc686902813) 17

**[3.1.7](#_Toc686902814)** [丹东市区花式毽球运动参与主体的相处方式分析](#_Toc686902814) 18

**[3.1.8](#_Toc686902815)** [丹东市区花式毽球运动参与主体的身体和心理变化分析](#_Toc686902815) 18

**[3.1.9](#_Toc686902816)** [丹东市区花式毽球运动发展的组织管理模式分析](#_Toc686902816) 23

[3.2 花式毽球运动的优势开展对丹东市区群众体育发展的影响分析](#_Toc686902817) 24

**[3.2.1](#_Toc686902818)** [花式毽球运动的集聚优势对丹东市区扩大参与人群的影响分析](#_Toc686902818) 24

**[3.2.2](#_Toc686902819)** [花式毽球运动的示范优势促进丹东市区群众体育全面发展的影响分析](#_Toc686902819) 24

**[3.2.3](#_Toc686902820)** [花式毽球运动的群体技艺优势对提升城市形象的影响分析](#_Toc686902820) 25

[3.3 丹东市群众体育发展的展望](#_Toc686902821) 25

**[3.3.1](#_Toc686902822)** [创建城市群众体育文化品牌](#_Toc686902822) 25

**[3.3.2](#_Toc686902823)** [带动周边城市群众体育联动发展](#_Toc686902823) 25

**[3.3.3](#_Toc686902824)** [促进花式毽球与竞技毽球协调发展](#_Toc686902824) 26

[4 结论与建议](#_Toc686902825) 26

[4.1 结论](#_Toc686902826) 26

[4.1.1 因为花式毽球是一项不受参与者年龄性别、职业以及收入、技艺水平等因素影响的适合在群众体育中发展和普及的运动项目；其参与主体具有着良好的锻炼动机，同时也保证了锻炼情况，实现了参与群体身心的全面发展。](#_Toc686902827) 26

[4.1.2 丹东市区花式毽球运动已经成为丹东市区群众体育全面发展的重要组成部分，其原因主要是花式毽球运动独特的项目特点、锻炼群众的健身意识以及丹东市委市政府的大力支持的结果。](#_Toc686902828) 26

[4.1.3 花式毽球运动通过集聚优势、示范优势以及群体技艺性的优势对丹东市区群众体育起到了扩大参与人群、扩展项目以及提升城市形象的推动作用。](#_Toc686902829) 26

[4.2 建议](#_Toc686902830) 26

[4.2.1 举办经常性群众体育活动，将毽球运动的比赛效应与表演效应相结合，丰富群众体育文化生活，营造健康、科学、文明的生活方式。](#_Toc686902831) 26

[4.2.2 将花式毽球运动引入高校，将这项具有地方特色的运动项目在大学生中大力普及和推广，培养更多的毽球运动人才，更好的为丹东市区群众体育发展服务。](#_Toc686902832) 26

[4.2.3 政府积极引导市民参与锻炼，掌握科学的锻炼方法，拥有良好的锻炼初衷，树立“终身体育”的意识。](#_Toc686902833) 26

[参考文献](#_Toc686902834) 27

[作者简介](#_Toc686902835) 29

[攻读学位期间的学术活动](#_Toc686902836) 30

[附录](#_Toc686902837) 31

[附录](#_Toc686902838) **[1](#_Toc686902838)** 31

[附录](#_Toc686902839) **[2](#_Toc686902839)** 41

[附录](#_Toc686902840) **[3](#_Toc686902840)** 43

V

# 1 前言

## 1.1 选题依据

1983年国家体委公布了数项群众体育项目，丹东地区为积极响应国家号召，鼓励各个事业单位积极参与。当时，丹东市绸一厂的领导们经过商量与讨论，最终决定大力发展毽球运动。经过大家的共同努力，丹东市绸一厂连续取得优异成绩，成功跻身全国强队的行列，由此之后，毽球运动在丹东地区尤其是在市区内大为流行，越来越多的小群体参与到这项运动中来，尽管竞技毽球慢慢的淡出了人们的视野，但是另一种新的毽球形式成为了丹东市区大街小巷的宠儿。1995年国务院颁布《全民健身计划纲要》，丹东地区就选取群众基础较好的花式毽球运动作为主要载体，来推动全民健身活动。丹东地区经历了二十年的发展，各个方面都在不断的变化发展着。通过对丹东市体育局相关领导的访谈以及2013年度工作总结中得知，2013年丹东市毽球运动爱好者有近80万人次，可供人们锻炼的场地有2000多个。每天经过公园或是广场就会发现大批不同年龄段的小群体毽球爱好者将小小的毽球围绕在彼此的身旁，大家有说有笑，其氛围不仅融洽，而且还很有感染力。在大力发展竞技体育的今天，丹东这座经济发展缓慢的城市竟然在花式毽球运动上蓬勃开展着，不仅如此，在其他运动项目上也有长足的发展。在全民健身的大环境的感召下，丹东市区群众体育得到很好的发展。

由此可见，应该对丹东市区花式毽球运动的开展现状以及花式毽球运动在群众体育中的影响作用进行实际性的深入分析，然而，目前尚未查到与花式毽球运动在群众体育中影响作用的相关学术性论文。为此，本研究通过对丹东市区毽球运动尤其是最具特色以及群众基础较好的花式毽球运动的优势开展现状、成因及其影响作用等方面进行调查研究，通过梳理与分析得出相应的结论，以期为丹东市区花式毽球运动以及群众体育的未来发展提供有益参考。

## 1.2 文献综述

### **1.2.1** 毽球运动在国内的研究现状

人们对毽球运动是非常熟悉的，应该说是从小玩到大的一项具有童年色彩的运动项目。我国针对毽球运动的研究主要在以下几个方面，论文主要集中在：1、有关于毽球运动在城市中发展现状的相关论文。如：周春太在《对丹东市区开展群众性毽球运动的调查与研究》一文中指出：丹东市区毽球运动从参与者的参与度、毽球协会的保障以及自然环境的角度来分析丹东毽球运动发展的良好态势。谢成超，王晓芳，白海峰在《上海市毽球运动的发展现状与相关对策研究》中指出：因该市毽球运动相关组织管理部门对毽球运动的

1

重视程度较低、相关教练严重缺乏以及参与群众的认知不够，造成毽球运动在上海发展相对滞后。2、有关毽球运动价值方面的相关论文。如：李丽和张金桥在《毽球的人文价值》、谢成超和黄ft鹰《毽球的体育文化探究》以及刘丽霞《毽球运动的价值及其制约发展的因素探究》对毽球运动的各方面价值进行了实际的分析，结果显示无论是从何种价值观的角度分析毽球运动都是一项有易于人们身心健康的运动项目，作为群众体育发展的重点项目优先发展更有利于全民健身活动3、有关于毽球运动技术方面的相关论文。郭鸿《毽球运动技术研究》、郭贤成《浅析毽球运动中的正脚背传球技术》中指出，毽球运动具有很高的技艺水平，但是在竞技毽球运动中，基础技术尤为重要以正脚背传球技术为例，在毽球技术的掌握中要在不同的阶段选择不同的训练方法，对其基本技术动作应给予充分的重视。

尽管我国在毽球运动的研究方面较广，但是研究的内容以及方向也是比较集中的。正如《我国毽球科研现状及发展对策探析》一文中所阐述，在我国有关毽球运动的相关论文有46.8%是研究教学与训练方向（包括技术研究），而竞技方向的论文有10.64%、毽球运动理论方向的有14.89%、毽球运动发展现状方向的有12.76%。①

### **1.2.2** 群众体育在国内的研究现状

有关于地方群众体育研究现状的，如：北京体育大学张利刚所做的《北京市群众体育现状调查及管理对策研究》一文中指出：北京市体育人口的总数在逐步上升，但是整体发展结构出于失衡的状态，运动项目的场地需求得不到满足，致使群众体育的发展较慢。姜国安《广西来宾群众体育现状调查与发展对策研究》一文中，客观分析该市群众体育事业发展存在的群众认知、场地制约、社会管理较差等出现的相关问题的基础上，对该市群众体育发展提出了一些可行性的对策方案。

群众体育项目的研究现状，如：周云丽在《福州市区广场舞的现状及发展研究》中指出；如今，广场舞作为群众体育中的新宠儿，虽然参与人数较多，锻炼效果较好，但是扰民以及相关研究较少的现实问题也是制约广场舞在该市持续发展的主要原因之一。段科在

《济源市群众性篮球运动的开展现状及影响因素研究》中指出：尽管篮球运动受到多数人的喜爱，但是济源市更多的人群仅仅停留在观赏层面，由于当地场地设置和经济等方面的现实问题，导致该市的群众篮球运动发展不均衡。

### **1.2.3** 群众体育在国外的发展现状

目前，国际群众体育的相关研究越来越多，已经成为体育社会学中一个重要的大课题，

① 杨秀华，谢东兴.我国毽球科研现状及发展对策探析[J].科技信息音体美,2008。

2

综合分析国外对群众体育的研究成果，主要有四个方面：1、社会现象与群众体育的关系；

2、群众体育与社会经济、国家政治、学校教育、以及文化传播的相互影响：3、群众体育制度的完善；4、跨地域的联合研究。①

综上所述，我国相关的专家和学者对于毽球运动的研究不在少数，其对象主要是以毽球运动为主，但是毽球运动还分为群众性的花式毽球运动和竞技性的网式毽球运动，然而，对花式毽球运动以及在群众中影响的相关性研究至今还处于空白的状态；对于毽球运动方向的研究也多数是集中在教学、训练和发展现状等方面的研究比较多；我国学者对于群众体育方面的研究也是相当多的，主要以城市发展现状和群众体育中的某个运动项目为主要的研究对象，分析其现状发展及其成因。但是对毽球运动在群众体育中所起到的作用，尤其是花式毽球运动在群众体育中的影响作用还尚无研究。因此本文选择丹东市区毽球运动的开展情况为研究对象进行调查，并深入分析丹东市区毽球运动中优势开展的花式毽球运动在群众体育中良好开展的原因，希望能够通过研究得到毽球运动在群众体育中的影响作用，以期为丹东市区毽球运动以及丹东市区群众体育的全面发展提供一定的参考。

①Wang wei ming, Theodoraki Eleni. Mass sport policy development in the Olympic City: the case of Qingdao--host to the 2008 sailing regatta[J]. Perspectives in Public Health,2007 Vol.127(3): 32.

