

# 美国大众体育政策的历史变迁和发展特征

汤际澜<sup>1</sup>, 谢正阳<sup>2</sup>, 郭子斌<sup>3</sup>

(1. 苏州科技大学体育部, 江苏 苏州 215009; 2. 南京体育学院, 江苏 南京 210014;  
3. 田纳西大学查塔努加分校社会学人类学地理学系, 美国 查塔努加, TN 37403)

**摘要:**运用文献资料法和逻辑分析法对美国大众体育政策的历史变迁和发展特征进行研究, 以期为我国大众体育发展提供借鉴。研究表明: 美国大众体育政策的历程可分为大众体育政策缺场期、入场期、推进期和深入期四个阶段。美国大众体育政策发展特征是以增强青少年体质为重点, 致力于改善全体社会成员健康水平; 以科学研究为基础, 与美国社会整体健康观的发展息息相关; 以倡导建议为手段, 与美国社会整体发展的联系越来越紧密。我国大众体育政策应以青少年为重点人群提高全民身体素质, 以科学研究为依据建立全面健康观, 以倡导建议为手段促进全民健身与社会发展全面融合。

**关键词:** 美国; 大众体育政策; 历史变迁; 发展特征

中图分类号: G80-05

文献标识码: A

文章编号: 1007-7413(2019)04-0015-09

## Research on the Historical Changes and Development

### Characteristics of Sports for All Policies in US

TANG Ji-lan<sup>1</sup>, XIE Zheng-yang<sup>2</sup>, GUO Zi-bin<sup>3</sup>

(1. Sport Department, Suzhou University of Science and Technology, Suzhou 215009, China;  
2. Nanjing Sport Institute, Nanjing 210014, China; 3. Department of Sociology, Anthropology,  
and Geography, University of Tennessee, Chattanooga, TN 37403, US)

**Abstract:** With the methods of documentary and logical analysis, the historical changes and development characteristics of sports for all policies in US are analyzed which provide reference for the development of sports for all in China. The historical stages of sports for all policies in us includes policy absent period, policy eatery period, policy advance period and policy in-depth period. The development characteristics of sports for all policies in US are 1) focuses on the development of youngsters physical fitness and improves the whole society member's health level 2) the sports for all policies in US are based on the scientific research and developing with the health perspective of whole society 3) the way to advance the sports for all policies in US are recommendation and advocacy and have more and more intimate relationship with whole society development. Sports for all policies in China should emphasis on the youngster group and promote physical fitness for all, establishing comprehensive health view based on the science research and promoting sports for all integrate with social development as well.

**Key words:** US; Sports for all policy; Historical changes; Development characteristic

美国作为世界体育大国和强国, 有关其体育发展的研究一直为我国学者所重视。目前对美国体育的研究中, 针对职业体育的经济、职业体育的传媒和法律<sup>[1-3]</sup>、大学体育的体制和制度<sup>[4]</sup>以及体育教育的专业培养<sup>[5-6]</sup>方面的研究较多, 而针对美国大众体育的研究相对较少, 研究内容主要集中于大众体育管理方

式的研究<sup>[7]</sup>、大众体育具体政策和规划等方面<sup>[8]</sup>。由于美国没有专门的由中央至地方的科层体育管理体制, 且美国政府所奉行的是越少干预越好的管理主张, 美国大众体育政策并不具有系统性从而也不易把握。本研究旨在通过对美国大众体育政策历史变迁进行分期的方式, 对美国大众体育政策的发展历程进

收稿日期: 2019-03-09

基金项目: 国家社科基金项目(12BTY005); 江苏省高校骨干教师境外培训项目成果

第一作者简介: 汤际澜(1979—), 男, 浙江桐乡人, 副教授, 博士。研究方向: 大众体育发展。

行梳理,总结美国大众体育政策发展的基本特征,为我国大众体育政策的发展提供借鉴。

## 1 美国大众体育政策的历史变迁

### 1.1 大众体育被忽视和限制之下的大众体育政策缺场期(17 世纪末之前)

在美国历史早期,体育健身和体育活动主要是个人的事情。尽管由于受战争需要和欧洲及其他地方移民的影响,人们对运动及身体活动的兴趣不断增长,但是体育活动主要还是存在于大学之类的学校之中,并不受任何政府的干涉。体育属于个人行为的另一重要原因在于,那个时期人们对于患有疾病和健康状况不佳的认知和解决方式不同。在细菌理论和科学医学概念被发现之前,美国与欧洲一样,人们的身心健康大多被认为是宗教领域的问题。那个时期出现的大量各种各样的疾病、不健康的机体和精神状态通常会被人们认为是由于道德败坏或者信仰不虔诚而遭到的报应。因此,人们很少将通过身体锻炼增强体质与预防疾病联系在一起。

