新时代我国休闲体育发展的现状与对策

刘大鹏

(湖北大学 体育学院, 湖北 武汉 430062)

摘要: 随着我国经济社会的持续发展,人们的生活目标已经从解决温饱等基本问题向追求美好生活等高层次需求转变。追求美好生活对健康生活方式有强烈的需求,而休闲体育则是健康生活和快乐生活的重要方式之一,它对于促进人的全面发展、促进社会经济发展、建设健康中国等方面具有重要作用。然而,当前休闲体育仍面临市场培育不强、产业发展不壮、治理水平不高等问题,需要在休闲体育意识强化、产业培育、治理体系和治理能力提升等方面加强建设。

关键词: 休闲体育; 发展; 现状; 对策

Research on the Current Situation and Countermeasures of Leisure Sports Development in China in the New Era

LIU Da-peng

(School of Physical Education, Hubei University, Wuhan 430062, China)

Abstract: As our country's economic and social development levels continue to improve, people's life goals have shifted from addressing basic needs such as food and clothing to pursuing higher-level needs like a better quality of life. The pursuit of a better life creates a strong demand for healthy lifestyles, and leisure sports are one of the key ways to achieve a healthy and happy life. They play an important role in promoting comprehensive human development, advancing social and economic growth, and building a healthy China. However, the current development of leisure sports still faces issues such as weak market cultivation, underdeveloped industries, and inadequate governance levels. It is necessary to strengthen efforts in enhancing awareness of leisure sports, cultivating the industry, and improving governance systems and capabilities, in order to inject new momentum into leisure sports and contribute to achieving national health for all.

Key words: Leisure sports; Development; Current situation; Countermeasures

习近平总书记指出,“体育是提高人民健康水平的重要途径,是满足人民群众对美好生活向往、促进人的全面发展的重要手段,是促进经济社会发展的重要动力,是展示国家文化软实力的重要平台。”^[1]党的二十届三中全会明确提出,要加快体育强国建设,推进美丽中国建设,为实现中国式现代化提供强大动力。作为体育事业的重要组成部分,发展高水平的休闲体育具有十分重要的现实意义。

“休闲体育是在相对自由的社会生活环境和条件下,人们自愿选择并从事的各种形式的体育活动的统称,它是体育的一种社会现象,也是体育的一种存在形态,是社会休闲活动的主要方式之一。”^[2]自新中国成立特别是改革开放以来,我国竞技体育取得了举世瞩目的成绩。但与之相比,休闲体育的发展水平与我国当前经济社会发展水平以及人民群众对美好生活的需要还极不相称,在休闲体育的功能定位、发展现状及发展路径等方面,

都还存在许多待研究和待改进之处。

1 新时代我国休闲体育发展的现状

1.1 休闲体育成为国民新的生活方式

在全面建设社会主义现代化国家的新征程中,人民生活水平有了极大的提升,对美好生活的向往也越来越强烈。作为美好生活的表现形式和追求内容之一,休闲体育也越来越受人们青睐。《中国户外运动产业发展报告(2023-2024)》^[3]显示,与2019年相比,2023年与户外运动相关的订单人次增长14.99%,2024年上半年同比增速达59.78%,户外运动爱好者在单个户外运动项目上的年均消费为2000至5000元。2024年1至9月,74家国家体育旅游示范基地的参与和体验人次达1.34亿。由此可见,休闲体育已走向生活化、全民化,成为国民新的生活方式,形成新的消费热潮。但是,我国休闲体育的发展尚处于起步阶段,相关统计^[4]显示,2022年体育产业占当年国内生产总值的比重为1.08%,还有较大的发展空间。