3

# 2 研究对象与方法

## 2.1 研究对象

本文选取辽宁省丹东市区花式毽球运动的开展情况作为研究对象。

## 2.2 研究方法

### **2.2.1** 文献资料法

根据本研究的需要，在中国知网以及中国期刊全文数据库中检索了大量关于群众体育、毽球运动方面的论文127篇；其中有博士学位论文23篇，优秀硕士学位论文17篇。此外，还阅读了与本课题相关的《毽球运动》、《当代中国群众体育管理》、《中国花毽》、

《社会研究方法》等相关书籍15本，这些资料为本文的研究提供了可靠的理论依据与翔

实的资料。所查资料起于1998年止于2014年。

### **2.2.2** 观察法

根据本论文的研究思路，观察了丹东市区滨江路广场、体育馆广场、站前广场和锦江ft公园、元宝ft公园、帽盔ft公园这6个群众体育活动站点的毽球参与者的活动情况。

### **2.2.3** 访谈法

本论文于2014年3月—4月，对丹东市区体育局、毽球协会、辽东学院的13位有关的领导、专家以及教师进行当面访谈，并做了相关记录，主要是关于本论文的研究思路、丹东市区毽球运动的开展现状，尤其是花式毽球运动的优势开展以及对丹东市区群众体育的影响等相关内容进行访谈。（见附件3）

### **2.2.4** 问卷调查法

#### **2.2.4.1** 问卷的发放与回收

根据本论文的研究需要，对丹东市区6个群众参与度较高的活动站的500名花式

毽球爱好者发放调查问卷。发放时间为：2014年4月下旬至2014年7月中旬。共发

放500份问卷，其中300份问卷采取实地调查、当面发放、当面回收的方法，其余200份问卷因被调查者的时间以及其他原因所制约，所以采取过后（1-3天）回收的方法。所发放的500份调查问卷的总回收率为97.4%。回收后对问卷进行整理，其中有效问卷为480份，回收有效率为96%。（见表1）

4

表1 问卷的发放与回收情况统计表

| 发放样本的活动站点 | 发放数量（份） | 回收数量（份） | 有效数量（份） |
| --- | --- | --- | --- |
| 锦江ft公园 | 100 | 99 | 99 |
| 元宝ft公园 | 100 | 98 | 97 |
| 帽盔ft公园 | 100 | 96 | 93 |
| 滨江路广场 | 100 | 98 | 95 |
| 体育馆广场 | 50 | 47 | 47 |
| 站前广场 | 50 | 49 | 49 |
| 总计 | 500 | 487 | 480 |

#### **2.2.4.2** 问卷的信度检验

在所发放的问卷全部回收后的第三个星期，即2015年8月，又随机选取了先前在锦江ft公园和滨江广场发放过问卷的同一批人，重新发放100份调查问卷，将问卷回收之后与之前所做标记的调查问卷进行一一对比，对于题项答案选项为二分类和等级顺序选项的采用Spearman等级相关系数进行信度大小分析，对于题项答案选项为无序分类的采用

kappa一致性系数进行信度大小的分析，结果显示，两次问卷各题项中基础信息的相关系数或kappa值都在0.85以上，呈现高度相关，说明是一个有较高信度的测验，符合本文的研究要求。

#### **2.2.4.3** 问卷的效度检验

根据问卷需要，对问卷的所有内容采用“专家法”，其中包括丹东市区体育局的相关领导、辽东学院体育部的教师以及沈阳体育学院的教师，并对所设置问卷的效度进行了检验。

表2 问卷效度的检验结果

| 等级 | 非常有效 | 有效 | 一般 | 无效 |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 人数百分比% | 4  36 | 8  54 | 1  10 | 0  0 |

通过对13名专家发放问卷，其检验结果显示，92.31%的专家评定该调查问卷为有效以上，说明了该问卷的有效性。

5

# 3 结果与分析

## 3.1 丹东市区花式毽球运动开展的现状与优势发展的成因分析

### **3.1.1** 调查对象的社会特征分析

在我国众多民族传统的体育项目中，花式毽球运动应该被形容为一颗璀璨的明珠，因为花式毽球运动具有很强大的群众基础以及生命力。一方面，花式毽球运动不仅具有其他运动项目所共有的健身性、娱乐性等共性特征，同时也具有该项目自身的特殊性。花式毽球运动是一项可以用身体各个部位来接、踢并且可以持续保持毽球在空中姿态的一项彰显我国民间体育特色的运动项目。经过多年的发展，花式毽球运动不仅保持了原始的特性，而且也随着人们的喜好以及技术的更新而不断的发展着，这也就是人们至今依然喜欢参与花式毽球运动的本质原因。本文调查了丹东市区花式毽球运动参与者的性别、年龄以及职业等其他特征，分析丹东市区花式毽球运动深受参与者喜爱的群体特征。

#### **3.1.1.1** 丹东市区花式毽球运动参与主体的性别与年龄特征分析



86

39

43

35

7

71

66

43

27

23 24

16

90

80

70

60

50

男性女性

40

30

20

10

0

26岁以下26—35岁36—45岁46—55岁56—65岁65岁以上

图1 丹东市区花式毽球运动参与主体的性别与年龄特征统计图

从图1可知，丹东市区花式毽球运动参与主体的性别特征在不同的年龄阶段分布情况

也各不相同，但是从总体来看：参与者的性别比例差别不大，其中女性有247人、男性有

233人。相对而言，女性参与人数较男性相比更多一点，分析原因：一、从项目自身特点来说，花式毽球运动的运动强度较小，同时花式毽球运动的技术动作更适合于身体较为柔软的女性，尤其是随着丹东市区花式毽球技术的不断提高，越来越多的高难度动作受到人们的青睐，而这也需要身体的协调性和柔韧性，通过对花式毽球运动的练习，可以促进机体的协调性和柔韧性，反过来，良好的身体素质也是学习高难度动作的基础。二、从生理学的角度来说，相对于男性而言，女性更容易衰老，而且生理变化也要比男性更早更严重

6

一些，而持续参与体育锻炼不仅可以延缓衰老而且也是对中老年人处于生理某个特殊阶段最为经济实效的过度手段。三、从社会学中群体理论的角度来说，女性更容易组成群体并且不断扩大。四、从国家的退休政策的角度来说，女性比男性退休要早几年。

丹东市区花式毽球运动参与者的年龄段主要集中在56-65岁和46—55岁，他们分别占总参与人数的31.67%和23.75%。分析原因：这两个年龄段多数处于人们退休和下岗的阶段，被迫有更多的休闲时间，而进行体育锻炼又是缓解心理压力的最为经济、实惠的方法。

其次是65岁以上的人数为78人，占总人数的16.25%；而26—35岁的参与人数为66人，占总人数的13.75%。分析原因：65岁以上的老年人积极的参与花式毽球运动，不单单是对毽球运动的喜爱，更多的是空巢老人越来越多，他们更多的是处在一个拥有很多的闲暇时间，有一份基本的养老保险，孩子不在身边，身体多多少少出现一些问题的这样一个现状，他们通过走出去，以花式毽球运动为中介，拉近彼此的距离感，踢踢毽球、唠唠家常，不仅身体上可以得到锻炼，同时心理也可以得到极大的安慰。在26—35岁这个年龄段中，花式毽球运动参与者的锻炼的主要原因为：从男性参与者的角度来说，通过毽球运动的娱乐性和群体性，来保证锻炼的时间和效果，进而达到调养身体为孕育下一代而做准备；从女性参与者的角度来说，减肥以及塑形是她们最为主要锻炼动力。

人数最少的是，36—45岁以及26岁以下的年龄段，分别占了总人数4.79%、9.79%。分析其原因：36—45岁这个年龄段正是处于上有老，下有小，并且多数人都认为自身的健康状况非常好的盲目自信的状态中；26岁以下这个年龄段的人群参与体育锻炼多数都会选择流行、时尚并且具有冒险精神的新兴运动项目，同时他们花在工作、应酬和其它娱乐休闲活动方面的时间较多，所以这也就造成年轻人参与花式毽球运动的人数相对于其他的年龄段要少一些，同时这也为丹东市区花式毽球运动未来的普及寻找到了方向。

综上所述，丹东市区花式毽球运动的参与主体虽以女性居多，但是男女总体人数差别不大；在年龄阶段上，从26岁以下到65岁以上，每个阶段都有参与人群，其中以46岁以上的群体为丹东市区花式毽球运动参与的主要人群。通过对丹东市区花式毽球运动参与主体的性别以及年龄特征的调查与分析，可以看出丹东市区花式毽球是一项不受参与者性别和年龄特征制约的运动项目，这也是花式毽球运动在丹东市区群众体育中得以优势发展的项目特殊性的成因之一，所以花式毽球运动经历漫长岁月地洗礼依然深受人们的喜爱。

#### **3.1.1.2** 丹东市区花式毽球运动参与主体的职业及收入特征分析

丹东是一座自然环境与气候都非常怡人的边境城市，尤其适合人们在室外参与体育锻炼，而花式毽球运动有着良好的群众基础，同时也不受场地的限制，相对于其他运动项目

7

所用的器材从价格上来说也较为低廉。

100

90

80

70

60

50

40

30

20

10

0

现职人员 离退休人员

国企 私企 事业单位 机关团体 个体人员 其他

76

75

48

49

53

42

21

25

28 30

17 16

图 2 丹东市区花式毽球运动参与主体的的职业统计图

从图2可知，现职人员有298人，离退休人员有182人，在480名调查对象中我们可

以发现，国企、事业单位以及机关团体人员参与花式毽球运动的人数有319人，占总人数的66.46%，分析原因：一、国企、事业单位以及机关团体的在职工作人员的工作压力相对较小，并且收入稳定，对健身意识的认知程度比较高，而私企和个体从业人员往往是因为工作压力较大而依附于花式毽球运动来缓解社会以及生活压力；二、花式毽球运动有着悠久的历史并且起源于民间，发展至今，依然具有广泛的群众基础，同时也是适合于离退人员参与的一项即经济又实效的健身运动项目。



211

147

54

56

12

250

200

150

100

50

0

2000元以下2000-3000元3000-4000元4000-5000元5000元以上

图3 丹东市区花式毽球运动参与主体的月收入统计图

从图3可知，丹东市区花式毽球运动的参与主体的月收入在2000—3000元之间的居多，占总人数的43.96%；其次是2000元以下的人群占总人数的30.63%；也有小部分高收入人群参与，这说明花式毽球运动是一项不受经济收入所制约的运动项目。花式毽球运动不受场地、器械的限制，并且毽球的价格相对于其他的运动器材来说，价格非常低廉，但

8

是毽球运动的健身价值一点也不低于其他的运动项目。丹东市区花式毽球运动有别与其他地区的花式毽球运动，不单单是在技术上的体现，在毽球本身上也有很大的差别，尤其是丹东市区地区独具特色的鹅毛毽，相比于其他地区更有力度，应该说是一项“刚柔结合”的运动项目。长期踢花式毽球的人普遍都会对毽球修补和改造，这样一来，更换毽球的频度就大大减少了，同时，丹东市区独特的花式毽球运动带动了相关产业的发展。

综上所述，花式毽球运动参与主体的职业以及收入的差异都无法成为限制人们参与其中，体会其乐趣的制约因素，由此可见，花式毽球运动是一项不受参与者职业以及收入限制的运动项目，这也正是丹东市区花式毽球运动得以优势发展的项目特殊性的成因之二。

### **3.1.2** 丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼动机分析

动机是推动人们进行某项活动的心理动因或者是内部动力，它的含义是：能引起并维持人的活动，并将该活动导向一定目标，以满足个体的念头、愿望或理想等。有目的性的活动是人们内在的心理活动过程，行为则是这种内在心理过程的结果。①只有了解了群体参与体育锻炼的心理，并帮助群众树立一种正确体育锻炼意识，才能更好推进群众体育的发展。

198

96

69

72

45

200

150

100

50

0

愉悦身心强身健体增加社会交往掌握毽球技能 减肥塑形

图 4 丹东市区花式毽球运动参与主体的动机情况统计图

从图4可知，人们参与花式毽球运动的动机各不相同，大致分为：愉悦身心、强身健体、增加社会交往、掌握运动技能以及减肥塑形这几个选项，其中以掌握毽球运动为主要动机的人数为198人，占总人数的41.25%，毽球运动是一项易学难精的运动项目，尤其是花式毽球，踢法特别多样，而且变化形式也比较自由，群众参与度较高的是以多人踢为主，花式毽球运动的技术由低级到高级有很多种，参与者对毽球技能的不断追求，希望掌握更多的毽球花样，因此也成为参与者持续参与花式毽球练习的动力。

其次，20%的花式毽球运动参与者积极参与毽球运动的动机是增加社会交往，这也与参与丹东市区花式毽球运动人群的年龄有直接的关系，丹东市区花式毽球运动参与主体的

①季浏.体育心理学[M].高等教育出版利.2006, 56.