欧洲人在美国定居初期,他们中大多数人都从事农业活动。为了生存,他们开垦了大片荒地用来种植庄稼,通过狩猎获取食物并开展畜牧业<sup>[9]</sup>。对于大多数人来说,维持生存所必须的体力劳动和清教徒“憎恶懒散”的生活观念,使他们承受着巨大的体力劳动强度压力和随之而来的身体疲乏,所以他们几乎没有兴趣来发展和参与有组织的体育项目。事实上,在整个新英格兰地区的定居者,其所信奉的基督教特别是清教徒信念主宰了他们的全部生活,体育活动是不被允许的,从事这些活动会被视为违反教规<sup>[10]</sup>。

到 17 世纪末,在美国出生的新一代居民和大量新抵达美国的非清教徒开始挑战清教徒式的生活原则,包括体育活动、喝酒等在内的娱乐活动在新老移民中开始流行。然而,宗教仍然是美国人身生活中的重要信仰,清教徒的生活原则在生产和生活方面依旧影响着移民区的居民。在 18 世纪中期,美国发生了一场强大的被称为大觉醒的福音运动,这场谴责世俗和自我享受的运动,促使人们重新回到了努力工作、自省和虔诚的清教徒教义之中<sup>[10]</sup>。结果,美国出台了很多的法律法规来限制多种形式的娱乐活动和体育活动,尤其是在星期天进行的体

育活动。

### 1.2 大众体育开始兴起之时的大众体育政策入场期(18 世纪初到 19 世纪末)

在 17 世纪末和 18 世纪初,从欧洲不断涌向美国的移民不仅带来了多元的宗教信仰和文化,同时也带来了在欧洲盛行的教育观念、科学思想以及各种形式的体育锻炼项目。随欧洲移民而来的新思潮不断地挑战旧的观念,清教徒式的生活理念被不断地软化,多样的娱乐和体育活动因为能够强健身体和振奋精神而被允许。

在 18 世纪,经济转型和不断发生的军事行动,使美国非常需要培养身体和心理都健康的公民来保卫这个新建立的国家。许多杰出人物开始公开倡导参与体育活动是提高健康的有效途径。例如,本杰明·富兰克林建议通过练习举重,睡冰冷的房间和饮用大量的水来提高体能和保障身体健康<sup>[11]</sup>。为了强调体育锻炼的重要性,托马斯·杰佛逊总统(1743—1826)提出“不管天气状况如何,每天应用不少于两小时的时间来运动。如果身体虚弱,精神状态就会不佳”<sup>[12]</sup>。1790 年,战争部秘书亨利·诺克斯起草了一份提议,他建议国会把学校当作训练场以提高 18—20 岁青少年的身体素质<sup>[11]</sup>。但是,清教徒普通对游戏、体育和身体锻炼持反对态度,这阻碍了美国教育机构和社会接受这些活动<sup>[11]</sup>。

18 世纪末和 19 世纪初,美国年轻人特别是城市年轻人身体素质十分糟糕的现象开始得到关注。倡导社会和教育改革的人士发现,城里年轻人比乡下做农活的年轻人身体弱,主要就是因为城里年轻人在日常生活中缺乏身体活动。而在当时欧洲开始出现的多种以“肌肉崇拜”为特点的健身方式<sup>[13]</sup>,被认为能够有效地提高年轻人的身体素质,因此开始被引入美国。这些健身方式被运用于军事训练、学校体操、体力劳动和女性健身等方面,其他健身方式如特纳运动、瑞典运动治疗、戴沙特身体文化系统和迪奥系统等也开始出现,这极大地促进了当时美国体育锻炼的发展,对美国学校体育的影响极为巨大<sup>[11]</sup>,并延续至今。

19 世纪末期,对于美国大众的政策影响主要来自于学校体育领域。1885 年布鲁克林市阿德斐学院体育指导员安德森成功创设了一个由 60 位教会人士、大中小学校长、新闻媒介人士以及体育指导员等诸多人士参加的论坛,于美国政府管理领域之外初创了“美国健康、体育、娱乐和舞蹈联盟(AAHPERD)”

的前身——美国体育促进会(AAPE)。1891年,体育(physical education)被美国全国教育协会(NEA)正式确认并纳入学校课程。学校体育课程被纳入学校课程体系,体育教师专业的创设和专业体育教师职业人才的培养,推动了美国大众体育的进一步发展。

