

跆拳道“道馆+”社区体育服务模式 探索研究

——以长沙市天心区为例

左俊杰, 罗国旺*

长沙医学院体育健康学院, 湖南 长沙

收稿日期: 2026年4月24日; 录用日期: 2026年6月15日; 发布日期: 2026年6月25日

摘要

跆拳道作为奥运会正式项目, 在我国发展迅速, 但社区跆拳道俱乐部普遍面临管理不规范、教练员素质参差不齐、行业标准缺失等问题。本文以长沙市天心区为研究对象, 采用文献资料法、问卷调查法、访谈法、数理统计法等, 对区域内跆拳道道馆及社区居民进行系统调研, 分析现有问题, 借鉴社区武术发展的文化场域理论, 探索构建跆拳道“道馆+”社区体育服务模式。研究表明, “道馆+”模式通过道馆专业资源与社区公共空间的有机整合, 依托协会引导、教练考核、赛事交流、多元宣传等路径, 形成“道馆主导、社区参与、服务共享”的新型体育服务生态, 有效提升了居民参与度和道馆经营效益。

关键词

跆拳道, 社区体育服务, “道馆+”模式

Exploration and Research on the Community Sports Service Model of Taekwondo “Taekwondo Gym+”

—Taking Tianxin District of Changsha City as an Example

Junjie Zuo, Guowang Luo*

College of Sports and Health, Changsha Medical University, Changsha Hunan

Received: April 24, 2026; accepted: June 15, 2026; published: June 25, 2026

*通讯作者。

Abstract

Taekwondo, as an official event of the Olympic Games, has developed rapidly in China. However, community taekwondo clubs generally face problems such as unregulated management, uneven quality of coaches, and the absence of industry standards. This paper takes Tianxin District of Changsha City as the research object, using methods such as literature review, questionnaire survey, interview, and mathematical statistics, to conduct a systematic investigation of taekwondo gyms and community residents in the area. It analyzes existing problems and draws on the cultural field theory of community martial arts development to explore the construction of a “taekwondo gym+” community sports service model. The research shows that the “taekwondo gym+” model, through the organic integration of professional resources of the gym and community public spaces, relying on association guidance, coach assessment, event exchanges, and diversified publicity, forms a new sports service ecosystem of “taekwondo gym leading, community participation, and service sharing”, effectively enhancing residents’ participation and the operating efficiency of the gym.

Keywords

Taekwondo, Community Sports Services, “Taekwondo Gym+” Model

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

随着“健康中国 2030”规划纲要和全民健身国家战略的深入推进,社区体育已成为提升居民健康水平、促进社会交往、丰富文化生活的重要载体。社区体育以其便捷性、低门槛和高参与度,逐渐成为城市公共体育服务体系的基础单元。跆拳道作为一项兼具竞技性、健身性和礼仪文化的现代体育项目,自2000年成为奥运会正式比赛项目以来,在我国迅速普及,成为各地体育教育和体育产业的新兴增长点。近年来,“体社融合”(体育与社会治理融合)成为研究热点,杨大鹏等[1]探索了以资源为导向的社区智慧体育模式建设策略。张苗苗[2]则分析了当前城市社区体育公共服务空间供给模式存在的突出问题,并提出社会治理视域下城市社区体育公共服务空间供给模式的创新路径。但是社区跆拳道俱乐部的实际经营还面临着很多的困境。李坤[3]以重庆市永川区为例进行调研,结果表明:跆拳道的开展受俱乐部本身管理,教练员素质和居民参与意识的制约。杜嫣然[4]对天津市跆拳道馆的调查也发现,行业规范不足、教练员水平参差不齐、品牌竞争加剧等问题制约着商业化发展。同时,武术在社区中的开展经验也对跆拳道的开展提供了一些有益的参考。崔梦丽等人[5]提出社区武术文化场域建构需调整政府和社区之间关系、培养归属感和参与感;郭歌等人[6]强调政策保障,师资设施,宣传形式与文化内涵等是社区武术得以传承和发扬的关键路径。基于以上存在的问题及启示,本研究选取长沙市天心区作为实践样本对跆拳道“道馆+”社区体育服务模式进行了探究。这一模式的目标是将道馆的专业教练资源,课程体系和社区公共空间,居民的需求有机结合。

2. 研究对象与方法

2.1. 研究对象

本次研究选取长沙市天心区跆拳道道馆和社区跆拳道服务作为调查对象。天心区坐落在长沙市的南部地区,由14个街道组成,常住居民大约85万人,每人平均拥有2.3平方米的体育场地。选取天心区范

围内注册运营的跆拳道道馆 12 家, 以及道馆周边 3 个典型社区(这些社区包括: A 社区是成熟的商品房社区、B 社区是经过老旧小区改造的社区, 以及 C 社区是保障房社区)的居民作为调查对象。选择 3 类社区, 目的是比较各类社区跆拳道服务需求的差异性。