9

年龄在46岁以上，其中56—65岁的参与者就占了31.67%，如今社会上空巢老人的问题也是屡见不鲜，事实上，群众体育的良好开展，尤其是以团体以及喜爱的运动项目的形式优势开展，不仅缓解中老年人身体上的问题，也可以充实老年人的生活。

第三，15%和14.38%的花式毽球参与者常年进行毽球运动的动机是强身健体、愉悦身心。练习花式毽球不仅能使机体的协调性以及柔韧性得到发展，而且对提高心肺功能，改善人体的代谢能力都是有益处的；在丹东市区花式毽球的大环境中即可以学到花式毽球技能，也可享受花式毽球运动给人们带来的乐趣。通过花式毽球的运动乐趣以及三五好友在说说笑笑的良好氛围中，你一脚，我一脚的锻炼着身体，放松着心情。

同时花式毽球运动也具有健身的功效，花式毽球运动得以流传至今还保持着良好的群众基础，不单单是因为花式毽球运动的技艺性，而且健身的价值也是尤为重要的。毽球运动不单单是用足、腿来展示该项目的技艺，通常还可以加上腹部、手臂、肩膀、头部等等，因此，踢毽球是一项全身的运动，它需要全身的协调配合。长期进行花式毽球运动，对机体的血液循环、心肺功能以及内分泌系统都有所改善，进而达到增强体质、减肥塑形的功效，数据显示，9.38%的参与者在锻炼的过程中，以踢毽球作为减肥塑形的优势手段，同时所调查的45人中，成功减掉15公斤以上的人占总人数的11.11%；10公斤以上的13.33%；

5公斤左右的55.56%，这些人不仅通过花式毽球运动减肥塑形有一定的起色，并且养成了坚持锻炼的好习惯。

由此可见，丹东市区花式毽球运动参与主体拥有明确的锻炼动机，而且在长期的锻炼中参与主体的锻炼动机也在不断的实现。无论是对项目的喜爱还是为满足个人的需求，都为其参与主体持续参与锻炼提供了一个有力保障，进而为花式毽球运动在丹东市区群众体育中优势发展打下了良好的群众认知基础，这也正是丹东市区花式毽球运动优势发展的群体性的成因之一。

### **3.1.3** 丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼情况分析

人们参与体育锻炼的频度，持续的时间以及强度直接影响着锻炼的效果，而持续适度地参与体育锻炼将会养成一种锻炼的习惯，从生物学的角度来看，人体机能水平的提高需要通过时间慢慢积累，而这个过程中也需要科学适度的体育运动，这样才能使得人体更为健康的发展。

#### **3.1.3.1** 丹东市区花式毽球运动参与主体的频度、时长和强度分析

根据卢元镇编写的《中国体育社会学》一书中对体育人口的界定：一、参与者每周身体活动频度在三次以上；二、单次身体活动时间在三十分钟以上；三、每次身体活动锻炼

10

强度在中等程度以上，当参与者同时满足以上三个条件，均算作是体育人口①。按照这三个条件，分析丹东市区花式毽球运动中符合体育人口的数量，以期为丹东市区花式毽球运动参与者的锻炼情况予以指导，并增加丹东市区体育人口的数量以及提升体育人口的质量。

250

200

150

100

50

0

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 213 185 | | | | | | | | |
|  |  | | |  |  | | | | |
|  |  |  | | |
|  |  | | |  |  | | |
|  | 43 | | |  | 39 | | |
|  |  | | |  |  | | |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |



锻炼10次以上5-10次3-5次3次以下

图 5 丹东市区花式毽球运动参与主体每周的锻炼次数

从图5可知，丹东市区花式毽球运动参与者每周的锻炼次数主要集中在5—10次，占总人数的44.38%，3—5次的占总人数的38.54%，而次数在10次以上的花式毽球爱好者也占据总人数的8.96%，只有8.12%的锻炼者每周的运动次数在3次以下，从总体情况来看，丹东市区花式毽球运动中91.88%的参与者的周锻炼次数符合体育人口中锻炼次数的条件，为丹东市区花式毽球运动发展打下了良好的群众锻炼基础。参与者在具有良好的锻炼动机的前提下，保证锻炼的次数，不仅可以养成良好的锻炼习惯，也可以更好的实现参与体育锻炼的动机。

250

200

150

100

50

0

211

164

62

43

90分钟以上60-90分钟30-60分钟30分钟以下

图 6 丹东市区花式毽球运动参与主体单次锻炼时长情况统计图

从图6可知，丹东市区花式毽球运动参与主体单次运动的时长以60—90分钟为主，

有211人；34.17%的参与者的锻炼时长在30—60分钟之间，而锻炼时长长达90分钟以上的人数占据总人数的12.92%，只有8.96%的参与者是在30分钟以下。由此可见，在花式

①卢元镇.中国体育社会学[M].北京：体育大学出版社.2004: 201-213.

11

毽球参与者中90.04%的人群符合体育人口中锻炼时长这一单项条件。花式毽球运动参与主体的锻炼时长，从一定角度可以反映出，参与者对花式毽球运动的喜爱程度，当人们很喜欢踢花式毽球的时候，就会觉得时间过得很快，从而会延长锻炼的时间，反之亦然。然而，对于参与主体的不同年龄，也应该被告知科学的锻炼时长，不同年龄段的人群的锻炼时长应该有所不同，例如：年轻人和老年人。这就需要政府以及相关指导员在积极发展丹东市区花式毽球运动的同时传授科学锻炼的相关知识以及它的重要性。

250

200

150

100

50

0

209

156

73

42

全身发热出大汗中等出汗微微出汗

图 7 丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼强度情况统计图

由于调查对象基数较大、年龄段分布较广，针对选取普遍测心率的方法很难实施、并且难以确保其准确性，所以，在针对锻炼强度的测定上，我采用了较为简单而且很直观的以出汗的感知度来测量的方法，并且以调查问卷的形式来获取参与者的锻炼强度指标，以便调查对象对锻炼强度这一运动学概念提出异议。从图7可知，15.21%的人在进行踢毽球的运动中全身发热；32.5%的人出大汗；43.54%的人中等出汗，只有8.75%的人是微微出汗。根据体育人口中对单次锻炼情况的要求是中等强度，即在人们踢毽球的过程中，达到中等出汗的水平，大致就可以达到中等强度。由此可见，91.25%的花式毽球参与者符合体育人口中锻炼强度这一单项条件，而保持中等强度的锻炼是提高人体健康水平的有效途径。

#### 3.1.3.2 丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼年限分析

176

137

98

69

200

150

100

50

0

8年以上5-8年3-5年3年以下

图 8 丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼年限情况统计图

12

从图8可知，69人参与花式毽球运动长达8年以上，176人坚持踢毽球在5—8年，

137人在3—5年，而98人锻炼年限在三年以下，这说明花式毽球运动发展具有强大的生命力，它不仅表现在花式毽球运动参与群体的持续性较长，同时新人也在不断的加入，从而扩大丹东市区毽球的稳定团队。

综上所述，按上述体育人口的标准计算，占总人数91.04%的花式毽球运动参与者符合上述体育人口的定义条件。通过对花式毽球运动参与主体的锻炼情况统计图（5、6、7、8）可以分析出，花式毽球运动群体表现出很高的锻炼稳定性，将不断的扩大参与人群，所以这也是丹东市区花式毽球运动得以优势发展的群体性的成因之二。而且大力发展群众基础较好的运动项目是也提升体育人口的有效途径之一。

### **3.1.4** 丹东市区花式毽球运动参与主体的技艺水平分析

毽球运动的基本踢法有“盘踢”（足内侧踢）、“磕踢”（膝盖踢）、“拐踢”（足外侧踢）、“绷踢”（足尖外三趾踢）四种，全国各地的踢毽子，无论是什么样的风格，哪一种特点，其基本踢法均为上述四种，也可称为基本功。①如今丹东市区花式毽球运动技术有百余种，可以从技术的难度来区分；也可以从动作的部分上来区分。然而，在丹东市区群众体育参与度较高的花式毽球技术等级的划分，还是要根据丹东地区的发展情况以及实际的水平。我通过访谈，向丹东地区公认踢花式毽球技术最好的王世海先生和李明杰先生进行了咨询，得到了一些答案，每个级别都有不同的代表动作。（如表3所示）

表 3 丹东花式毽球不同级别的代表动作

|  | 静止部分动作 | 绕转部分动作 | 跳跃部分动作 |
| --- | --- | --- | --- |
| 超高级 | 双插花、过鹊桥 | 720°绕转、平脚吊脚左右互换跨栊 | 德国跳毽、龙摆尾 |
| 高级 | 前绷后打、穿花、 | 平脚跨栊、尖脚空心跨  栊、转蝶、360°绕转 | 踏雪寻梅、后背毽 |
| 中级 | 拉燕、铲毽 | 转蝶、盘观蝶、绕脖毽 | 小毽股、别子 |
| 初级 | 里接、外落 | 里串腕、活串腕 | 跳毽 |

丹东市区花式毽球运动以群体性参与较为普遍，即大家围成一圈，以相互传毽的形式来完成技术动作，尤为突出的是群体性的绕转部分的动作较为普遍，将毽球踢起后，由身体的某个部位或是身体的扭转来配合毽球，所以在区分丹东地区或是毽球等级的时候，绕转部分的动作较为多，同时普遍的水平都很高。由于丹东花式毽球采用的是独居丹东特色

①张军，龙明.毽球运动[M].北京：高等教育出版社,2008: 105

13

的鹅毛毽，它的特点的即刚又柔，而“刚”就体现在跳跃部分的动作，也是丹东特有的，有极高的观赏价值。事实上，花式毽球运动的级别也有其他的标准，例如：单人在规定时间里连续作出规定动作就视为达到某个级别。但是在实际的走访过程中发现，这以标准并不十分适用于群众性花式毽球运动参与者的整体性判定，所以经过与王世海先生和李明杰先生的共同商议决定采用更适合于大众的既简单又直观的一种方法，即根据花式毽球自身的技术特点以及丹东市区花式毽球运动群体技艺现状划分出更适合丹东地区花式毽球水平的技术动作级别，由此在花式毽球运动参与者锻炼的过程中就可以划分出他们所拥有的花式毽球水平。