### 1.3 大众体育不断发展之中的大众体育政策推进期(20世纪初到二战结束)

20世纪初,美国开始出现更具系统性和建设性的身体活动促进政策体系。在罗斯福总统的第一个任期期间,他成为了一名身体活动的积极倡导者。他认识到运动和体力劳动的重要性,并鼓励美国大众积极参与身体锻炼。<sup>[13]</sup>然而,在他总统任期内,他在促进发展体适能方面的努力只局限于制定和执行美国武装部队的年度体检项目。

美国政府推进大众体育的进程开始于学校。美国参加一次大战期间,一组被征募年轻人的身体水平数据被公布,被征募的年轻人中每三个人有一个不适合作战并且有许多人由于身体状况不佳而被拒绝征募<sup>[14]</sup>。这促使美国通过立法,要求改变公立学校的体育教学课程。尽管关于在体育教育实施体能计划是否应基于军事培训模型仍然存在争议<sup>[15]</sup>,但是到1930年美国36个州规定公立学校应开设体育课程。短时期内大量的关注和努力被投入到学校体育课程发展中,似乎美国人对于身体活动兴趣的改善将延伸为可以预期的发展趋向。但是,当美国经济开始进入衰退期时,对于低锻炼水平的高度兴趣和关注成为昙花一现。

20世纪30年代的大萧条时期,失业率的激增迫使联邦和州政府在社会的每一个方面都削减预算。为了解决就业问题,联邦政府设立“就业推进部”,为失业的人提供短期的工作机会。在此期间,全美建造了许多公路、公园、水坝、比赛场、高尔夫球场、游泳池和娱乐中心。即使健身和娱乐设施的数量有了巨大的增长,但社会对于体育锻炼的兴趣消失了整整十年。随着一战而由法律规定设立体育课程所取得的效果也十分短暂。为这些项目提供的资金变得受到限制,最终因为经济的萧条不得不把资金挪用到其他地方。<sup>[16-17]</sup>

然而,第二次世界大战时,美国人再次为青少年身心状况不佳的现象所震惊,有大批新兵由于身体状况不佳而没能通过体能测试。为了更好地准备战争,美国各级都动员起来,对国民体质迅速改善的各种努力也得到了政府最高管理部门的配合。由于对发展军队和平民力量、耐力、协调和身体技能的强调,学校

体育课程再次成为重点<sup>[11]</sup>。在这个时期,身体健康的科学研究、测试手段和测量方法的增多,为军队提供了数据和建议。这一时期关于身体健康的重要研究之一来自于伊利诺斯州大学的丘尔顿博士。丘尔顿的研究成果不仅揭示了身体健康科学研究的重要性,还为今后的研究提供了理论和方法框架,推动了健康项目的发展。

然而,跟以往一样,整个国家对健身的兴趣随着战争的结束而减弱。在庆祝二战胜利之际,美国进入了经济繁荣时期,美国社会沉浸在放松和享受生活的氛围之中。二战后重新组织起来的奥运会激起了美国人在竞技方面的兴趣,美国职业体育从受观众欢迎的观看活动转变为美国社会生活中的重要内容,也成为美国社会价值巨大的产业。职业体育在此期间的发展,为体育成为美国流行文化的一部分奠定了基础,虽然对美国大众体育有一些积极的影响,但整个国家对娱乐和运动技能活动的兴趣仍要多于身体健康<sup>[18]</sup>。

### 1.4 大众体育兴盛之上的大众体育政策深入期(二战结束之后)

自二战结束以来,美国经济的繁荣和技术的迅速发展,不仅深刻地改变了美国社会、文化和政治,也显著改变了美国人对于健康的观念、实践和状态。虽然,自二战以来美国平均寿命已经大大提高,但是患有不同类型慢性疾病的人数也大幅增加。鉴于大众健康状况不再是个人的问题,也关系到国家安全、社会稳定和经济发展,大众体育政策开始深入大众体育发展领域。

#### 1.4.1 总统委员会

二战期间艾森豪威尔总统接到关于美国军队征兵时年轻人身体条件不佳的报告,其后韩克劳斯博士与其同事发表的长期研究显示,美国青少年在体质方面全面落后于欧洲青少年,因此伊尔在《体育画报》对当时美国青少年体质评论道:“今天的美国有一个问题,一个影响深远和严重影响国家未来的问题。”<sup>[19]</sup>

针对当时美国在公共卫生健康方面所存在的问题,时任美国总统艾森豪威尔(1953—1961)于1953年设立了内阁级别的健康、教育和福利委员会(现已命为卫生和公共服务部,简称HHS),作为国家进行研究和为所有美国人提供健康服务的主要机构。1956年7月16日,美国成立了有内阁地位的青少年体适能委员会(PCYF)成立,该委员会进行的第一项研究就是召集8500名5—12岁的男女学生参加体适



