

## 生态文明视域下城郊区域居民开展休闲体育的现状 & 策略研究

——以南昌梅岭为例

张利朋

南昌工学院体育与健康学院，南昌

**摘要** | 随着城市文明的不断发展，我国城市在经历了先生产后的疾驰发展后，让城市在后期文明的延申中深深陷入了“城市病”的危机。“休闲、健康、生态”是城市发展未来的导向，也是广大市民的追求，但随着城市的不断扩容以及城镇居民日益缩小的活动空间是城市化发展的主要矛盾。城市休闲体育与生态文明的发展是相互促进的一个过程，休闲体育为生态文明建设提供了实践手段，生态文明对城市休闲体育的积极开展提供了天然资源。本研究从生态文明着手，以南昌梅岭为例，对生态文明视域下城郊区域居民开展休闲体育的现状 & 策略进行研究，以期为城郊居民休闲体育活动的开展提供一些建议，旨在更好的完善城市精神文明建设、传承和发扬民族传统休闲体育、提升城镇居民的生活品质。

**关键词** | 生态文明；城郊；休闲体育；现状；策略

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



### 1 引言

党的十八大以来，国家两办陆续发布了《关于加快推进生态文明发展的意见》《生态文明体制改革总体方案》《关于设立统一规范的国家生态文明试验区的意见》及《国家生态文明试验区（福建）实施方案》等政策法规，可见国家对进行生态文明发展的决心和具体实践。

近年来，随着城市发展进入新时期，休闲体育逐渐成为城市生态文明的实践手段。南昌某地作为省会城市重要生态涵养区，依托其山水格局资源，大力推进高质量创新发展，全面形成了休闲和绿色发展示范区，并通过基础设施和公共服务保障水平的快速延伸，顺势构建了城乡多元公共体育体系，以不同形态公共休闲体育物品为载体，实现了休闲体育

基金项目：江西省高校人文社会科学研究2022年度项目（TY22216）。

作者简介：张利朋，南昌工学院讲师，研究方向：体育教育训练学。

文章引用：张利朋. 生态文明视域下城郊区域居民开展休闲体育的现状 & 策略研究——以南昌梅岭为例 [J]. 社会科学进展, 2024, 6 (5): 1338-1342.

<https://doi.org/10.35534/pss.0605145>

行为渠道的拓宽和城乡休闲体育资源的持续优化与发展,但在发展过程中也存在一些普遍性的问题,比如便利性缺失、不能激发居民消费需求、供给结构不均衡、规划供给缺乏合理性等,本研究通过对城郊休闲体育开展现状进行分析,通过对影响城郊休闲体育的因素进行梳理,努力找到推动城郊休闲体育开展的积极路径,并提供一定的策略性建议。

## 2 国内外研究动态

### 2.1 国内研究动态

休闲体育研究的兴起跟社会背景和政策导向是密切相关的,从1995年我国颁布《全民健身计划纲要》到2014年把全民健身上升为国家战略的高度,对相关科研的开展起到了极大的刺激作用。单凤霞(2019)在《生态文明视域下我国城市休闲体育发展研究——以杭州、武汉、成都为例》,城市休闲体育研究的理论部分、城市休闲体育的实践调查、城市休闲体育的供递系统以及城市休闲体育的发展理念和发展思路进行了相关研究,指出生态文明是城市休闲体育蓬勃开展的外在推力,休闲体育是生态文明发展的践行手段<sup>[1]</sup>;高晓薇(2018)在《城市公园与休闲体育发展的互动关系研究》中探讨了城市公园跟休闲体育的互动和相互促进的关系<sup>[2]</sup>;夏志翔、丛伟(2020)以绵阳市富乐山公园休闲体育开展的情况为例对小中等城市公园休闲体育的开展形式进行了解析<sup>[3]</sup>;孙凤林、张娜(2018)以北京通州西海子公园的田野调查分析为例,对老龄化背景下城市公园老年休闲体育生态链网、如何更好地促进公园老年人休闲体育生态的繁荣进行了相关研究<sup>[4]</sup>;吴春燕(2020)通过对济南英雄山公园休闲体育的研究,分析了群众休闲体育文化生态的成因<sup>[5]</sup>。