300

250

200

150

100

50

0



289

87

68

36

初级中级高级超高级

图 9 丹东市区花式毽球运动参与主体的技术水品统计图

从图9可知，丹东市区花式毽球运动参与者的技术水平有36人是超高级水平，这些人也是常年坚持花式毽球锻炼的结果，从对花式毽球运动感兴趣到现如今代表丹东地区的花式毽球水平到其他各地表演，在2013年沈阳全运动上，丹东地区代表团也为大会呈现了精彩绝伦的花式毽球表演，这不仅展现了丹东市区的花式毽球水平，而且也为其他的毽球爱好者提供了前进的动力，更好的宣传丹东花式毽球，不断的吸引着其他毽球爱好者的加入。达到高级水平的参与者有87人，达到中级水平的有289人，也就是说有85.83%的参与者达到中级以上的水平，只有14.17%的参与者是初级的水平，这里不乏一些新加入的和年岁较大的成员。无论是新加入的成员还是练习很久的毽球高手，都对毽球不陌生，只要一个毽球大家就都可以踢起来，而且老少都适宜。从数据来看，丹东市区花式毽球运动参与者的平均技术水平还是较高的，这不仅和人们对花式毽球运动的喜爱而自发练习有关，也与丹东市区花式毽球基础有关，花式毽球不仅是单人的运动项目，也是多人的娱乐工具，也就是说，单人的基础练习很重要，同时团队的帮助也是十分重要的，比如：参与者想练习一个后背毽的动作，就需要队友发出高远毽，即有一定的弧度，当毽球正好落在参与者的背后，他才能将平时自己练习的动作恰到好处的做出来。

由此可见，丹东市区花式毽球运动本身的技术特殊性以及群体技艺的高超性，为丹东

14

市区花式毽球运动的优势发展提供了项目特殊性和群体性的双面保障。但是也不乏初级水平的参与者加入其中，这也说明花式毽球运动的参与主体是不受技术水平制约的，事实上，花式毽球运动是一项很容易入门的民族传统体育项目。也正是因为花式毽球技术的独特性，才赢得41.25%的花式毽球参与者以掌握毽球运动技能为主要动机，为丹东市区花式毽球运动的优势发展搭建了一个群众性的平台。

### **3.1.5** 丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼形式分析

丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼形式分为个人和与他人一起锻炼，因为参与主体的锻炼动机，以及对技术的要求不同所以选择的锻炼形式也就不同。

300

250

200

150

100

50

0



260

147

21

52

独自锻炼与家人一起与朋友一起与运动搭档一起

图 10 丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼形式

从图10可知，丹东市区花式毽球运动参与者的锻炼形式主要以与运动搭档一起练习花式毽球，占总人数的54.17%，锻炼形式的不同与锻炼动机有密切的关系，在分析锻炼动机的调查数据中显示41.25%的参与者以掌握毽球运动为主要动机，这两个数据显示出两个因素的相关性。事实上，花式毽毽球运动的练习与羽毛球相似，每一个技术动作不仅是需要自己私下的刻苦努力，也需要他人的喂球在实战中掌握每一个技术动作，所以与运动搭档一起练习，可以加快技术平水的提高。

与朋友一起参与花式毽球锻炼的人数为147人，从锻炼动机的角度来说，喜欢与朋友一起锻炼的参与者往往锻炼动机是以愉悦身心为主，与朋友一起锻炼的氛围更加轻松愉快一些，大家围成一个圈，你踢一脚，我踢一脚，你一个花样我一个花样，你一言我一语，在欢快的时光中度过锻炼的时间，达到愉悦身心的目的。而与家人一起锻炼也不在少数，有52人，其中以夫妻和母女为单位的为主，与家人在一起锻炼的默契度更高一些，也不

怕时常掉毽的尴尬。当然，毽球运动也是一项单人项目，有21人更喜欢选择独自练习，其中一部分人是锻炼的年限较短、技术水平较低，需要良好的基础功底，同时也有一部分人是追求踢毽球的数量，通过个人的努力来达到内心的满足感。

针对上述的四种花式毽球运动参与者的锻炼形式都有参与人群，这就说明，花式毽球

15

运动是一项不受锻炼形式制约的运动项目，这也正是丹东市区花式毽球运动得以优势发展的项目特殊性的成因之四。从一定的角度来说，体育运动项目的制约因素越少，参与人数就越多，这也就是在我国有着悠久历史、群众基础较好的花式毽球运动在群众体育中发挥着基础保障作用。

### **3.1.6** 丹东市区花式毽球运动参与主体的参与途径分析

丹东市毽球运动的参与人数2004年为50万人次，而到了2013年人数已经上升为近

80万人，在这10年的时间里，就有高达30万新人参与其中。这30万人次里，不单单是经人简单的介绍才加入丹东花式毽球运动这个大家庭里的，也有的是感受到花式毽球运动独特的乐趣所在以及它的实效性，才主动参与到丹东市区花式毽球这个大团队中。

152

122

74

86

46

200

150

100

50

0

邻里介绍朋友介绍家人介绍同事介绍自己主动参与

图11 丹东市区花式毽球运动参与主体的参与途径

从图11可知，丹东花式毽球运动参与者的参与途径大体分为他人介绍和自己主动参与，其中自己主动参与的人数居多，占总人数的31.67%，而以邻里介绍和家人介绍为参与途径的人数也不在少数，分别占总人数的25.42%和17.92%，相对而言占据人数较少的是朋友介绍和同事介绍分别占总人数的15.42%和9.58%，不一样的参与途径，但是拥有一样的结果去使人们增强机体能力，愉悦身心，缓解各方压力等等。也正是因为人们可以多途径的参与到花式毽球运动中去，才使得更多的人接触到这项传统体育项目，从而使稳定的花式毽球队伍变得更加庞大、更具稳定性，保障其优势开展的良好现状。

### **3.1.7** 丹东市区花式毽球运动参与主体的相处方式分析

人们参加群众体育锻炼的运动友谊质量与体育活动的参与程度呈正相关，积极的友谊质量有益于人们参与体育活动，比如：居民经常参与社区群众体育活动能够加深运动友谊质量①。丹东市区花式毽球运动不仅在人数以及协会的完善程度上占相当大的优势，而且这些花式毽球爱好者私下的相处方式也成为花式毽球优势开展的重要原因，同时也为丹东

①冉建.城市社区群众体育活动中的同伴效应研究[J].成都体育学院学报,2010, 36(11)：29-32

16

市区群众体育的开展创造了一个良好的氛围。在对本论文做前期调研时，得知因花式毽球运动为纽带而建立起来的运动友谊质量非常好，而且有助于人们积极的参与体育锻炼，针对这一现象，通过对参与主体的访谈得知，在丹东地区花式毽球运动参与者的相处形式多样，以花式毽球运动为纽带所建立起来的大家庭在一个积极、健康、和谐的氛围中，保证了一个良好的运动友谊质量。在这个大家庭中因为有着良好的锻炼友谊以及锻炼频度，所以参与者又根据自己的兴趣爱好自发的组成了小的群体，积极的参与到丹东市区其他健身协会，比如自行车协会、羽毛球协会、乒乓球协会等等，拓展兴趣爱好，而且还积极参与到文艺性的活动中去。除此以外，同时也自发组织去旅游，这里包括到其他地区去进行学习花式毽球运动技术或是交流，而且也有到全国各地去领略祖国大好河ft、品尝各地风味小吃等等。在旅游的过程中不断加深相互之间的友谊，并且他们也会将丹东的花式毽球运动以及积极参与锻炼的良好风貌向外推广，而且也积极的学习新的适合丹东市区群众体育发展的运动项目以及健身意识和其他有益的知识和技能。不仅如此，每到换季的时候，有些服装或是其他配件也需要随之更新，大家就会自发组织，统一采购，这样不仅经济也很实惠。有时进行花式毽球运动的表演和比赛，丹东市区许多厂商就会给相关人员一些赞助，在比赛或是表演中进一步加深团队的意识，尤其是表演，没有太多的竞争性，使得人们的心情极度放松，往往表现的更好，同时也增加了大家的运动友谊质量。

总而言之，以现有的丹东市区花式毽球参与群体不断吸收当地喜欢运动以及对花式毽球感兴趣的人群，不断扩充花式毽球运动团队，而且还在现有的基础之上不断的发展扩大，形成良好的运动氛围。锻炼者在一起除了学习运动技能，而且也成为知心朋友，这样不仅能保证锻炼的时间、次数，也可以相互交换锻炼心得，使大家可以健康适度的进行锻炼。也正是这样一种以运动项目为纽带而建立起来的大家庭的融洽的相处方式成为了花式毽球运动得以优势发展的群体性的成因之四。

### **3.1.8** 丹东市区花式毽球运动参与主体的身体和心理变化分析

花式毽球运动不仅仅是人们的一项娱乐工具，同时它也具有健身的实效性，在玩中促进身心健康是一件两全其美的事情，也就是这样简单的原因才使得毽球运动流传至今还拥有着忠实的“粉丝”。通过对丹东市区花式毽球运动参与主体进行调查，发现：长期参加花式毽球运动的练习，身体上和心理方面随之都发生相应的变化。在花式毽球运动参与主体的机体上最为明显的是人们体质的增强；其次是在练习花式毽球运动的时候消耗了体能，燃烧了脂肪进而使人们的睡眠质量得到了一定的改善，身材上向着更完美的趋势发展着；还有一个变化就是人们通过锻炼加快了人体的新陈代谢，致使增进的人们的食欲。（见图12所示）

17



体育运动的健康性，不仅仅表现在身体上的变化，也表现在人们的心理状态上。而通过对丹东市区花式毽球运动参与者的调查、了解，发现：在心理方面的变化主要集中在心情的愉悦度上、花式毽球运动对其人们生活上的影响、以及人际关系和花式毽球运动对人们的心理满足感、成就感这几个方面。（见图13）当人们通过毽球运动变的开朗、自信而且结交了好朋友的情况下，将会对人们的锻炼意识产生影响，而意识也将会影响人们的锻炼行为。丹东市区花式毽球运动以经济性和入门简单吸引了大批的运动爱好者，同时又以花式毽球运动的技艺性将参与者的锻炼年限大大拉长，不仅如此，人们参与花式毽球运动又能达到身、心健康的目的，而踢花式毽球的过程中，参与者不仅可以学习或是展示花式毽球的技艺，而且在这个过程中还可以有说有笑，因为在花式毽球本身不存在相互竞争性，更何况有五分之一的花式毽球参与者的锻炼动机是为了增加社会交往，还有14.38%的锻炼者常年进行花式毽球运动的动机是为了愉悦自己的身心，所以花式毽球运动群体往往是在愉快的环境中完成每一天的锻炼。（见图4）由此可以看出，丹东市区花式毽球运动的健身性和实效性也是其优势发展的一个重要的原因。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  |  |  | | | | | | | | |
| 形体得到了改善 |  |  |  |  | 79 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 睡眠变好了 |  |  |  |  |  |  | 117 |  |  |  |  |  |
| 食欲增强了 |  |  |  |  |  | 96 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 身体疾病有所好转 |  |  |  | 54 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 体质增强了 |  |  |  |  |  |  |  | 134 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 0 | |  | 20 |  | 40 |  | 60 |  | 80 | 100 | 120 | 140 |