1.2 休闲体育发展存在的主要问题

1) 休闲体育理念普及不够全面

休闲体育理念的普及不够全面,是当前社会体育文化发展进程中的一个突出问题。尽管休闲体育对于提升公众健康水平、促进社会交往、丰富文化生活等方面具有重要意义,但其理念并未得到广泛而深入的传播,导致“居民参与休闲体育的经常性、持续性、习惯性不足,难以营造良好的休闲体育社会氛围,抑制了中国式休闲体育现代化建设的活力”^[5]。在公众层面,许多人对休闲体育的认知仍停留在较为浅显的层面,往往将其等同于简单的娱乐活动,而忽视了其对于身心健康、生活品质提升等方面的深远影响。这种认知的局限性,导致休闲体育的参与度不高,尤其是在一些经济欠发达或文化差异较大的地区,休闲体育的普及程度更是明显偏低。在教育方面,休闲体育在教育体系中的缺失也是导致其理念里面传播受限的重要原因。在学校教育和家庭教育中,往往更侧重于学术知识的传授,而对休闲体育意识的培养和能力的提升关注不够,导致许多人在成长过程中对休闲体育认知不足、兴趣缺失,难以养成积极参与休闲体育的习惯。

2) 休闲体育产业发展不够成熟

休闲体育产业发展不够成熟,是当前休闲体育领域所面临的一个重要问题。尽管近年来休闲体育产业已取得一定程度的发展,但相较于其他成熟产业类型,“我国休闲体育产业作为新兴产业,尚处于发展起步

阶段,总体规模不大、竞争不强、结构不合理等问题突出”^[5]。从市场角度看,休闲体育产业的市场需求尚未完全释放。尽管公众对休闲体育的需求日益增长,但受传统观念转变滞缓、经济实力提升不足、业余时间管理不善等多种因素的影响,很多人尚未形成稳定的休闲体育消费习惯。这导致休闲体育市场的规模相对较小,难以形成强大的产业支撑。同时,休闲体育产业的供给体系也存在不足。一方面,休闲体育设施的建设水准和运营水平参差不齐,难以契合不同层次、不同需求的消费群体;另一方面,休闲体育产品和服务的创新驱动力不足,产品质量和品牌形象还不能达到消费者的预期标准,这在很大程度上限制了休闲体育产业的吸引力和竞争力,也影响了其持续发展的动力。此外,休闲体育产业的人才队伍建设还有待加强,国家统计局年鉴显示,2022年体育系统从业人员仅为153202人,休闲体育领域的人才储备相对不足,尤其是高端管理和运营人才更是稀缺,这直接导致休闲体育产业的运营和管理水平相对较低,难以及时满足消费者的需求,也不能快速适应市场的变化。

3) 休闲体育治理体系不够完善

休闲体育治理体系不完善是当前制约其健康发展的重要瓶颈。“休闲体育发展政策、规划设计及法律规制等顶层设计存在不足而制约了中国式休闲体育现代化建设的稳定推进”^[5],休闲体育相关政策法规体系尚不健全,且存在一定程度的滞后,同时也缺乏针对性的政策指导和规范,这导致休闲体育市场的管理存在空白和漏洞,难以有效应对市场乱象并保障消费者权益。与此同时,当前休闲体育治理主体比较单一,缺乏多元参与,主要依赖于政府部门的单一管理,社会组织 and 企业的参与度较低,难以充分发挥市场和社会的作用,限制了休闲体育产业的活力和创新力。此外,休闲体育市场监管机制不够完善,监管存在薄弱环节,部分不法商家和机构借此逃避监管,提供劣质甚至有害的产品和服务,监督和评估机制的缺失也使得难以对休闲体育产业的发展态势进行准确评估和及时调整优化。

2 新时代我国休闲体育的发展对策

2.1 加强休闲体育宣传教育和推广

一是要充分利用新媒体开展宣传活动。应充分利用微信公众号、抖音、微视频等新媒体平台,制作并传播休闲体育相关的公益广告、专题报道以及互动节目,让休闲体育的理念深入人心。同时,邀请知名运动员、健身达人等公众人物分享他们的休闲体育实践经验和成果,

以此激发广大民众的参与热情，形成示范效应。

二是要加强休闲体育引导和教育工作。要将休闲体育理念有机融入日常教学体系，通过开设休闲体育课程、举办休闲体育比赛和活动等方式，培养学生的体育兴趣和习惯。此外，还可以通过家校协同合作模式，引导家长重视孩子的休闲体育教育，共同营造浓厚的休闲体育文化氛围。