### 2.2 国外研究动态

国外关于休闲体育研究历史沿革。国外对于相关休闲体育的研究开始较早,可追溯到古希腊时期,柏拉图认为休闲体育活动可以使自我更加完善。1952年瑞典天主教哲学家皮普尔在《休闲:文化的基础》中提出,休闲是思想与灵魂自由的条件,可促进文化的发展与沉思。近现代以来,休闲运动的调研开始成为社会学家的新宠,1960年卡普兰在《美国的休闲——社会调查》一文中在休闲层面对

美国社会制度进行了深度剖析;约翰·凯里在《走向自由——休闲社会学新论》中提出休闲是一种“成为人”的过程;杜马兹迪埃在《走向休闲的社会》中深度分析了休闲与家庭、工作以及社会政策等的关系和意义;杰弗瑞·戈比在《你生命中的休闲》中指出,休闲是人存在过程的一部分,休闲价值观将使人们从改造世界逐步转向改造自身<sup>[6]</sup>。

国外关于生态体育公园化导向。生态性、自然性是城市公园的基本属性,休闲体育是引导人们回归自然,融入自然,学会与自然和谐相处的一项重要活动,Ronald A.Kaiser.J.D.在《休闲、公园与运动中的责任和法律》一书中对公园、休闲运动的关系进行了分析。美国、加拿大和澳大利亚等国家公园是国民从事休闲体育活动的重要场所,城市公园为广大市民在工作之余提供了很好的放松休闲场所,美国的纽约中央公园、美国主题公园,英国的伦敦海德公园以及澳大利亚的悉尼奥林匹克公园等深受人们的喜爱。

国外关于休闲体育的相关政策指导。体育活动是德国人最热衷的休闲方式,德国颁布的《黄金计划》有力的推动力体育场馆的建造,尤其是体育公园的设计和建造,为休闲体育的开展提供了充足的物质保障。英国作为户外运动大国,在1975年颁布的《体育运动和娱乐白皮书》以及在2000年、2002年颁布的《大众的体育未来》和《游戏计划》,对休闲体育的开展提供了有力的政策保障。澳大利亚户外运动资源丰富,尤其是在与自然资源相关的户外运动项目中具有得天独厚的优势,为推动体育的可持续发展,澳大利亚政府在2011年出台了《国家体育与休闲政策框架》为本国未来生态休闲体育的发展指明了方向。

综上所述,当前国外在对休闲体育方面的研究以及相关活动的开展较为成熟,政府对于休闲体育的发展给予了足够的重视,在政策上给予了有力的保障。生态城市公园与休闲体育开展的相关研究工作略显不足。

## 3 梅岭基本情况及休闲体育开展现状

### 3.1 梅岭基本情况

梅岭风景区位于江西省南昌市湾里区。梅岭原

名飞鸿山，早在汉朝初年，就辟有驿道，是道、佛两教的圣地之一。梅岭上有山峰上百座，并各具特色。翠竹生幽的梅岭头，险峻难攀的狮子山峰，秀丽多姿的紫阳山，利于观景的罗汉岭。梅岭自然环境优美，生态良好，其中有许多古树名木，如“盆景樟”“树生竹”“石中兰”等，被称为“梅岭三绝”。

梅岭位于鄱阳湖西南岸，南昌市西郊30公里处的西山脉中段，与北面的庐山相对，面积约150平方公里。四时景色不同，气候宜人，山势嵯峨，层峦叠翠。尤其是作为梅岭主峰的洗药坞海拔八百四十二米，是全市最高点。夏季平均气温为22.6℃，比市区低10℃左右，这对“四大火炉”之一的南昌来说，是一座十分难得的“凉岛”，所以其又有“小庐山”的雅称。