图 12 丹东市区花式毽球运动参与者通过踢毽球后身体变化情况统计图

从图12可知，丹东市区花式毽球运动参与者通过踢毽球后，人们的机体向着更为健康的方向发展。花式毽球运动除了这四项基本功外，还可以加上腹部、手臂、肩膀、头部等等作出更为高难的动作，由此不难看出，踢毽球是一种全身运动，它需要全身的协调配合，在长期科学运动的过程中，机体的血液循环、心肺功能以及内分泌系统都会有所改善，进而达到提高身体能力以及改善自身身体形态的目的；通过花式毽球运动的练习，保有一个良好的心情以及规律的生活方式，必然会改善人体的睡眠和食欲。尤其是中老年人处在某种特殊时期的生理变化中时，增强体质和提高睡眠质量就显得尤为重要。通过图表也能显示出增强体质和改善睡眠是参与花式毽球运动后人们身体发生变化最多的两个选项。

18

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
| 生活变得充实了 |  |  |  |  | 149 |  |
| 人际关系变广了 |  |  | 83 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 体会到了成就感 |  |  | 75 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 心情变得愉悦了 |  |  |  |  |  | 173 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 0 | 20 | 40 | 60 | 80 |  | 100 | 120 | 140 | 160 | 180 |



图 13 花式毽球运动参与者通过踢毽球后心理变化情况统计图

通过图13可知，丹东市区花式毽球运动参与者通过踢毽球后心理也发生了变化，其中人数最多的是心情变得愉悦了，有173人占总人数的36.04%，这不仅与丹东市区花式毽球参与群体的相处方式有关，与它的娱乐性也有直接的关系；当人们喜欢上花式毽球这项具有地方特色性的运动项目后，人们会自然而然的将花式毽球运动作为生活中的一部分，在与丹东市区花式毽球运动参与群众的交谈中，人们也开玩笑的说，“现在每天到ft上来踢花式毽球就像以前上班一样，虽然已经退休但是生活还是很充实，并且比以前更开心了。”事实上，这样的群体在也不在少数。通过对花式毽球技艺的不断学习，参与者将会接触到更多的高手，也会不断的有新人加入，借助一个小小的毽球将会拉近人们的距离感，当新的毽球动作被学会，人们会感到非常的开心而且也会非常的自信。

由此可见，丹东市区花式毽球运动为参与主体的身体、心理都带来了积极的影响，这也正是花式毽球运动在丹东地区得以优势发展的项目特殊性的成因之五。因为花式毽球运动参与主体积极的以花式毽球项目为主要的锻炼内容，进而使身心向着自身有利的方面发展，来促进自身和项目的提升，使得花式毽球这项极为普及的运动项目在丹东地区得以优势开展。

### **3.1.9** 丹东市区花式毽球运动发展的组织管理模式分析

为了贯彻和落实《全民体育健身计划纲要》，丹东市根据本市经济现状水平、地理环境以及体育活动开展的现状等多因素的考虑，提出以毽球作为城市特色运动项目，进而带动其他运动项目甚至是群众体育的整体发展，在普及和提高花式毽球运动的同时，推动群众体育的发展。在2000年丹东市毽球协会成立，同年，丹东市计划努力争取成为“全国毽球城”，这就为丹东市区的毽球运动以及群众体育的发展指明了前进的方向。经过多方的努力，丹东市在2004年被授予“全国毽球城”的称号。在多年的发展过程中，丹东市区毽球运动的组织管理模式也在不断的完善。以丹东地区特有的“结合型”的组织管理模式成功的将丹东市区的花式毽球运动推向了一个高潮，这种“结合型”的组织管理模式就是

19

在丹东市区体育局的领导下，选取丹东地区群众基础较好的花式毽球运动作为全民健身活动的主要载体，群众体育处各负其职，其中包括处理平时毽球运动各种事务的、运动竞赛、毽球运动相关人员培训以及普及和推广丹东市区毽球运动的相关部门，为丹东市区毽球协会的发展提供有力支持，而相关指导员以及毽球协会中的专业人员也共同为丹东市区的花式毽球爱好者提供技术指导以及科学锻炼的知识和方法。同时在政府的支持下，毽球协会还经常性的举办各类比赛，形成“以赛代练、以练促赛”的发展格局。

丹东体育局

群众体育处

主管群众体育的部

主管毽球运动的部

主管运动竞赛的部

培 训

推 广

毽球协会

指导员

参与群众

图 14 丹东市区花式毽球运动发展的组织管理模式图

通过指导来不断的提高丹东市区花式毽球运动的整体技艺水平，而且也大力宣传锻炼的重要性以及科学锻炼的方法。协会机构的完善，为丹东市区毽球运动的发展提供了基础性的保障。在以群众基础较好的花式毽球运动作为主攻方向，协会中的各个部门予以辅助，不断引导市民参与其中体验花式毽球运动的快感，帮助参与者技术的提高，积极举办相关的表演和竞技比赛，一方面是以赛代练促进花式毽球技术水平在群众中的逐步提高，另一方面是通过表演展示锻炼成果，宣传丹东市区的毽球文化，让更多的人了解并参与到花式毽球运动中来。做到将丹东市区花式毽球运动的相关资源与企事业单位共享，学校和家庭相结合的推广模式。通过对丹东市区体育局相关领导的访谈以及丹东市体育局2013年度

工作总结报告中统计数据显示，丹东地区241万人口中，毽球协会下属的相关团体已高达

30多个，其毽球会员30多万人，近800名体育指导员分属于丹东地区2000多个群众体育

20

锻炼点，为高达80多万名毽球爱好者予以指导。近年来，丹东市区花式毽球运动繁荣开展，早已成为丹东市区群众体育中重要的组成部分。也正是因为政府的大力支持，不断提供政策层面的保障，才使得花式毽球运动在丹东地区得以优势发展。

## 3.2 花式毽球运动的优势开展对丹东市区群众体育发展的影响分析

群众体育的发展不仅需要考虑到当地的经济发展水平，而且也需要通过当地的优势运动项目来不断扩大参与人群以及带动其他运动项目的繁荣开展。丹东市区群众体育发展的主要项目有毽球、篮球、健身操以及太极拳等等，丹东市不仅是毽球城，而且也是一座篮球城，尽管篮球运动随着场地以及年龄性别的制约，现如今逐步失去了它的色彩，随之成为丹东市区群众体育发展的主要运动项目是毽球运动，尤其是群众基础较大的花式毽球运动。丹东市区花式毽球运动经过多年的发展，不仅仅是该项目的参与人群逐步扩大，技术水平在不断的提升，更重要的是带动了其他运动项目的开展。花式毽球运动是一项全身的运动项目，但是主要是下肢的活动较多，而对于常年进行体育锻炼的群体来说，科学锻炼的认知不断增强，人们就会在以花式毽球为主要运动项目来保证锻炼时长和次数，而在此之余，也会选择像羽毛球一样的发展上肢的运动项目或是像太极拳一样的静心的运动项目作为“互补式”的组合运动来达到自身的锻炼目的。以地区优势项目为推动，不断深入其他运动项目，扩大参与人群，提高体育人口的数量和质量，最终促进丹东市群众体育的全面、可持续发展。通过对参与花式毽球运动的群体为主要的调查对象，以丹东市区花式毽球运动开展现状为着眼点，运用花式毽球运动在丹东市区群众体育中优势发展的三方面成因，以此来分析花式毽球运动在丹东市区群众体育中的影响作用。

### **3.2.1** 花式毽球运动的集聚优势对丹东市区扩大参与人群的影响分析

我国群众体育发展的根本任务之一就是不断扩大各个体育项目的参与人群，进而不断地提高我国体育人口的数量。在发展毽球这项民族传统运动项目的过程中，丹东市区不仅是花式毽球运动的先行者，同时也是倡导者和推行者。丹东市区花式毽球运动通过多年来全国各类比赛、表演以及大众传媒的宣传逐步进入市民的视野，市民们也以自己的实际行动捍卫着丹东市毽球城的称号。丹东市区花式毽球运动的发展，是在积极响应国家全民健身的大环境下根据本市自身情况作出“优势发展”的战略方针。如今，丹东市花式毽球运动发展以形成了一定的规模，现如今丹东市区花式毽球每天参与人数已经高达10万人次。从毽球协会的发展规模和管理模式以及群众参与者的花式毽球技艺水平等主要方面来看，丹东市区花式毽球运动在丹东市区群众体育中的开展已经达到“优势发展”的现状，那么

“优势发展”的推动作用就将是必然发生的。通过对丹东市区花式毽球运动本身以及参与主体的锻炼现状来综合分析，丹东市区花式毽球运动的带动作用主要是通过花式毽球运动

21

已成规模的群体特征和项目特征来充分发挥它的集聚优势来促进参与者的锻炼意识，不断扩大参与人群。

一方面，通过对花式毽球运动的群体性的优势发展成因来分析它的集聚优势以及在群众体育发展中所起到的推动作用。丹东市区花式毽球运动已形成规模的参与主体的锻炼状态以及锻炼效果来推动更多的人群自主参与到丹东市区花式毽球的大家庭来。丹东市区花式毽球运动的参与主体有198人以掌握花式毽球运动为主要动机，占总人数的41.25%，（见图4所示）在五个主要动机的选项中的人数占据最多的位置，在以一个良好的动机的前提下，丹东市区花式毽球运动的参与主体中有91.04%的花式毽球运动参与者符合上述体育人口的定义（见图5、6、7所示），即每周锻炼三次以上，每次的锻炼时长在三十分钟以上，强度以最为直观的参与者通过锻炼的出汗情况作为标准来衡量参与者的锻炼强度，按照体育人口的锻炼强度应该达到中等以上，也就是说90%以上的参与者是可以保证科学锻炼的时间、次数和强度，也就是在保证了锻炼情况的前提下，人们的身心才向着越来越健康的方向发展着，如今通过花式毽球运动的锻炼，24.38%的参与人群在睡眠方面得到了改善，

20%的参与人群食欲增强，27.92%的参与人群的体质得到了提升（图12所示）。通过对花式毽球运动参与主体的年龄的统计：丹东市区花式毽球运动参与者的年龄段主要集中在56-65岁和46—55岁，他们分别占总参与人数的31.67%和23.75%（见图1所示），46岁以上的年龄段属于中老年人，在这个年龄段的人群中，人们的睡眠质量以及食欲在逐渐下降，进而也导致了人们体质的下降，而通过花式毽球运动的锻炼，能很好的缓解参与主体人群所存在的主要问题。通过我的实地观察以及对花式毽球运动爱好者的访谈中，也发现，花式毽球运动参与主体的精神状态极佳、非常的热情，同时非常的开朗、乐观，这对丹东市区花式毽球参与者主体中36.04%参与人群通过花式毽球运动心情变得愉悦（如图13所示）有直接的相关性。丹东市毽球协会以及自发形成的毽球爱好者们也积极参加丹东市区举办的各种体育活动，比如：积极参与鸭绿江国际马拉松赛，每年4月5日的万人徒步活动等等。他们不仅是以这样的形式去宣传丹东毽球运动，更是以积极乐观的精神风貌去展示一个城市的体育文化。就是在这样一个氛围中，人们越发的喜爱这项运动，同时也感染着其他的锻炼爱好者，主动参与到练习花式毽球这项体育活动中。丹东市区花式毽球运动的参与主体就是以这样一种精神状态去影响着其他项目的锻炼者以及生活中的其他人群，不断发挥丹东市区花式毽球运动的集聚优势。

另一方面，通过对花式毽球运动项目特殊性的优势发展成因来分析它的集聚优势以及在群众体育发展中所起到的推动作用。通过丹东市花式毽球运动自身的特殊性以及完善的后备力量来保障现有人群，进而通过稳定的群众基础团队发挥“雪球效应”，不断扩大参