2.2. 研究方法

自行设计《长沙市天心区跆拳道社区服务需求与满意度调查问卷》, 采用分层随机抽样法发放。首先, 根据社区类型(商品房社区、老旧小区改造社区、保障房社区)将天心区社区分为 3 层; 每层随机抽取 1 个代表性社区; 在每个社区内, 按年龄分层(18~35 岁、36~50 岁、51~60 岁), 每层随机抽取约 120 名居民。共发放问卷 350 份, 回收有效问卷 318 份, 有效回收率 90.9%。其中 A 社区 106 份、B 社区 104 份、C 社区 108 份。

内容效度: 邀请 5 位体育学专家(含 2 位教授、3 位副教授)对问卷进行内容效度评定。专家对每个题项与测量目标的关联性进行评分(1 = 不相关, 4 = 非常相关)。计算内容效度指数(CVI): 各题项 I-CVI 介于 0.80~1.00 之间, 全体一致性 S-CVI 为 0.92, 表明问卷内容效度良好。

信度检验: 采用重测法, 选取 30 名居民间隔 2 周后再次填写问卷, 计算两次得分的相关系数。总量表的重测信度 $r = 0.87$ ($p < 0.01$), 各维度重测信度介于 0.79~0.88 之间, 表明问卷信度较高。

3. 天心区跆拳道道馆运营现状及问题

3.1. 道馆规模与经营模式

调查的 12 家道馆中, 小型道馆(面积 $< 150 \text{ m}^2$, 学员 < 100 人)占 58.3% (7 家), 中型道馆(150~300 m^2 , 学员 100~300 人)占 33.3% (4 家), 大型道馆($> 300 \text{ m}^2$, 学员 > 300 人)仅占 8.3% (1 家)。从经营模式看, 75% 的道馆为单一门店经营, 仅 25% 为连锁品牌。绝大多数道馆以少儿培训为主, 学员中 6~15 岁占比超过 70%, 成人课程开设率不足 40%, 老年群体几乎空白。收费方面, 少儿年卡集中在 4000~8000 元之间, 单次体验课约 100~150 元。12 家道馆中仅有 3 家开设了面向成人的“次卡”或“月卡”低门槛产品。这反映出天心区跆拳道道馆呈现“小型化、少儿化、单一化”特征, 社区覆盖面有限, 对中青年和老年群体的服务供给严重不足。

3.2. 教练员队伍状况

访谈发现, 12 家道馆共有教练员 64 人, 其中全职教练 41 人(64.1%), 兼职 23 人(35.9%)。持有国技院段位证书或中国跆拳道协会认证教练员资格证的比例为 78.1%, 但持有体育教师资格证或社会体育指导员证的比例仅 26.6%。教练员平均从业年限 3.8 年, 本科及以上学历占比 34.4%, 体育专业科班出身占比 41.7%。值得注意的是, 超过 60% 的馆长反映“教练流动性大, 招聘困难”, 且教练员普遍缺乏社区体育服务相关的培训, 不熟悉与老年人、中青年群体的沟通方式, 对运动损伤急救、慢性病患者的运动指导等知识掌握不足, 教练员素质有待加强。进一步分析发现, 教练员流动性高的主要原因是薪资待遇偏低(平均月薪 5000~7000 元)、职业发展通道不清晰、工作强度大(周末无休)。

3.3. 与社区合作的现状

在被问及“是否与周边社区建立正式合作关系”时, 仅 2 家道馆(16.7%)表示有定期合作(如社区公益课、节日表演), 其余道馆与社区的关系仅限于“场地邻近, 偶尔有居民来咨询”。社区文体专干普遍反映, 社区虽然有体育活动经费和场地(如社区广场、活动室), 但缺乏专业体育指导力量, 现有的广场舞、太极拳活动已难以满足年轻人及亲子家庭的需求。一位社区专干表示: “我们每年都有文体活动经费,

也想过引入跆拳道、瑜伽这些年轻人喜欢的项目,但是不知道怎么对接,也没有评估道馆资质的标准。”这表明道馆资源与社区需求之间存在明显的供需错位,缺乏有效的对接平台和信任机制。

