

调 查 问 卷

说明：太极拳是国家全民健身活动战略的重要运动项目，通过太极拳锻炼具有祛病强身、提升精气神、提高工作效率、延年益寿的良好功效。今年是太极拳申遗成功2周年、喜迎二十大召开重要时刻之际，泉州市太极拳协会拟通过问卷调查，进一步了解人们习练太极拳的情况和收效。特邀请您参加本次问卷调查，姓名可填可不填，我们将为您的答卷保密。感谢您的积极参与和大力支持。

协会：_____ 辅导站_____

姓名（自愿）：_____ 日期：2022年08月_____日

一、您的年龄多大？（ ）（单选）

1、20岁以下；2、21-40；3、41-55；4、56-65；5、66以上；

二、您的性别是（ ）（单选）

1、男；2、女

三、您的职业（或曾经）是（ ）（单选）

1、务农；2、家务；3、私有企业；4、国企事业单位；5、党政机关

四、你的职称是（ ）（多选）

1、辅导员、教练；2、初级段位；3、中级段位；4、三级裁判员；5、二级裁判员；6、一级裁判员；

五、您习练太极拳的原因是什么（ ）（可多选）

1、为身体健康；2、兴趣爱好；3、生病，可辅助治疗；4、多交朋友；5、消遣时光，心情更好；

六、您练拳的时间有多长（ ）（单选）

1、1年内；2、1-3年；3、3-5年；4、5-10年；5、10年以上

七、您练拳频次（ ）（单选）

1、每天；2、一周3-5次；3、只有周六、日锻炼；4、不确定；

八、您练习太极拳的主要拳种是什么（ ）（可多选）

1、竞赛套路；2、传统陈式；3、传统杨式；4、综合；5、其他

九、练拳前每年感冒次数为（ ）（单选）

1、6-10次；2、3-5次；3、1-2次；4、不感冒；

十、练拳后每年的感冒次数情况（ ）（单选）

1、不感冒； 2、1-2 次； 3、3-5 次； 4、6 次以上

十一、您有过哪些基础性疾病（ ）（可多选）

1、高血压；2、冠心病；3、糖尿病；4、关节病；5、气管炎、肺病；6、肝病；7、其他疾病；8、无基础性疾病；

十二、您的疾病在练拳后怎么样（ ）（单选）

1、明显好转；2、病消失、好了；3、几乎没有变化；4、更糟糕；

十三、练拳后是否胃口更好，消化系统功能得到改善。（ ）（单选）

1、是；2、不是；3、没什么感觉

十四、您身体的协调性、柔韧性、行动的敏捷性在练拳后是否有得以改善（ ）（单选）

1、是；2、不是；3、没什么感觉

十五、练拳后您有什么收获（ ）（可多选）

1、精气神更好；2、不易发脾气；3、朋友更多；4、心态更好，心情更好；5、家庭更和谐，生活更快乐；

十六、练拳后是否觉得对学习、工作有帮助、效率更高（ ）（单选）

1、是；2、不是；3、没什么感觉

十七、练拳后你是否向亲戚朋友推荐练太极拳的益处（ ）（单选）

1、有 2、无

十八、练拳后是否参加县（区）级以上的太极拳比赛（ ）（单选）

1、有 2、无

十九、泉州市太极拳协会有协会官网（网站）和微信公众号，是广大太极拳爱好者的公众服务平台。你是否关注与分享（ ）（多选）

1、有； 2、没有； 3、百度查找官网；4、关注公众号

二十、您对我市开展太极拳运动有什么建议、需求，或对市太极拳协会及相关辅导站有什么要求：_____

泉州市太极拳协会

2020 年 8 月 6 日