梅岭自古就因其奇山、奇涧、奇石、奇树、奇水、奇雾等美丽的自然景观和独特的气候吸引众多的得道高人、文人墨客前来筑寺建观或题诗留墨，踏春赏秋。

### 3.2 梅岭休闲体育开展现状

梅岭得天独厚的自然条件，为城郊区域休闲体育的开展提供了基础保障。为满足广大市民及城郊居民休闲体育的诉求，推动全民健身运动的开展，近年来，南昌市湾里区政府积极响应国家号召，贯彻落实上级政府相关文件的精神，逐步加大对梅岭的经费投入，结合地理地形的基础上修建健身步道、观景梯道，是休闲与自然相融合，同时完善各种体育基础设施、开展水上漂流，并多次举办马拉松等大型体育赛事，着力于通过各种赛事搭好宣传平台，推动梅岭休闲体育的健康、平稳、可持续和快速发展，通过调查可知，近年来该区域多次举办了国际越野赛、国际马拉松邀请赛、登山节、山地自行车挑战赛等，有力的推动了梅岭休闲体育的开展。

## 4 梅岭开展休闲体育的影响因素

### 4.1 有利因素

#### 4.1.1 自然资源丰富

作为国家级森林公园的梅岭，岭水相间，树茂竹葱，从湾里沿盘山公路而上，有洪崖丹井、竹海明珠风景区、狮子峰、九龙溪田园综合体、梅岭

太阳谷、江西明清古民居博览园、月亮湾、梅岭漂流、梅岭时光亲子乐园、神龙潭、洗药湖、紫清山、岭秀湖市民公园、高路入云端、磨盘山森林公园等30多处公园，可谓是地理位置优越、个性鲜明、独特，据不完全统计，梅岭拥有大小山峰90多座，人工与天然湖泊50多个，为休闲体育的开展提供了良好的物质条件。

#### 4.1.2 地理位置优越交通方便

作为南昌市的后花园的梅岭距离城区较近，湾里距省、市等行政中心以及南昌西站和昌北机场均在20分钟左右车程，同时梅岭东边接壤市区、西边与安义县为邻、南边又紧靠新建县、北面是永修县，便于更多市民参与到该区域的休闲体育中来。另外在梅岭周边高校云集，如江西中医药大学、江西警官学院、南昌工学院、南昌大学、豫章师范学院等十余所高校，具有较强的人文又是，同时也为该区域休闲体育的开展提供了人才优势。

从交通方面来讲，梅岭大道、湾里大道和招贤大道与南昌城区直通，105国道、西外环高速、南安和望招公路横穿湾里。同时南昌至湾里有十余条公交线路可抵达，可谓是交通网四通八达，交通工具应有尽有。

#### 4.1.3 市场需求度高

随着城市化的新进程，城市文明的快速发展，城市活动空间的逐步萎缩，交通拥挤，无法满足城镇居民日益提升的对自然生态、健康、休闲的需求。这也使得城郊休闲体育的开展势在必行，休闲体育已经成为了居民体育消费的新方向和热点。

#### 4.1.4 政策支持力度大

休闲体育是体育产业不可或缺的重要组成部分，是体育经济的重要发展方向，也是市民放松、休闲、娱乐的重要手段，是全民健身运动开展的重要环节，对大众体育的开展、国民经济的推动以及民族传统体育的保护和传承都具有积极的作用。2014年国务院印发的（国发〔2014〕46号），将全民健身运动上升到了国家战略的高度。2016年国家体育总局联合发布了《关于大力发展体育旅游的指导意见》，明确要求各地充分挖掘和发挥我国体育旅游的资源型优势，积极推进体育与休闲、旅游的融合，为全面建成“健康中国”做出积极贡献。为响应国家政策，大力推动全民健身、提升全民健康水平，南昌市湾里区颁布了《湾里区

加快休闲旅游业发展实施意见》、《湾里区扶持现代服务业发展若干优惠政策》等一系列文件。国家和地方政府各项政策的相继出台，为促进梅岭休闲体育及旅游业的开展提供了政策支持和经济帮扶，为当地休闲体育的可持续健康发展奠定了良好的政策和经济基础。