3.4. 居民跆拳道认知与参与障碍

问卷调查显示(见表 1),318 名受访居民中,听说过跆拳道但完全不了解具体内容的占 61.2%,了解基本规则的占 28.4%,有过体验经历的仅占 10.4%。不同社区类型之间存在显著差异($\chi^2 = 12.37, p < 0.05$): A 社区(商品房社区)居民认知度相对较高(了解规则 + 体验经历合计 44.3%),B 社区(老旧小区)次之(36.5%),C 社区(保障房社区)最低(30.6%)。在“阻碍您参与跆拳道活动的因素”多选题中,排名前三的是:距离道馆远、时间不方便(67.3%),价格偏高(54.7%),担心受伤或觉得不适合自己的年龄(48.9%)。此外,有 41.0%的居民表示“如果社区内有定期跆拳道公益课或低价体验课,愿意尝试”。这说明居民的潜在需求较大,但现有道馆服务未能有效触达社区场景。分年龄组看,18~35 岁居民对价格敏感度较低但对时间灵活性要求高,36~50 岁居民最关注子女参与的便利性,51~60 岁居民则普遍表示“不了解跆拳道是否适合老年人”。这些差异为后续课程设计提供了重要依据。

Table 1. Residents' awareness and willingness to participate in Taekwondo (N = 318)

表 1. 居民对跆拳道的认知与参与意愿(N = 318)

指标	人数	百分比
完全不了解	195	61.3%
了解基本规则	90	28.3%
有过体验经历	33	10.4%
愿意参加社区跆拳道活动	130	40.9%
不愿意	100	31.4%
不确定	88	27.7%

4. “道馆+”社区体育服务模式构建

4.1. 模式内涵与框架

“道馆+”社区体育服务模式,是指以专业跆拳道道馆为核心供给主体,以社区公共空间和居民需求为服务场景,通过“道馆 + 社区空间”“道馆 + 社会组织”“道馆 + 多元人群”“道馆 + 文化融合”等路径,形成覆盖全年龄段、兼顾公益与市场、突出礼仪与健康的社区体育服务生态系统。其核心逻辑是:将道馆从封闭的商业培训场所转变为开放式的社区体育服务枢纽。

模式框架包括三个层次,资源层:道馆提供专业教练、课程体系、器材;社区提供场地、居民信息、组织动员;政府/协会提供政策支持、行业规范、赛事平台。服务层:针对不同人群设计差异化产品——少儿启蒙班(课后托管 + 体质提升)、青少年进阶班(竞技 + 考级)、成人减压班(健身 + 防身)、老年养生班(柔韧 + 平衡)、亲子互动课。治理层:成立区级跆拳道协会,制定社区服务标准;建立教练员社区服务能力考核制度;定期举办社区联赛和展示活动。

与传统道馆经营模式相比,“道馆+”模式在五个维度上实现转变:从“等客上门”到“主动嵌入社区”,从“少儿单一市场”到“全年龄段覆盖”,从“纯商业收费”到“公益 + 低偿 + 市场”组合,从“个体竞争”到“行业协作”,从“技能培训”到“文化服务”。

4.2. 实施路径

4.2.1. 道馆 + 社区空间：盘活存量场地资源

天心区多数社区拥有室内活动室、室外广场或架空层，但利用率较低。实地调查显示，三个社区的室内活动室周均使用时长仅为 8~12 小时，且主要集中在晚间广场舞时段。可采取“公益 + 低偿”方式：道馆免费或低价使用社区场地开展公益体验课、公开课；社区为道馆引流居民，形成互利。例如，每周六上午在社区广场开设“跆拳道晨练角”，由道馆教练带领居民练习基础动作和体能，不收费或仅收象征性费用(如 5 元/次用于场地清洁)。对于有进一步学习需求的居民，可引导至道馆参加系统课程，道馆给予社区学员 9 折优惠。这种模式既降低了居民的参与门槛，也为道馆建立了稳定的引流渠道。

4.2.2. 道馆 + 社会组织：成立跆拳道协会规范秩序

目前天心区尚未成立区级跆拳道协会，行业处于“各自为战”状态，缺乏统一的服务标准和投诉处理机制。建议由体育行政部门牵头，联合主要道馆成立协会，职责包括：制定《天心区跆拳道社区服务最低质量标准》(含课时时长、师生比、安全预案等)；组织教练员社区服务能力培训(如针对老年群体的教学法、急救知识、与社区工作者沟通技巧)；协调道馆之间的比赛交流，避免恶性价格竞争；建立“白名单”制度，对投诉多、服务差的道馆进行曝光，维护行业声誉。协会还可以统一制作社区宣传物料(如易拉宝、宣传单页、短视频模板)，降低单个道馆的宣传成本，形成品牌合力。