22

与人群，以期提高体育人口数量，提升体育人口质量。丹东市不仅是“全国毽球城”同时也是“篮球城”，但是在这几年中，篮球运动慢慢的失去了它原有的色彩，其主要的原因是场地设施制约了人们的参与度，事实上，场地、器械设施以及经济等方面因素成为群众体育全面发展的一个致命的因素。比如：在过去的几年里，随着学校、事业单位加强了管理的制度化以及体育事业的商业化气息越来越浓，导致篮球场地对外开放的时间越来越少，甚至于对外开放的场地都很少，可以对外开放的篮球馆也是以收费的形式，这样一来，就有一个经济问题去制约着人们的参与度，一个运动项目的制约因素的增多，参与者就会逐渐减少，当运动主体的锻炼意识减弱、锻炼行为停滞，不仅影响人们身体健康的发展，同时也会减弱群众的整体的体育发展，也正是为了积极的解决在丹东市区群众体育发展中所出现的问题，丹东市经过多方考虑将花式毽球运动作为的优势发展项目。如今，丹东地区毽球运动的参与人数已达到近80多万人次，在这些参与者中掌握几十种花式毽球技术的人群不在少数。根据花式毽球本身运动致趣的特殊性、群众技艺水平的超高性、健身娱乐等价值的独特魅力，以及不受年龄、性别、职业、经济状况、技艺水平、参与方式等因素影响的这一群众喜爱并且易入门的特色体育项目逐渐形成群体后，便会产生雪球效应，不断地扩大参与群体。事实上，在丹东市申办毽球城的申报材料中就显示了：2004年丹东市毽球运动的参与人数就达到近50万人次，而现如今，丹东地区毽球运动的参与人数达

到近80万人次，这就是花式毽球运动的独特魅力以及群体发挥集聚优势所产生的雪球效应，为丹东市区花式毽球运动组织的形成与发展打下了良好的基础。以毽球协会为依托，为晨、晚练点的毽球参与者提供技术的支持，而花式毽球运动发展至今的技术水准不仅让丹东市区民骄傲，同时丹东市区花式毽球运动技术的发展即可以保证以参与人员的锻炼年限，也可以通过技术的展示，给群众一个直观的触动，这也充分体现了它的的观赏性。丹东市花式毽球运动就是以容易入门，不受多因素制约、以及适合丹东地区管理模式的引导，通过花式毽球项目自身特点去不断发挥着聚集优势的促进作用。

### **3.2.2** 花式毽球运动的示范优势促进丹东市区群众体育全面发展的影响分析

花式毽球运动经过多年的发展，已经成为了丹东市的一张漂亮的名片。在丹东市区群众体育的发展中以占据主体的地位，不单单是因为丹东市区花式毽球运动有着优势开展的良好现状，更重要的是借助花式毽球运动的优势现状，很好的构架出通往群众体育大平台的一个坚实的桥梁，在众多运动项目的开展中与发展丹东市区群众体育的关系中，已成规模的花式毽球项目具有很好的示范性，在通往群众体育的大平台中，以花式毽球运动成功的管理模式作为范本，充分发挥它的示范作用，在丹东市区群众体育的发展中不断地发挥着桥梁和纽带的作用。在丹东市区群众体育的发展中，花式毽球运动利用自身的项目特殊

23

性的优势，吸引着大批毽球爱好者，不仅如此，花式毽球参与主体也逐步认识到科学锻炼的重要性，在不断提高花式毽球技术水平的同时也对其他的体育项目产生了不同程度上的兴趣，这样就很自然的形成了地方特色项目带动其他运动项目共同发展的良好局面。在对丹东市区花式毽球参与群体的调查中发现：69人参与花式毽球运动长达8年以上，176人坚持踢毽球在5—8年，占总人数的51%（如图8所示），通过对这些常年坚持花式毽球锻炼群体的交谈中得知：随着参与者自身花式毽球技艺水平的提高，人们的锻炼主要内容也在发生相应的变化：从单一的毽球运动到如今“组合式”的锻炼内容。这样的变化不仅丰富了人们的锻炼内容也带动了群众体育的发展。



72

132

103

89

84

花式毽球+太极拳

花式毽球+广场舞

花式毽球+健身操

花式毽球+羽毛球

花式毽球

0 20 40 60 80 100 120 140

图 15 花式毽球运动参与主体的主要锻炼内容情况统计图

从图15可知，丹东市区花式毽球运动参与主体的主要锻炼内容不单单是花式毽球一种运动项目，也存在着组合的形式。通过分析调查问卷，我也发现这种组合的形式是以花式毽球运动为主体而展开的，从事太极拳、健身操、广场舞等运动项目锻炼的参与人群除去以花式毽球运动为主体的参与人群，这些项目本身的人数将大大的减少，所以从一定的角度来说，花式毽球运动是带动其他运动项目的深入发展的主体因素。这也是花式毽球运动对群众体育全面发展所起到的一个推动作用的具体体现。通过城市群众性较好的运动项目带动其他的运动项目也是群众体育全面、可持续发展的必经之路。

在丹东市区花式毽球运动的发展中，优势不仅仅表现在参与主体和项目特殊性上，同时政府管理模式的示范性也占据重要的位置，尤其是在群众体育的全面发展中。丹东市毽球协会不仅负责毽球运动的竞赛和培训工作，同时也设有专门普及和推广丹东市区花式毽球运动的相关部门。在相关协会机构的完善下，丹东市区根据自己的实际情况采取了适合本地区发展的结合型的组织管理模式，在近几年的发展实践中，充分展示了根据城市特点来适度调整相关项目的组织管理模式，以群众基础较好的花式毽球运动作为优先发展的运动项目，相关协会给予政策上的指导，借助丹东市区举办的大型活动充分展示花式毽球运

24

动在丹东市区的发展，积极举办相关的表演和竞技比赛，大力宣传丹东市区的毽球文化。做到将丹东市区花式毽球运动的相关资源与企事业单位共享，通过对花式毽球运动参与者职业的分析：66.46%的参与者的职业出自于企事业单位（见图2所示），其原因不单单是他们有良好的工作环境和丰厚薪资待遇，同时也证明体育资源共享的结果是卓有成效的。丹东市区花式毽球参与主体中每个年龄段都有参与人群，但是参与人数最少的年龄段还是在36—45岁之间，仅占总人数的4.80%（见图1所示），丹东市区政府也在积极的通过“以学生参与带动家庭参与”的模式逐步引导丹东市区花式毽球运动中参与人群中的薄弱环节的年龄段。这样一种适合于丹东地区群众体育发展的结合型的体育管理组织模式，对群众体育中的其他运动项目的开展完全可以起到借鉴的作用。如今通过丹东市区花式毽球运动的示范性，对于新兴的广场舞以及具有群众基础的扇子操等运动也逐步形成了规模，参与人数逐渐增多，参与者的锻炼频度也随之向着体育人口的目标靠近。丹东市区群众体育的发展有众多的运动项目，它包括：篮球、羽毛球、健身操等等多个受到大众喜爱的运动项目，但是缺少稳定的群众参与团队以及相关的指导造成了这些运动项目在丹东市区群众体育中的开展难成规模。如今通过丹东市区花式毽球运动优势开展的现状，政府也在积极的将现有的管理模式适当的套用到其他群众基础较好的运动项目中，形成以花式毽球运动为主导，其他具有良好群众基础的项目紧随其后。比如新兴的广场舞以及具有群众基础的扇子操等运动项目，市政府逐步改善内部管理模式，积极的鼓励有能力的人参与到这些运动项目中，让参与者自发组织，形成稳定的团队，积极引导有相关才能的人，尤其是充满活力，精力旺盛的年轻人，加入进去给予指导。让中年人占主导的群众体育活动中，加入年轻的活力，相互影响，和谐发展。事实上，在前几年我们学校健美操专业的学生也曾在丹东市区锦江ft的大平台等地，就以领操的身份加入其中，用自己的专业知识和技能，为丹东市区群众体育发展作出一份力量。丹东市区花式毽球运动的优势开展带动了其他运动项目的逐步完善，促进群众体育的全面发展，而群众体育的全面发展又促进了花式毽球运动整体的提升，因此，花式毽球的优势开展和丹东市区群众体育全面发展是相辅相成的关系。在发挥丹东市地区花式毽球运动优势开展效果的示范性，带动其他具有城市特色以及可行性大的运动项目，逐步形成了规模，增加参与人数以及参与者的锻炼频度，也随之向着体

育人口的目标靠近，提高体育人口的质量，使丹东市群众体育得到全面的发展。

### **3.2.3** 花式毽球运动的群体技艺优势对提升城市形象的影响分析

2013年沈阳全运会，丹东地区的花式毽球运动代表参与了全运会的闭幕仪式，展现了四十多种具有丹东市花式毽球特色的技艺，具有极高的观赏价值，展示出“全国毽球城”的独特魅力，也就是这些高难度的花式毽球技术，通过丹东花式毽球爱好者自如的表演，

25

吸引着人们的目光。在2009年，丹东市花式毽球踢到了北京，为全民健身活动贡献了一场精彩绝伦的表演，丹东地区也是唯一的一支外地表演团队，演出之后得到一致的好评。丹东市区花式毽球运动技艺水平的高超性，绝不仅仅只有那么几个人，丹东地区经常受邀参加各地表演的理由也不单单是因为，这几十个人的高超水平，更多的是以他们为代表展现丹东市近80万经常参与毽球活动的人群。在丹东地区，不仅仅是花式毽球爱好者非常多，而且技术水平也很高，在平日的练习中十分重视毽球运动的基础动作，在学习难度动作时，社会指导员以及运动搭档都会给予帮助。由于大多数花式毽球运动以形成规模，所以在平时的练习中，对于动作的学习与小团队的人数也是有直接的关系的，比如：学习

720°绕转，一般参与者会选择单人踢；学习后背毽，一般选择双人体，同时你的运动搭档需要擅长踢有高度和弧度的大毽；学习绕脖毽一般会选择加入三个人的行列并且是小范围，因为绕脖毽是通过身体的扭转以及走位的方式完成的；水平较高展示技能一般选择四人毽球。一般来说，丹东花式毽球的每个参与的小团队都在四人以下，因为有明确的方向，互相不会抢毽，由于人们技术较高，左右脚都会各种踢法，所以当毽球的方向不明确时，人们就会出现无意识的抢毽行为。因为花式毽球运动在丹东地区已经形成规模，所以丹东花式毽球运动在群众中的普及广、而且普遍参与人员会的花样也多，进步的也快。也正是因为丹东市区花式毽球群体的高超技艺性，使得越来越多的人了解了丹东市区的花式毽球运动。丹东地区每年举办的各类大型活动中，少不了丹东市区花式毽球的表演，受大家的欢迎程度也越来越高，许多人都会不自主地踢上两脚，许多来自国外的游客更还对丹东的鹅毛毽非常感兴趣。对于丹东特色的鹅毛毽，很多中外游客都给出了很高的评价，虽然毽球运动发源在广东，但是发展却是在丹东。针对丹东市区花式毽球运动的优势开展，辽宁电视台以及ft东电视台还专门来到丹东拍了专题片，播放后也引起了较大的影响。随着丹东市区花式毽球技术的提高，对毽球的要求规格也越来越高，尤其是丹东独特的鹅毛毽，受到国内外毽球爱好者的喜爱，每年上百万只毽球远销海外。丹东市区花式毽球技术水平的提高，也吸引了大批的专业人士来交流、学习的同时也被丹东市的自然景象所深深吸引。