能测试(该测试就是后来的“总统青少年体适能项目”)。自艾森豪威尔之后的每届总统都根据社会的发展,不断地调整委员会的目标、职能,委员会组织调查研究并向社会大众发布最新的国民体质状况数据和报告。政府部门通过与各类社会组织合作,发布

促进健身和体育活动相关政策,实施健身和体育活动相关项目,促进美国社会对健身和体育活动的重视,增加参与健身和体育活动的人数,提高各年龄阶段、各社会阶层的体适能水平。各届美国总统任职期间的重要政策和措施、项目和活动见表 1。

表 1 历届美国总统健身、运动和营养委员会一览表

时间	任职总统	重要政策和措施	重要项目和活动
1953—1961	艾森豪威尔	成立“青少年体适能委员会”(PCYF)	进行“总统青少年体适能项目”
1961—1963	肯尼迪	更名为“总统体适能委员会”(PCPF),目的在于面向所有年龄和为所有社会群体提供帮助	推行 50 英里徒步挑战项目
1963—1969	约翰逊	更名为“健身和体育总统委员会”(PCPFS),健身与竞技并重并重视残疾青少年	设立“总统健身奖章”,进行第二次全民体质调查
1969—1974	尼克松	“总统健身奖章”开始扩展至娱乐和整个社会群体探讨私人企业参与委员会项目的可行性	设立“总统体育奖章”,开展企业体育
1974—1977	福特	委员会目标增加宣传体育锻炼重要作用和协助开展企业健身项目两项	进行第三次全民体质调查,发现 1975 年的结果相对于 1965 进步不大
1977—1981	卡特	委员会成员扩大至 15 名	通过业余体育法
1981—1989	里根	委员会的目标增至 10 个,设立“国家健身奖章”,与美国休闲和公园协会一起加入全国健身联盟促进娱乐和公园部门开展健身项目	业余体协负责“总统挑战项目”
1989—1993	布什	委员会成员数量增加到 20 名,任命动作电影明星、健美冠军施瓦辛格为主席(1990—1992),推动每天高质量的体育教育	开展公、私健身项目的合作项目和活动,取得了丰硕的成果
1993—2001	克林顿	举行成年人体质测试的建设战略规划论坛,对如何提高美国人的身体活动和体适能状况提出了建议	设立银鹰奖,鼓励美国老年人通过参加身体活动改善健康
2001—2009	布什	委员会的角色定位为提供建议和协助总统与健康与公共服务部秘书,使定期身体活动和体育锻炼有益健康为全民所关注	与多个体育协会和组织合作,共同推进健康生活方式、促进身体活动,这些项目包括“健身每一天”“健身生活方式总统奖”“健康联邦身体活动挑战”
2009—2017	奥巴马	更名为“健身、运动和营养总统委员会”,委员会成员增至 25 名	发动百万“健身生活方式总统奖”挑战——让一百万人获得“健身生活方式总统奖”启动“动起来—活力学校”“我行你也行”“学校早餐项目”

资料来源:<https://www.hhs.gov/fitness/about-pcfsn/our-history/index.html>

1.4.2 美国卫生和和公共服务部(HHS)与《国家身体活动指南》

回顾美国促进大众身体活动的政策发展和执行,

总统委员会显然通过其政治影响力、行政机关在其中扮演了重要的角色。但是,负责开发政策、指南和具体实施的机构则是美国卫生和公共服务部。艾森豪

威尔总统于1953年成立了内阁级别的健康、教育和福利部,1980年该部门更名改为美国卫生和公共服务部。自那时起,美国卫生和公共服务部已发展成为美国政府最大的部门,到2013年该部门拥有76341位雇员。美国卫生和公共服务部(HHS)总部设在华盛顿,由联邦政府资助(2015年财政年度预算为9409亿美元)的卫生和公共服务部是保护所有美国人健康的首要机构,并通过支持科学研究、发布指南和政策为大众提供必要的公共服务。

美国卫生和公共服务部的许多活动都是来自于美国公共卫生署军官团、总统委员会的建议,下属的美国国立卫生研究院(NIH)和疾病控制和预防中心(CDC)为其提供大量研究所得的科学数据,为其发布政策提供科学的依据。2008年出版的《美国身体活动指南》正是基于健身生活方式有益于健康和美国国民缺乏身体活动的科学依据之上而发布的。

首次出版的国家身体活动指南,最初主要是评估美国所面临的严峻健康危机。根据美国卫生和公共服务部2006年发布的报告显示,因慢性疾病死亡的人数占美国每年死亡人数的70%,并且耗费了超过60%的医疗经费。此外,与许多慢性疾病相关的长期患病和残疾导致数以百万计的美国人生活质量降低,而许多慢性疾病是可预防的。缺乏身体活动和不健康的饮食导致肥胖、癌症、心血管疾病和糖尿病,这些疾病每年造成30万人死亡。