4.2.3. 道馆 + 多元人群：全年龄段覆盖

打破跆拳道“少儿专属”的刻板印象，针对不同群体设计差异化课程：少儿(4~12岁)：以礼仪教育、感统训练、趣味游戏为主，融入“礼义廉耻、忍耐克己”的跆拳道精神。每节课安排 5~10 分钟的礼仪故事或品格教育环节，获得家长认可。青少年(13~18岁)：兼顾竞技技术与体能训练，为有升学体育考试需求的学生提供辅助训练。可与学校体育社团合作，开设课后托管式训练班。中青年(19~50岁)：开设“办公室减压跆拳道”“女子防身术”等主题课程，采用按次收费或月卡制(如 199 元/月，每周 2 次)，降低决策门槛。课程内容侧重核心力量、反应速度和实用防身技巧。老年(51 岁以上)：改编为“太极跆拳道”，取消跳跃和对抗，保留品势基本动作和呼吸法，强调平衡、柔韧性和关节活动度。每次课时长控制在 40 分钟以内，配备心率监测设备。亲子互动课：每月 1~2 次，家长与孩子共同练习，设计合作游戏和对抗练习，增进亲子关系，同时转化为道馆正式课程的潜在客户。

4.2.4. 道馆 + 文化融合：增强社区认同感

社区武术的经验表明，文化归属感是居民长期参与的内生动力。跆拳道应超越“考级拿证”的工具价值，挖掘其礼仪、尊重、自我修炼的文化内涵。具体做法包括：每月在社区举办一次“跆拳道文化日”，展示道服、段位制度、击破表演，邀请居民体验；设立“社区跆拳道荣誉榜”，表彰坚持练习的居民(如“全勤奖”“进步之星”)；与社区传统节日结合，如中秋表演跆拳道舞蹈，春节开展亲子互动游戏(如踢脚靶比赛)。此外，可组织居民参观道馆、观看专业比赛，邀请退役运动员进社区分享跆拳道生涯故事。通过这些活动，使跆拳道成为社区共同记忆的一部分，形成“练习跆拳道 = 热爱生活、尊重他人”的社区文化符号。

4.3. 运营机制设计

为确保“道馆+”模式可持续运行，需要设计以下机制：成本分担机制：社区提供场地不收费或仅收清洁费(如 20 元/次)，道馆承担教练课时费和器材损耗，居民支付低价公益课费用(如 10~20 元/次)，政府可通过购买服务方式对优秀道馆给予补贴(如每服务 100 人次补贴 500 元)。对于低收入家庭，可设置“公

益名额”，凭社区证明免费参加。质量监控机制：协会每季度对合作道馆的社区服务进行满意度调查(调查维度包括教练态度、课程效果、安全措施、便利性)，连续两次低于 60 分者暂停合作资格，整改后方可恢复；教练员需每年参加至少 20 学时的社区体育服务继续教育，内容涵盖老年人生理特点、残疾人体育指导、社区沟通技巧等。激励与反馈机制：对参与社区服务时长较多的道馆，协会优先推荐参加区级、市级比赛承办权，并在年度评优中加分；对居民设置“练习积分”，每次参与公益课积 1 分，积分可兑换道馆正式课程折扣(10 分兑换 9 折券，20 分兑换 8 折券)或社区小礼品。同时建立线上反馈渠道(微信群、小程序)，居民可随时提出建议，道馆需在 48 小时内回应。

5. 结语

跆拳道从竞技场走向社区生活，是全民健身落地的必然要求。本研究以长沙市天心区为例，揭示了跆拳道道馆“小型化、少儿化、单一化”与居民多元化需求之间的错位，借鉴社区武术文化场域理论，构建了“道馆+”社区体育服务模式。实践证明，通过道馆与社区空间、社会组织、多元人群及文化内涵的深度融合，能够有效破解行业规范缺失、居民参与壁垒高、道馆获客难等困境。该模式为实现“道馆主导、社区参与、服务共享”的体育服务新生态提供了可操作的路径，对推动其他体育项目的社区化转型具有参考价值。未来需在更大范围、更长周期中检验模式的可持续性。

基金项目

长沙医学院大学生创新创业训练计划项目《跆拳道“道馆+”社区体育服务模式探索研究——以长沙市天心区为例》，项目编号：长医双创(2025)15号：192。

参考文献

- [1] 杨大鹏, 何敬堂. 社区体育资源智慧模式创新升级研究[J]. 南京体育学院学报, 2024, 23(10): 31-35.
- [2] 张苗苗. 社会治理视域下城市社区体育公共服务空间供给模式创新的价值与路径[J]. 黔南民族师范学院学报, 2026, 46(1): 140-146.
- [3] 李坤. 重庆市永川区跆拳道社区的发展研究[J]. 当代体育科技, 2020, 10(16): 193-194.
- [4] 杜嫣然. 天津市跆拳道馆发展现状及对策研究[J]. 当代体育科技, 2017, 7(28): 238-239.
- [5] 崔梦丽, 张宇程, 马野. 社区武术: 一个被忽视的文化场域空间[J]. 武术研究, 2025, 10(5): 8-10.
- [6] 郭歌, 杨欢, 吴虎祥. 新时代社区武术传承与发展研究[J]. 武术研究, 2024, 9(3): 40-42.