三是要丰富休闲体育活动的形式和内容。紧密结合不同群体的特点和需求，设计多样化的休闲体育活动形式，如徒步、骑行、瑜伽、舞蹈等，让每个人都能找到适合自己的休闲运动方式。同时，巧妙利用节假日、纪念日等特殊时间节点，举办大型休闲体育活动，吸引更多人参与其中，进一步扩大休闲体育的社会影响力。

2.2 培育高质量的休闲体育产业

一是要充分发挥市场配置资源的作用。休闲体育产业发展的关键在于激活市场活力与消费需求，应建立健全的市场机制，通过公平竞争激发企业创新活力，推动休闲体育产品和服务多元化、个性化发展。要充分发挥市场机制效能，引导社会资本有序流入休闲体育领域，提升资源的利用率和市场的活力，根据消费者需求的变化，及时且灵活地调整休闲体育项目和经营策略，满足不同层次、不同兴趣群体的多元需求，从而更好地适应休闲体育产业的市场变化，维系持续的市场竞争优势。

二是要完善休闲体育产业政策支持体系。要形成完善的政策体系，既需要有法律法规等宏观政策的指引，又需要有细则办法等具体政策实施举措的有力支撑，从而形成涵盖培育、发展、引导、监督等多维度的全方位政策支持和约束体系，塑造强有力的政策推动力，促进休闲体育产业健康发展。

三是要推动休闲体育产业升级转型。要大力推进技术创新和模式创新进程，充分利用VR、AR、数字孪生等智能技术手段，开发智能化健身器材和健身App，打造沉浸式休闲体育体验场景，提高休闲体育的趣味性和体验感，推动休闲体育产业向智能化、绿色化、品牌化方向发展。

四是要加强休闲体育产业人才培养。着力加强休闲体育专业人才的培养和引进，构建完善的人才培养体系。通过高等教育、职业教育、社会培训等多种途径，培养兼具专业知识、社会适应能力、创新精神和创新能力的休闲体育优秀人才，并形成合理的人才梯队。要加强国际交流与合作，充分借鉴和吸收国外先进的休闲体育理念和技术，把我国休闲体育产业打造成具有国际竞争力

的知名品牌。

2.3 提高休闲体育治理能力和治理体系

一是要完善治理体系。建立健全的休闲体育相关法律法规和实施机制，为治理工作提供坚实可靠的法律保障。积极构建多元化治理主体格局，通过政府引导、社会参与相结合的方式，引入社会组织、企业、媒体等多元主体力量，形成协同共治格局，大力推动休闲体育产业的良性循环发展。制定并完善休闲体育治理的监督机制与评价机制，定期对治理效果进行评估，及时发现问题并采取针对性措施加以解决。加强民主监督机制，引导民众广泛参与决策与监督过程，提升治理工作的透明度和公信力水平。

二是要提升治理能力。高度重视休闲体育治理人才的培养和引进工作，构建完善的人才培养体系。充分利用大数据、人工智能等现代科技手段，通过数据分析、预测预警等方式，及时发现并解决休闲体育产业发展进程中存在的各类困难和问题，提升治理工作的智能化水平。

三是要优化治理环境。制定支持休闲体育产业发展的系列举措，营造良好的政策环境。加强休闲体育公共设施建设力度，提升公共服务供给能力和服务水平。通过媒体宣传、社区活动等方式，加强休闲体育知识的普及和教育工作，提高民众对休闲体育的认知水平和参与热情，提升民众的健康意识和运动技能素养。

3 新时代我国休闲体育发展的重要意义

3.1 发展休闲体育是促进健康中国建设的重要途径

“推进健康中国建设，是全面建成小康社会、基本实现社会主义现代化的重要基础，是全面提升中华民族健康素质、实现人民健康与经济社会协调发展的国家战略。”^[6]休闲体育是人民群众参与度最高、覆盖面最广的体育锻炼方式，对健康中国建设具有十分重要的作用。通过徒步、骑行、游泳、瑜伽等多样化的休闲体育运动形式，可以有效增强人们的身体素质，提升人们抵御高血压、糖尿病、肥胖症等慢性病的能力。根据第五次国民体质监测数据分析，在监测人群的部分常见慢性病发生情况方面，成年人和老年人的体质水平越高，自我报告的患病百分比越低。在成年人和老年人中，达到“合格”等级及以上的人群与“不合格”等级人群相比，自我报告患病百分比分别低5.0和8.5个百分点。^[7]同时，参加休闲体育活动，还可以使人们通过运动释放压力，提升免疫力，增强幸福指数，还能够提高公众对健康的认识和重视，促进健康文化的传播，从而养成更加健康