由此可见，丹东市区花式毽球群体的技艺优势，不断提升了丹东市的知名度，与此同时，也引来许多商家的赞助，为丹东市区经常性举办的花式毽球比赛提供经济上和物质上的帮助。这样一来，就形成了一种向着市场化发展的运作模式，增强了丹东市区花式毽球运动“自主造血”的功能。丹东地区通过参与者的毽球技术水平的不断提高，不仅带来了经济价值，而且还带动周边地区的旅游业以及其他产业的发展，不断扩大丹东地区的影响力，逐步形成一种积极、向上的体育文化环境，更好的推动丹东市群众体育的全面发展。

26

## 3.3 丹东市群众体育发展的展望

### **3.3.1** 创建城市群众体育文化品牌

花式毽球运动在丹东地区群众体育中占有重要的地位，而在全国范围内丹东市的花式毽球运动的开展现状也是处于示范性的位置。依据丹东地区毽球运动的优势开展以及旅游资源这两方面条件的考虑，可以利用丹东市区特色的花式毽球运动项目来举办相关的体育赛事，不仅可以提高本地区花式毽球运动的技术水平，同时也可以提升丹东地区的知名度，借助有城市特色的大型体育赛事，吸引更多的体育运动爱好者，并且在此期间可以举办文化旅游体育节，这样一来，借着花式毽球运动赛事的影响力，带动丹东地区以及周边地区的旅游经济，同时也借助于丹东地区的旅游资源来吸引更多的人关注丹东市群众体育文化氛围，了解丹东市花式毽球运动，两者相互促进，共同服务于丹东市整体的全面发展。将特色运动项目与当地旅游结合共同创建城市群众体育文化品牌作为丹东市群众体育未来的发展方向，有以下几个可行性的优势条件：首先，丹东市作为全国唯一的毽球城，将毽球运动打造成群众体育文化品牌的可行性极高；其次，丹东市区每年都会举办国际马拉松节和国际旅游节，因此有承办大型赛事的能力和经验；另外，丹东地区的旅游资源也非常多，比如：与朝鲜隔海相望的鸭绿江、从未被开发过的宽甸地区的绿江村以及凤凰ft等等。而创建城市群众体育文化品牌，一方面可以提升城市体育文化氛围，更好的促进群众体育的发展；另一方面，所创造的经济效益可以更多的投入到群体体育中，用实际行动促进丹东市群众体育的发展。

### **3.3.2** 带动周边城市群众体育联动发展

丹东市区花式毽球运动的优势开展，在本地区群众体育中起到了很好的推动作用，达到了优势发展的现状。如今，丹东地区，包括宽甸县、凤城市以及东港市都进入全国体育先进县的行列，应该说丹东市群众体育的发展模式已经形成了城市、城镇和乡村一体化发展的模式，以毽球运动为主体，辅助其他运动项目共同发展。着眼于丹东市群众体育未来的发展，应该积极努力的发展“引进来，走出去”的政策，将构建城市圈的一体化发展，将周边城市以联合的形式共同发展全民健身活动，将丹东市的花式毽球“走出去”，并将其他的运动项目根据丹东市区自身的实际情况“引进来”，使资源得到共享，为群众体育的可持续性发展提供优势平台，充分发挥示范与辐射的效应，还可以联合起来一起举办有关全民健身大联合的系列活动，可以以论坛、互访以及联合举办体育赛事等形式开展，这样不仅可以吸引更多的参与者与到全民健身的活动中，而且也可以扩大体育赛事的影响力，以便吸收社会投资，促进群众体育的发展。

27

### **3.3.3** 促进花式毽球与竞技毽球协调发展

毽球运动分为花式毽球和竞技毽球两种，而丹东市优先发展群众基础好，且不受场地、年龄以及技艺水平的制约的花式毽球运动，与此同时开展的效果也非常好。由于现阶段，丹东市区毽球运动主要以花式毽球为主，从花式毽球运动的参与主体的龄分布来看，丹东花式毽球运动的参与者的年龄从青少年到中老年都有不同程度的参与人群，主要集中在56

—65岁和46—55岁这两个年龄段（如图1所示），可以说明丹东市区毽球运动的参与主体以中老年人为主，进而选择了适合自身身体机能的花式毽球运动，但是毽球运动是一项不受年龄限制的的运动项目，所以除中老年人以外，还有其他年龄段人员的参与，所以在成功优先发展花式毽球的同时要将竞技毽球引入群众中去，尤其是年轻人。竞技毽球与花式毽球存在着不同的运动乐趣，毽球运动在丹东地区最初的发展也是因为丹东竞技毽球取得优异的成绩，才引起人们的关注，后来通过实际环境的演变，将优先发展花式毽球运动，但是一直以来，丹东市竞技毽球运动也在一直发展着，如今，丹东打算在建一座大型毽球运动馆，这样一来，为竞技毽球的发展提供了良好的场地条件。因此，在丹东地区将竞技毽球和花式毽球协调发展也是必然的趋势。

28

# 4 结论与建议

## 4.1 结论

### 4.1.1 因为花式毽球是一项不受参与者年龄性别、职业以及收入、技艺水平等因素影响的适合在群众体育中发展和普及的运动项目；其参与主体具有着良好的锻炼动机，同时也保证了锻炼情况，实现了参与群体身心的全面发展。

### 4.1.2 丹东市区花式毽球运动已经成为丹东市区群众体育全面发展的重要组成部分，其原因主要是花式毽球运动独特的项目特点、锻炼群众的健身意识以及丹东市委市政府的大力支持的结果。

### 4.1.3 花式毽球运动通过集聚优势、示范优势以及群体技艺性的优势对丹东市区群众体育起到了扩大参与人群、扩展项目以及提升城市形象的推动作用。

## 4.2 建议

### 4.2.1 举办经常性群众体育活动，将毽球运动的比赛效应与表演效应相结合，丰富群众体育文化生活，营造健康、科学、文明的生活方式。

### 4.2.2 将花式毽球运动引入高校，将这项具有地方特色的运动项目在大学生中大力普及和推广，培养更多的毽球运动人才，更好的为丹东市区群众体育发展服务。

### 4.2.3 政府积极引导市民参与锻炼，掌握科学的锻炼方法，拥有良好的锻炼初衷，树立“终身体育”的意识。

29

参考文献

[1]中国毽球协会2011年工作会议资料汇编.中国毽球协会,2011,3。

[2]李鸿璧.毽球已成为丹东的城市名片——他们说：丹东不是吹，毽子满城飞[J].中国体育报,2010,4。

[3]王学斌.全国毽球城2010年工作报告.中国毽球协会,2011,3。

[4]周春太.对丹东市区开展群众性毽球运动调查研究[D].北京体育大学,2006, 10。

[5]谢成超，王晓芳，白海峰.上海地区毽球运动的现状与发展对策[J].辽宁体育科技，2005，(10)：25。

[6]李丽，张金桥.毽球的人文价值[J]. ft西体育学院学报，2004(2)：14-18.

[7]谢成超，黄ft鹰.毽球的体育文化探究[J].南京体育学院学报，2003(1)：11-19.

[8]刘丽霞.毽球运动的价值及其制约发展的因素探究[J]. ft西体育学院学报,2003(6)：2-8.

[9]郭贤成.运用宣传媒介加快毽球运动发展[J]. ft西师大体育学院，2002，(2)：116-117.

[10]张利刚.北京市群众体育现状调查及管理对策研究[J].北京体育大学学报，2008(1)：17-32.

[11]姜国安.广西来宾群众体育现状调查与发展对策研究[J].上海体育学院学报.1998(4)：17-19.

[12]周云丽.福州市区广场舞的现状及发展研究[J]. ft东体育学院学报,2005(1):4-8. [13] J. Côté, M. Vierimaa. [The developmental model of sport participation: 15 years after its first](http://d.scholar.cnki.net/Detail/SJESTEMP_U/SJES14110700289567) [conceptualization](http://d.scholar.cnki.net/Detail/SJESTEMP_U/SJES14110700289567)[J]. Science & Sports, 2014, 29.

[14] Wang wei ming, Theodoraki Eleni. Mass sport policy development in the Olympic City: the case of Qingdao--host to the 2008 sailing regatta[J]. Perspectives in Public Health,2007 Vol.127(3):32 [15] Mathew Dowling, Jonathon Edwards, Marvin Washington. [Understanding the concept of](http://d.scholar.cnki.net/Detail/SJESTEMP_U/SJES14032300144835)

[Professionalisation in sport management research](http://d.scholar.cnki.net/Detail/SJESTEMP_U/SJES14032300144835)[J]. Sport Management Review, 2014.

[16]季浏.体育心理学[M].高等教育出版利.2006, 56.

[17]卢元镇.中国体育社会学[M].北京：体育大学出版社.2004: 201-213.

[18]张军，龙明.毽球运动[M].北京：高等教育出版社.2008: 105.

[19]冉建.城市社区群众体育活动中的同伴效应研究[J].成都体育学院学报,2010, 36(11)：29-32.

[20]陈晓宁.中国体育文化发展中传统精神文化传承的研究[D]. ft东师范大学,2010,6。

[21]杨秀华，谢东兴.我国毽球科研现状及发展对策探析[J].科技信息音体美，2008(2)：254-255.

[22]孙弘.一项深受大众欢迎的健身运动—毽球[J].南京体育学院学报，2002(3)：28-29.

[23]李杰凯，包蕊，王可等.论操舞音乐韵律与动作节奏的本能恰和之美——基于运动项目娱人致趣原理的研究[J].沈阳体育学院学报，2011(4)：7-10.

[24]苏新荣，李刚，李杰凯等.普通高校体育教学中运动项目趣味性要素的研究[J].沈阳体育学院学报，2010(3)：83-84.

[25]李杰凯.游戏及体育游戏原理探析[J].武汉体育学院学报，1999(1)：32-33.

30

[26]田逢盛.体育运动快感理论分析与实证研究[D].西南大学,2011,5。

[27]马飞.从健身的角度审视踢毽运动文化的内涵[J].体育科技文献通报,2006(4)：45。[28]张伟华.谈古老而时尚的运动--毽球[J].商丘日报,2010, 10。

[29]陆仲元，孟春媛.浅谈毽球运动[J].沈阳体育学院学报，1995(4)：25-26.

[30]李松泰，费薇娜.毽球作为全民健身运动项目的可行性分析[J].文化建设学术论丛，2009(13)：146-147.

[31]丹东市区政府.申报“全国毽球城”材料.2004.6.24.

[32]魏祥林.具有浓厚民族特色的新兴体育竞赛项目[J].辽宁省体委群体处.

[33]高久灵.湖北高校毽球运动开展情况的调查及分析研究[J].甘肃科技,2010，(4)：56。

[34]王宏.对丹东市区中老年体育锻炼现状的调查与分析[J].丹东纺专学报，2003(4)：77-78.

[35]刘松林，徐丹.试论当代我国毽球运动的核心价值体系[J].广州大学体育学院，2010，(4)：29-30.

[36]徐华.民间体育品牌对“全民健身”的作用[J].宜宾学院学报，2010，(2)：18-19.