指南倡导美国各年龄段的人进行安全的体育活动,包括患有慢性疾病如关节炎的人,并呼吁所有美国人每周都要进行有氧运动和肌肉力量活动。指南的一个特性是,它为所有年龄组的美国人提供了一些具体和可测量的建议,并采用安全、实用的步骤来改善他们的健康。指南中提出的关键点是做任何运动也比不做强、做的运动应该是日常活动之外的运动、每次运动最好能坚持十分钟、且坚持每天都做、有很多方法可以满足指南中的要求、运动越多对身体的好处就越多、体育活动带来的好处远远大于风险。<sup>[20]</sup>

#### 1.4.3 美国公共卫生署军官团(PHSCC)与《健康公民》

1798年,国会为给受伤和生病的水手提供健康服务建立起了海军医疗服务。1870年,海军医疗服务作为一个国家医疗体系开始由一名医学官员(监察军官)负责管理,后来给予总医官的头衔(surgeon general,所有的总医官都是博士),其由总统任命且须由国会批准。美国公共卫生署军官团的角色在过去40年变更了许多次。作为公共健康服务的首席机

构,美国公共卫生署军官团一直致力于监督传染病治疗、农村卫生、医学研究、为海岸护卫队和海军提供医疗服务以及其他公共卫生活动。目前其主要职责包括:通过健康倡导预防疾病,促进健康;向总统及美国健康与人类服务部秘书提供有关公共卫生问题的建议;鼓励相关专业领域加强公共卫生服务;领导由6000名医生、护士、药师及科学家组成的美国公民健康服务队,在突发事件来临时及时做出反应。

1979年,美国公共卫生署军官团总医官Julus Richmond发表了一份具有里程碑意义的报告——《健康公民:美国外科联合会关于促进健康和预防疾病的报告》。这份报告代表了医学界的共识,那就是国家的健康政策必须突出疾病的预防而进行大幅的修改,由此开始了十年一修订的健康公民系列政策报告。1996年,美国健康和人类部发布了具有里程碑意义的公共卫生署军官团总医官报告——《身体活动和健康》。这份报告,首次采用大量的科学证据揭示身体活动在降低许多主要慢性疾病和避免过早死亡上的重要作用。<sup>[21]</sup>这份报告提到了将系统地促进和监测美国人身体活动参与率作为健康公民项目优先领域的迫切性。

健康公民计划的终极目标是减少美国所面临的各种慢性疾病问题,包括心血管疾病、糖尿病、肥胖症和癌症。不同于所有以前发布的项目和指南,健康公民系列计划具有具体和可衡量的目标。通过建立标准并监测进展情况,健康公民系列计划所制定的具体目标是:确立国家提升健康的优先事项;提高公众对于健康、疾病、残疾的因素和发展的机会的认识和理解;提供适用于国家、州和地方水平的可量化任务和目标;通过最可靠的证据和知识促使多个部门采取行动;确立关键研究、评估和数据采集的需要。

为了实现这些目标,每个健康公民计划都确定了相应的远景目标、主题区域、任务和测量指标(表2)。<sup>[22]</sup>

在健康公民2020中推动身体活动及其修正的目标和指标被置于42个主题领域之中。这些修正是根据健康公民2010已完成目标的基础之上演变而来。健康公民2020计划,身体活动目标比健康公民2010更为广泛。它包括15个目标、36个任务。这15个目标及其标准见表3。

健康公民2020计划的体育活动主题区36个任务可以分为几个部分:成年人有氧身体活动和加强肌肉力量的活动、儿童和青少年有氧身体活动和加强肌肉力量的活动、体育教育和课间休息时间、学校身体

活动设施的可获得性和提高身体活动机会的环境政策、在儿童保育场所的身体活动政策、与身体活动有关的身体咨询。<sup>[22]</sup>

表 2 健康公民系列计划比较一览表

目标年份	1990	2000	2010	2020
远景目标	降低婴儿和成年人死亡率;提高老年人的独立能力	提高美国人的健康寿命;减少美国人的健康差异;实现所有美国人可获得的健康预防服务	提高全体美国人的生活质量、延长健康寿命;进一步降低健康差别	实现高质量的生活方式,降低过早死亡率;促进健康公平;建立适宜健康的社会和物质环境;促进健康发展及改善人生不同阶段的健康行为
主题区域	15	22	28	42
目标/测量指标	226/NA	312/NA	467/1 000	> 580/1 200