的生活方式。因此, 休闲体育以其轻松、愉悦的特点, 能够使人民群众在日常生活之余积极参与体育活动, 进而全方位地促进身心健康发展, 而这与健康中国建设的核心目标高度契合。

3.2 发展休闲体育是促进人的全面发展的重要手段

休闲体育作为现代社会生活中的重要组成部分, 不仅丰富了人们的业余生活, 更是促进人的全面发展的重要手段, 它“能够协调人们的生存智慧、思维方式以及价值理念, 更能够使人们的体格状态与生理机能均达到一个高素质水平”^[8]。第五次国民体质监测数据显示, 参与体育锻炼的成年人和老年人在身体机能、身体素质层面优于同性别同年龄组不参与体育锻炼者, 且呈现出锻炼频率越高、运动强度越大, 体质越好的趋势; 参与体育锻炼人群的合格率比不参与体育锻炼者高出 6.1 个百分点; 且在反映心理健康维度的指标中, 参与体育锻炼的成年人和老年人在抑郁、焦虑得分上均比不参与体育锻炼者低, 表现出更加积极、健康的情绪和心理状态。^[7] 休闲体育所塑造的健康体魄和心理状态, 是人的全面发展的基础。同时, 休闲体育还为人们提供了一个社交平台, 有助于提升社交能力。此外, 经常参与休闲体育活动, 还能培养坚持不懈、勇于挑战、团队协作等优良品质, 并激发人的创造力, 提升认识能力。因此, 发展休闲体育不仅关乎身体健康, 更是促进心理健康、提升社交能力、塑造个人品质以及增强创造力与认知功能的重要途径。积极推广和参与休闲体育活动, 是实现人的全面发展的重要手段之一, 具有十分重要的价值与意义。

3.3 发展休闲体育是促进经济社会发展的重要动力

休闲体育的快速发展必将形成一条完整的产业链, 即休闲体育产业, 其快速发展也将直接推动体育产业的增长。“休闲体育的产业化、市场化及商业化发展, 推进了现代服务业与体育产业的结构优化, 不断成为我国经济发展、结构转型的重要力量。”^[9] 随着社会生产力的不断提高, 人们对美好生活的向往程度越来越高, 追求健康生活的意愿也将越来越强烈, 与此同时, 可供个体自主支配的闲暇时间也越来越富余。可以预见到, 休闲体育活动将越来越受到大众的欢迎和喜爱, 这对于体育相关行业领域, 如体育设施设备的制造与推广、体育场馆的建设与运营、体育赛事的策划与组织等的发展将起到十分重要的推动作用, 也将为社会提供大量的就业机会, 从而促进体育产业链上下游企业的协同发展, 形成良性循环的经济效应。此外, 休闲体育产业与文化、旅游、医疗、教育、交通、

餐饮等产业具有高度的关联性, 其快速发展必将产生良好的示范效应和强大的牵引作用, 直接带动相关产业的协同发展。《中国户外运动产业发展报告(2023—2024)》的研究成果显示, 越来越多的户外运动赛事活动进驻景区、街区以及商圈, 带来了客流, 促进了消费, 例如福州国际龙舟邀请赛吸引了 1.5 万名观众, 带动消费超 1 亿元。2024 年 7 月, 体育总局与文化和旅游部联合发布 21 项“跟着赛事去旅行”2024 暑期全国户外运动赛事, 这些赛事均带动了当地住宿、餐饮等消费的增长。^[10] 并且通过与相关产业的深度融合发展, “形成‘休闲体育+文化、旅游、医疗、教育’等‘休闲体育+’模式, 不仅可以丰富产品内容与形式, 拓宽营销渠道和模式, 更能拉长现有行业产业链”^[11], 为经济增长注入崭新的活力。