[37]杨家勇.毽球运动[J].中国学校体育,2001(8):62-64.

[38]许小红.从运动兴趣的变化探讨大学生选项课的最佳形式[J].南京体育学院学报，2001(1)：23-24.

[39]张大志，陆云.民间体育的休闲价值[J].搏击、武术科学,2009(11)：80-81.

[40]任海.娱乐体育——中国群众体育的一个重要形式[J].体育科学，1992(5)：22-23.

[41]王云平，戴烛庆.体育教学要为“健康第一”服务[J].辽宁体育科技，2002，(8)：115。

[42]李杰凯.论“轻体育”与竞技运动项目“软式化”发展趋势[J].沈阳体育学院学报,1998(4)：1-3.

[43]汤全达.从历史与现实视角透视中华民族传统体育的发展[D].江西师范大学,2008,5。

[44]中国毽球协会.毽球竞赛规则与裁判法[M]北京,2001年11月第1版.

[45]王广进.文化人类学视野中的游戏、体育与民族传统体育[J].体育与科学，2010(1)：73-74.

[46]杨彬，席玉宝.毽球运动源远流长[J].文体用品与科技，2003(7)：55-57.

[47]苏志.体育基础理论[M].西安交通大学出版社,2009。

[48]刘志民.小城镇体育大社会问题[M].人民体育出版社,2005。

[49]王玉德，邓儒伯等.中国传统文化新编[M].华中科技大学出版社,1996。

[50]易剑东，何明辉，熊俊华等.生命的脉动——体育的文化阐释[M].中国科学文化出版社,2004,5。

31

致谢

本文是在导师李继辉副教授的悉心指导下，由本人独立完成的。文中的许多关键之处，浸透着导师的心血与期望，本文的选题、研究思路的形成以及全文的撰写等方面导师都给了我细致入微的指导。导师在学术上极深的造诣与渊博的学识，使我受益良多，终生难忘。在三年的学习生活中，导师在各方面都给了我许多的关心与指导，他和蔼可亲的为人风格，循循善诱的为师风范，勤奋严谨的治学态度，以及全身心投入的敬业精神，使我难以用语言表达我的崇敬与谢意，无论是做学问还是做人，导师都将是我人生的楷模，我对他的感激之情只能化作人生的动力继续激励我前进。

感谢在实地调查中给予我大力支持与帮助的丹东市体育局领导、辽东学院的多位教师以及花式毽球运动的多位民间高手的大力支持，同时还要感谢丹东市毽球协会和各个晨练站点的积极配合。深深地向他们的支持与帮助表示衷心地感谢！

在2012级研究生这个团结上进的集体中生活了三年，这使我有机会与学同学们结下深厚的友谊，与他们友好、融洽的相处将成为我一生最为珍贵而美好的回忆，也必将在今后的日子里激励我们不断进取。为此我衷心地感谢我的同学们。此外，衷心地感谢同一导师门下的师兄师弟，在共同的学习中他们给了我诸多的启发、指点与帮助。

最后感谢我的父母三年来给我的支持与照顾，有了他们的理解、关心与呵护，才使我能够顺利地完成学业，我将永远铭记这份人世间最真挚的爱。因此，本论文的完成不仅仅是我个人的劳动成果，其中也凝聚的上述师长、同学、朋友、亲人付出的劳动 与 心 血 ， 我 将 终 生 难 忘 ， 谢 谢 大 家 ！

32

# 作者简介

王莹，女，共青团员，1988年7月30日出生于辽宁省丹东市，2011年本科毕业于沈阳体育学院运动训练专业，2012年考入沈阳体育学院研究生部。

33

# 攻读学位期间的学术活动

[1]王莹.沈阳体育学院研究生学术论坛《沈阳体育学院体育教育专业田径技术课实施“双语教学”的可行性研究》

34

附录

**附录** **1**

**关于花式毽球运动对丹东市区群众体育发展影响的问卷调查**

**（专家问卷）**

尊敬的专家：

您好！我是沈阳体育学院2012级研究生王莹，毕业论文题目为“花式毽球运动对丹东市区群众体育发展的影响研究”，研究对象为丹东市区花式毽球运动的开展情况。为了更准确的反映与本研究相关的指标，本人拟订了专家问卷。为保证问卷的有效性，恳请各位专家帮助选出问卷中各指标的重要程度，剔除不重要的指标，添加遗漏的内容。您的建议对本研究具有十分重要的指导意义，恳请您在百忙中完成此项调查。在此，对您的鼎力支持表示诚挚的谢意！

研究生：王莹电话：15702450405导师：李继辉

姓名＿＿＿＿＿＿单位＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿职称＿＿＿＿＿＿

问卷填写说明：

1、本问卷为三级指标：A1-A3为Ⅰ级指标，B1-B15为Ⅱ级指标，C1-C4为Ⅲ级指标。

2、请您在以下表格列出的内容所对应的重要程度一栏内打“√”，每项内容只选一个程度。

一、问卷

根据前期的初步研究，花式毽球运动对丹东市区群众体育发展的影响研究主要包括以下内容：

35

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 花式毽球运动对丹东市区群众体育发展的影响调查（丹东市区花式毽球运动的开展情况） | Ⅰ级指标 | 重要程度 | | | | |
| 很重要 | 重要 | 一般 | 不重要 | 很不重要 |
| A1丹东市区花式毽球运动的开展现状与优势发展的成因分析 |  |  |  |  |  |
| A2丹东市区花式毽球运动的优势开展对群众体育发展的影响分析 |  |  |  |  |  |
| A3丹东市区群众体育发展的展望 |  |  |  |  |  |
| 您的补充意见 |  | | | | |

36

37

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ⅰ级指标 | Ⅱ级指标 | 重要程度 | | | | |
| 很重要 | 重要 | 一般 | 不重要 | 很不重要 |
| A1丹东市区花式毽球运动的开展现状与优势发展的成因分析 | B1调查对象的社会特征分析 |  |  |  |  |  |
| B2丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼动机分析 |  |  |  |  |  |
| B3丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼情况分析 |  |  |  |  |  |
| B4丹东市区花式毽球运动参与主体的技艺水平分析 |  |  |  |  |  |
| B5丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼形式分析 |  |  |  |  |  |
| B6丹东市区花式毽球运动参与主体的参与途径分析 |  |  |  |  |  |
| B7丹东市区花式毽球运动参与主体的相处方式分析 |  |  |  |  |  |
| B8丹东市区花式毽球运动参与主体的身体和心理变化分  析 |  |  |  |  |  |
| B9丹东市区花式毽球运动发展的管理模式分析 |  |  |  |  |  |
| 您的补充意见 |  | | | | |

38

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ⅰ级指标 | Ⅱ级指标 | 重要程度 | | | | |
| 很重要 | 重要 | 一般 | 不重要 | 很不重要 |
| A2丹东市区花式毽球运动的优势开展对群众体育发展的影响分析 | B10丹东市区花式毽球运动的集聚优势对扩大参与人群的影响分析 |  |  |  |  |  |
| B11丹东市区花式毽球运动的示范优势对群众体育全面发展的影响分析 |  |  |  |  |  |
| B12丹东市区花式毽球运动的技艺优势对提升城市形象的影响研究 |  |  |  |  |  |
| A3丹东市群众体育发展的展望 | B13创建城市群众体育文化品牌 |  |  |  |  |  |
| B14带动周边城市群众体育联动发展 |  |  |  |  |  |
| B15促进花式毽球与竞技毽球协调发展 |  |  |  |  |  |
| 您的补充意见 |  | | | | |

39

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ⅱ级指标 | Ⅲ级指标 | 重要程度 | | | | |
|  | 很重要 | 重要 | 一般 | 不重要 | 很不重要 |
| B1调查对象的社会特征分析 | C1丹东市区花式毽球运动参与主体的性别与年龄特征分析 |  |  |  |  |  |
| C2丹东市区花式毽球运动参与主体的职业及收  入特征分析 |  |  |  |  |  |
| B3丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼情况分析 | C3丹东市区花式毽球运动参与主体的频度、时  长和强度分析 |  |  |  |  |  |
| C4丹东市区花式毽球运动参与主体的锻炼年限  分析 |  |  |  |  |  |
|  | 您的补充意见 |  | | | | |

二、您的具体意见：

您认为问卷中还有哪些方面需要修改和增减内容：

三、您认为本研究中所分析的指标的有效性为：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 非常有效 | 有效 | 一般 | 无效 | 非常无效 |
|  |  |  |  |  |

40

**附录** **2**

**关于研究花式毽球对群众体育发展影响的问卷调查**

尊敬的花式毽球爱好者们您好：

我是沈阳体育学院2012的研究生王莹，为毕业论文的撰写真实有效，我需要了解有关丹东市区花式毽球开展现状等问题，真心希望能得到您的支持。请您根据您的实际情况认真填写此问卷。此问卷非实名制，对您不会造成影响。谢谢您的支持！

填写说明：在适合的答案上打**√**或者写上选项。

沈阳体育学院2012级研究生：王莹

导师：李继辉

1.您的性别：A男B 女

2.您处在的年龄段：

A 26岁以下B 26—35岁C 36—45岁D46—55岁E 55—65 岁

F 65岁以上

3.您现在属于：A现职人员B离退休人员

4您的职业属于：

A国企B私企C事业单位D机关团体E个体人员F其他

5.您的月收入状况：

A 2000元以下B 2000—3000元C 3000—4000元D 4000—5000 元

E 5000元以上

6.您参与花式毽球运动的主要动机是：

A获得愉悦身心B强身健体C增加社会交往D掌握花式毽球技能

E减肥、塑形

7.您每周锻炼的次数：

A 10次以上B 5—10次C 3—5次D 3次以下

8.您单次锻炼的时长：

A 90分钟以上B 60—90分钟C 30—60分钟D 30分钟以下

41

9.您的锻炼强度：

A全身发热B出大汗C中等出汗D微微出汗

10.您的锻炼年限：

A 8年以上B 5—8年C 3—5年D 3年以下

11.您的花式毽球水平：

A初级B中级C高级D超高级

12.您参加花式毽球运动的锻炼形式：

A独自锻炼B与家人一起锻炼C与朋友一起锻炼

D与运动搭档一起锻炼

13.您参加花式毽球运动的主要参与途径：

A邻里介绍B朋友介绍C家人介绍D同事介绍

E自己主动参与

14.您参加花式毽球运动的锻炼后身体发生的变化：

A身体形体得到改善B睡眠质量变好了C胃口好了D身体疾病有所好转

E体质增强了

15. 您参加花式毽球运动的锻炼后心理发生的变化：

A感觉生活变得充实了B人际关系变广了C体会到了运动带来的成就感

D心情变得愉悦了

16.您参与的活动内容主要有？

A花式毽球+太极拳B花式毽球+广场舞C花式毽球+羽毛球D花式毽球+健身操E花式毽球

42

**附录** **3**

访谈提纲

1、您如何看待丹东市区花式毽球运动优势开展的现状？

2、您认为丹东市区花式毽球运动优势发展的原因主要集中在哪些方面？

3、您认为丹东市区花式毽球运动的优势开展对群众体育发展起到什么样的作用？

4、您对丹东市区花式毽球运动今后十年的发展有何看法？

5、您对丹东市区群众体育今后十年的发展有何看法？

43