表 3 美国《健康公民 2020》体力活动目标内容及标准<sup>[22]</sup>

名称	目标内容	标准
目标 1	减少不参与任何体育锻炼者在成人人群中的比例	将 2008 年 36.2 % 的成年人无暇参加体力活动的比例降至 32.6 %
目标 2	提高成人人群参加有氧运动和肌肉加强运动活动的达标比例	(1) 提高成年人每周至少参加 150 min 中等强度的有氧体力活动或 75 min 高强度运动或 2 种强度等效组合运动的人数比例,由 2008 年的 43.5 % 提高至 47.9 %。(2) 提高成年人每周参加 300 min 以上中等强度有氧体力活动或 150 min 高强度或 2 种强度等效组合活动的人数比例,由 2008 年的 28.4 % 提高至 31.3 %。(3) 提高成年人每周参加 2 天以上肌肉强健活动的人数比例,由 2008 年的 21.9 % 提高至 24.1 %。(4) 提高成年人达到有氧体力活动及肌肉强健活动的比例,由 2008 年的 18.2 % 提高至 20.1 %
目标 3	提高青少年人群参加有氧锻炼和肌肉加强运动活动者的达标比例	(1) 有氧体力活动参与人数比例从 2009 年的 18.4 % 上升至 20.2 %。(2) 提高参加符合联邦标准的肌肉强健活动的青少年人数比例。(3) 提高参加符合联邦标准的有氧体力活动和肌肉强健活动的青少年人数比例
目标 4	提高公共和私立学校要求学生每天参加体育锻炼和教育的比例	(1) 小学从 2006 年的 3.8 % 提高至 4.2 %。(2) 初中从 2006 年的 7.9 % 提高至 8.6 %。(3) 高中从 2006 年的 2.1 % 提高至 2.3 %
目标 5	提高青少年人群每天参加体育锻炼和教育的比例	从 2009 年的 33.3 % 提高至 36.6 %
目标 6	提高小学常规课间操	(1) 将小学定期实施课间操制度的州数由 2006 年的 7 个增加至 17 个,每年增加 1 个州。(2) 由 2006 年 57.1 % 学区要求小学有课间操比例提高至 62.8 %
目标 7	提高学区对小学课间操的合理时间有明文规定的比例	由 2006 年 61.5 % 的学区要求或建议小学有适当时间休假增加至 67.7 %,提高 10 %

续表 3

名称	目标内容	标准
目标 8	减少儿童和青少年人群过度观看电视和玩电子游戏的比例	(1)增加 0—2 岁儿童平日不看电视或网络视频的比例,由 2007 年的 40.6 % 提高至 44.7 %。(2)提高 2 岁—12 年级儿童和青少年每天看电视、视频或玩游戏时间不超过 2 小时的人数比例。其中 2—5 岁儿童由 2005 年的 75.6 % 提高至 83.2 %,6—14 岁由 2007 年的 78.9 % 上升至 86.8 %,9—12 年级的青少年由 67.2 % 上升至 73.9 %。(3)提高 2 岁—12 年级儿童和青少年每天校外使用电脑或电脑游戏不超过 2 小时的人数比例。其中 2—5 岁儿童不适用,主要基于儿童的实际年龄和智力发育实际,6—14 岁儿童由 2007 年的 93.3 % 提高至 100 %,9—12 年级的青少年由 2009 年的 75.1 % 提高至 82.6 %
目标 9	提高各州在要求幼儿园提供儿童体育活动方案有立法的比例	(1) 提供大肌肉或总运动活动方案,由 2006 年的 25 个州增加到 35 个州。(2) 青少年参加高强度或中等强度的体力活动由 2006 年的 3 个州增加到 13 个州。(3) 增加每天体力活动护理时间的州的数量,由 2006 年的 1 个州增加到 11 个州
目标 10	提高所有学校对学生提供课外体育锻炼实施和场地的比例	由 2006 年 28.8 % 的国家公办和民办学校在正常教学时间以外(即上学前或放学后、周末、暑假或其他休假)向社会提供体育锻炼场地和设施的比例提高到31.7 %
目标 11	提高医务人员对病人提供体育锻炼的意义和方法的比例	(1) 提高心血管疾病、糖尿病、高脂血症等病人就诊咨询体力锻炼的人数比例,由 2007 年的 13.0 % 提高到 14.3 %。(2) 提高所有儿童和成人患者探访医生进行体力活动辅导的人数比例,由 2007 年的 7.9 % 提高到 8.7 %
目标 12	提高职工参加在职健身机会的比例	
目标 13	鼓励以步行代替汽车	(1)18 岁及以上成人每天徒步行走 1 英里(约 1.6km)左右。(2)5—15 岁儿童和青少年每天徒步行走
目标 14	鼓励以自行车代替汽车	(1)18 岁及以上成人每天骑自行车旅行 5 英里(约 8 km) 左右。(2)5—15 岁儿童和青少年每天骑自行车
目标 15	增加各州对建立和改善体育活动场所以及提高各类人群参与体育锻炼机会的立法	(1) 提高社区层面营造促进身体活动机会环境的政策(2) 提高街道层面营造促进身体活动机会环境的政策(3) 提高营造促进身体活动机会环境的交通和旅行政策