3.4 发展休闲体育是展示国家文化软实力的重要平台

休闲体育活动具有广泛的参与性和互动性, 能够激发人们的集体荣誉感和归属感。通过参与休闲体育活动, 人们可以在共同的兴趣和爱好驱使下增进彼此间的了解、加深友谊, 进而形成强烈的文化认同感和社会凝聚力。这种认同感和凝聚力不仅有助于维护社会的稳定和谐, 还能激发国民的爱国热情, 成为推动强国建设的精神动力之源。同时, 休闲体育活动往往融入了丰富的文化内涵和民族特色, 通过发展休闲体育活动, 可以深入挖掘和弘扬传统文化资源, 推动文化的创新和发展, 还可以通过举办各类休闲体育赛事和活动, 充分展示一个国家的文化传统底蕴、民族风情特色以及时代精神风貌, 有助于在世界舞台上彰显新兴大国形象, 体现大国地位与风范。

4 结语

随着中国特色社会主义进入新时代, 人们对幸福生活的追求不断提高。在健康中国建设的背景下, 休闲体育作为一种新兴的健康生活方式, 以其广泛、便捷、愉悦等特点, 对于人的全面发展、经济社会的发展以及优秀传统文化的弘扬传承都将发挥越来越重要的作用。尽管目前我国休闲体育的发展还存在许多不足, 面临诸多困境, 如休闲体育市场开发力度不够、公众休闲体育意识不强、休闲体育组织管理和服务意识相对薄弱、休闲体育产业发展不够充分等, 但随着生产力水平的不断提高, 人们对休闲体育的认识将越来越深刻, 对休闲体育的需求也将越来越旺盛。只要在政府、企业、社会团体等多元主体共治的前提下, 不断发展和壮大休闲体育市

场和产业，休闲体育将迎来更大的发展空间和更好的发展前景。

参考文献

- [1] 习近平：在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上的讲话 [EB/OL]. (2020-09-22) [2024-04-28]. https://www.gov.cn/xinwen/2020-09/22/content_5546157.htm.
- [2] 卢锋. 休闲体育概念的辨析 [J]. 成都体育学院学报, 2004, 5 (30): 32-34.
- [3] 中国户外运动产业呈现十大特点——《中国户外运动产业发展报告 (2023-2024)》发布 [EB/OL]. (2024-10-28) [2024-11-08]. <https://www.sport.gov.cn/n20001280/n20745751/c28206795/content.html>.
- [4] 总局领导出席国新办新闻发布会介绍体育推动高质量发展有关情况 [EB/OL]. (2024-09-19) [2024-08-28]. <https://www.sport.gov.cn/n20001280/n20745751/c28109489/content.html>.
- [5] 温悦. 中国式休闲体育现代化发展的现实瓶颈与路径选择 [J]. 山东体育科技, 2023, 45 (6): 15-21.
- [6] 中共中央国务院印发《“健康中国2030”规划纲要》 [EB/OL]. (2016-10-25) [2024-08-28]. https://www.gov.cn/zhengce/202203/content_3635233.htm.
- [7] 国家国民体质监测中心发布《第五次国民体质监测公报》 [EB/OL]. (2022-06-07) [2024-08-28]. <https://www.sport.gov.cn/n315/n329/c24335066/content.html>.
- [8] 窦小哄. 功能论视角下休闲体育的价值与发展趋势研究 [J]. 商, 2015 (51): 230.
- [9] 王小强. 休闲体育与体育产业融合发展的路径研究 [J]. 当代体育科技, 2024, 14 (20): 78-80.
- [10] 中国户外运动产业呈现十大特点——《中国户外运动产业发展报告 (2023-2024)》发布 [EB/OL]. (2024-10-28) [2024-11-08]. <https://www.sport.gov.cn/n20001280/n20745751/c28206795/content.html>.
- [11] 休闲体育：全民健身和全民健康的深度融合 [EB/OL]. (2019-12-26) [2024-11-08]. https://theory.southcn.com/node_01b4d02368/02fb8f9e8c.shtml.