2 美国大众体育政策发展特征

2.1 美国大众体育政策发展经历了由大众体育政策缺场到大众体育政策不断深入的总体历程

在奉行高度市场经济和管得越少越好的行政理念的美国,大众体育政策在美国大众体育发展初期的缺场并不令人感到意外。但是随着大众体育在美国社会的不断发展,美国大众体育政策在美国社会的覆盖面越来越广、影响力越来越大。美国教育领域率先将体育作为重要教育内容,开启了美国大众体育发展

的序幕,军事上的需要将学校体育的地位进一步提高。美国总统健身、运动和营养委员会作为向总统提供大众健康咨询的机构在美国大众体育政策发展中扮演着重要的角色,虽然总统及该委员会并不具有实质性的行政权利,但是总统开展的挑战项目具有极强的引导、示范和推进意义。医疗领域介入大众体育是促进大众体育政策更进一步发展的动力,但是这种推进更主要是为了对抗现代生产、生活方式所带来的负面影响,因为缺少身体活动而带来的慢性病已然成为美国国民健康的主要危机。目前美国健康公民系列规划中包含着大量美国大众体育发展的政策,美国大



众体育政策在美国社会中得到不断地深入。

## 2.2 美国大众体育政策发展以增强青少年体质为重点,致力于改善全体社会成员健康水平

美国大众体育政策发展之初的目标人群就是青少年,当时美国青少年身体素质不佳,与欧洲国家青少年身体素质相比有较大差距,促使美国大众体育政策的产生,并率先在美国公立学校之中得以开展。美国在战争时期所暴露出来的青年人身体素质问题,直接促使了青少年体适能委员会的产生,当时委员会的主要目标就是促进美国青少年的体适能发展。从艾森豪威尔总统创建的青少年体适能委员会到奥巴马总统的健身、运动和营养总统委员会,青少年体质始终是委员会关注的重点。在《国家身体活动指南》和《健康公民》系列之中同样可以看到青少年体质所占据的重要位置。美国大众体育政策发展一方面一直以增加青少年体质为重点,另一方面是致力于改善全体社会成员的健康水平。总统委员会、《国家身体活动指南》《健康公民》一直致力于促进包括青少年群体、残疾人群体、老年人群体、女性群体在内的不同社会群体的健康水平,从内容上来看包括日常身体活动、健身、竞技以及营养等全方位的改善健康水平的措施。

## 2.3 美国大众体育政策发展以科学研究为基础,与美国社会整体健康观的发展息息相关

美国社会整体的健康观经历了由宗教决定向自身决定的转变,这种转变主要是由于科学研究所获得的对于健康决定因素知识的更新而发生。当科学研究为人体疾病的发生提供了切实的科学证据以后,人们对于身体健康的态度从由宗教决定无可作为,开始采取主动的行为干预自身的身体健康。随着科学研究对现代健康决定因素的进一步深入,非传染性疾病和缺乏身体活动成为导致现代社会人类疾病的主要杀手,人类对于保持健康的认识又进入了新的阶段。科学研究既改变了美国社会的整体健康观,也相应地提出了保持健康的科学方法和途径。关于有氧运动和力量训练有助于人体健康的科学研究,形成了美国社会大众体育的主要形式和内容,不断发展的对于人体身体健康的研究不断地促进着美国大众体育政策的发展。《国家身体活动指南》《健康公民》作为美国目前主要的促进大众体育发展的政策,都以坚实的科学研究结果为基础,对于广大社会公众具有极强的说服力,因此对于大众体育发展也具有极强的推动力。

## 2.4 美国大众体育政策发展以倡导建议为手段,与美国社会整体发展的联系越来越紧密

由于美国的国体、政体的特征,美国政府和政策在很多领域都奉行管理越少越好的原则,对于大众体育领域也同样如此。但是对于美国的大众体育很多研究已经提出,美国政府虽然没有统一的大众体育管理部门,政府对大众体育所提供公共服务是十分重视和极为充分的,美国联邦政府中 12 个部门参与管理体育事务<sup>[7]</sup>,娱乐与公园部(Department of Recreation and Parks)是地方政府参与大众体育场地设施规划建设的主要负责部门<sup>[23]</sup>。在美国大众体育政策发展的初期,青少年体质问题是大众体育政策所关注的重点,虽然美国联邦政府发布大量的促进青少年体质健康的政策,但是这些政策受美国宪法对各州法律的保护,在政策的推行过程中并不具有强制性。随着慢性疾病和缺乏运动成为影响美国社会总体健康和大量医疗支出的重大社会问题,大众体育与美国社会整体发展的联系日益紧密,美国政府开始大力通过新闻媒体和非政府组织推行大众体育政策、推进大众体育发展项目。

## 3 结语

纵观美国大众体育政策发展变迁的历程,美国大众体育经历了由被忽视到不断重视的发展历程。美国大众体育政策主要集中于增强青少年体质和改善全体社会成员健康水平方面,面对社会发展对于大众体育所提出的不断挑战,美国大众体育政策一直以科学研究作为确立大众体育问题和制定大众体育对策的基础,在大众体育政策的推进方面以倡导和建议为主。美国大众体育政策的发展历史较我国久远,我国在大众体育政策方面面临与美国社会相类似的大众体育发展问题,且在大众体育发展基础方面落后许多。我国在大众体育方面既存在基础科学研究的不足,但是也拥有政府强有力保障的优势,需要通过广泛借鉴美国经验,同时充分发扬我国优势促进我国大众体育政策和大众体育的发展。

## 参考文献

- [1] 刘江南. 美国体育产业发展概貌及其社会学因素的分析[J]. 广州体育学院学报, 2001(1): 1-5, 9.
- [2] 郑芳. 美国职业体育制度的起源、演化和创新——对中国职业体育制度创新的启示[J]. 体育科学, 2007(2): 79-85.



- [3] 贾文彤,毛璞. 对美国职业体育反垄断豁免的再认识[J]. 北京体育大学学报,2005(7):885-886,889.
- [4] 兰馨. 美国高校竞技体育发展模式及运行机制的研究[J]. 体育文化导刊,2006(7):70-72.
- [5] 张建华,高嵘,毛振明. 当代美国体育课程改革及对我国的启示[J]. 体育科学,2004(1):50-52,55.
- [6] 鲁长芬,王健. 从美国体育院系课程改革看我国运动训练专业课程体系的改革[J]. 西安体育学院学报,2003(1):96-100.
- [7] 周兰君. 美国大众体育管理方式管窥[J]. 体育学刊,2010(9):45-49.
- [8] 徐士韦,肖焕禹,谭小勇. 体力活动:美国国家健康政策之要素——基于美国健康公民战略的考察[J]. 上海体育学院学报,2014(1):25-30.
- [9] KELLER, A. Colonial America: A Compact History[M]. New York: Hawthorn Books, 1971.
- [10] BETTY SPEARS, R A S. History of Sport and Physical Activity in the United States[M]. Dubuque, Iowa: WM. C. Brown Company, 1983.
- [11] GIBBS, M J, GRIFFIN, C W. Physical Fitness[M]//M. T. Inge, Handbook of American Popular Culture. New York, NY: Greenwood Press, 1989.
- [12] DALLECK, L C, KRAVITZ, L. The History of Fitness[EB/OL]. (2002) [2014-12-20]. <http://www.unm.edu/~lkravitz/Article%20folder/history.html>.
- [13] KAROLIDES, N J, KAROLIDES, M. Focus on Fitness[M]. Santa Barbara, CA: ABC-CLIO, 1993.
- [14] BARROW, H M B, J P. Man and Movement: Principles of Physical Education (4 ed.) [M]. Philadelphia: Lea & Febiger, 1988.
- [15] DALEN, D B V, BENNETT, B L. A World History of Physical Education (2 ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1971.
- [16] DALLECK, L C, KRAVITZ, L. The History of Fitness[EB/OL]. (2002) [2014-12-20]. <http://www.unm.edu/~lkravitz/Article%20folder/history.html>.
- [17] RICE, E A, HUTCHINSON, J L, LEE, M. A Brief History of Physical Education[M]. New York: The Ronald Press Co, 1958.
- [18] JENKINS, P. A History of the United States[M]. New York: St. Martin's Press, 1997.
- [19] BOYLE, R H. The Report That Shocked The President[J]. Sports Illustrated, 1955.
- [20] U. S. Department of Health and Human Services (HHS), Office of Disease prevention and Health Promotion. 2008 Physical activity guidelines for Americans [M]. Washington: HHS, 2008.
- [21] U. S. Department of Health and Human Services. Physical activity and health: a report of the surgeon general[R]. Atlanta: U. S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 1996.
- [22] Healthy people [EB/OL]. [2015-12-20]. <http://www.healthypeople.gov>.
- [23] 董新光. 美国大众体育管理印象与思考——以洛杉矶市为例[J]. 天津体育学院学报, 2002(3):76-78.

[责任编辑 江国平]