## 4.2 不利因素

### 4.2.1 行业缺乏规范性

当前，在梅岭休闲体育开展的上升阶段，在休闲体育的管理和指导过程中，出现了明显的专业性不强。主要体现在一下几个方面：（1）指导能力强的缺乏行业管理和推广能力。（2）有一定管理和推广能力的，又缺乏指导水平。（3）既没有指导能力有没有管理和推广能力。从以上几方面可以看出我国的休闲体育市场还处在初级的发展阶段，在行业招聘的过程中有人标准参差不齐，行业人才招聘混乱、发展缺乏规范性，很多从业人员缺乏基本的专业能力和素养，基本不经过培训就直接上岗。另外由于休闲体育发展还不成熟，很多就业人员看不到太多效益，所以目前该行业大多以兼职人员为主，这就会让消费者对其在休闲体育中的消费存有疑虑，从而造成休闲体育的持续、健康、快速发展后续无力。

### 4.2.2 行业缺乏复合创新型人才

现在是互联网发展时代，产业的发展推动离不开宣传和推广，网络的推广力度是有目共睹的，作为休闲体育的发展，同样离不开与互联网的互动，无论是休闲体育赛事的宣传还是传统民族体育文化的传播互联网都是有利的推动途径。但在调查过程中发现，梅岭各个休闲体育活动场所的工作人员，大都以兼职体育学生、体育教师和体育教练员为主，多采用传统的体育技术指导和服务为主，缺乏对民族传统体育文化的宣传和当地休闲体育活动的宣传。有个别教练员也会通过拍摄一些视频上传到“抖音”“美拍”“快手”等平台上，但视频的质量、意义以及推广性不高，缺乏创新。

### 4.2.3 休闲体育项目单一，活动组织缺乏

通过调查发现，梅岭开展的休闲体育活动项目比较单一，群众选择性较小，大部分项目季节性较强，比如狮子峰的漂流活动主要集中在夏季开展。另外梅岭在开展休闲体育活动的过程总缺乏组织策

划，多数为个人或以家庭为单位参加，比如登山、露营、自行车等，没有相关的组织策划，缺乏影响力和推广性。

## 5 对策与建议

### 5.1 规范行业标准

行业标准是行业发展的先行条件，缺乏行业标准，行业的发展就会混乱没条理。首先要规范用人标准，在招聘相关服务人员及教练员的时候，提高要求，增强休闲体育发展的专业性，同时在人员入职之后进行相关的培训，通过测试合格颁发上岗合格证书后允许上岗就业，同时对在职人员采用考核制度进行定期考核，从而整体提高当地休闲体育的水平，增加消费者的满意度和信任度。

### 5.2 吸纳创新型符合人才的加入

在梅岭休闲体育发展的过程中，需要注重人才库的储备，多维度选拔人次，在人才的选拔中应减少传统的教练模式，一个行业的发展，离不开多种专业人才的协同合作，所以在人才的吸纳过程中，除了优秀的教练人员外，善于管理的人才、精于营销的人才都应积极引进，尤其是创新型人才应作为重点人才进行引进。提高行业的管理能力、服务质量，寻求行业的优势和亮点，提升当地休闲体育的竞争力，推动休闲体育的积极发展。

### 5.3 丰富休闲体育的种类，增加相关活动的组织

梅岭依山傍水，可以结合其现有的自然资源，开展多种多样的休闲体育活动。如探险拓展类休闲活动：野营、登山、攀岩、定向越野、蹦极、漂流、徒步穿越、溯溪、驾车、自行车等项目，这些项目形式独特、内容丰富，具有技能训练、体能训练、心理训练、生存训练、管理训练和人格训练等多重功能。它是反璞归真的游戏、也是征服自然的的活动，探险拓展类项目吸引着众多热衷于冒险刺激、磨炼意志的运动休闲爱好者去体验、去探索、体现人生的价值。也可以开展养生保健类活动：如太极拳、气功、八段锦等，使参与者的心境和清静与梅岭的环境相结合，在自由自在自然中养生，达到身心双修、“天人合一”的境界，体会人与自然的和谐相处的理念。

休闲体育活动的组织形式是多种多样的，可以

是个人的、家庭为单位的也可以是群体性的。活动的安排可以是随性的、也可以是具有严密策划、精心组织的。目前梅岭室外休闲体育活动的开展多以家庭为单位，应增加政府的主导功能，多组织一些休闲体育活动，比如山地自行车比赛、登山比赛、徒步穿越、定向越野以及太极拳等比赛，增加群众的参与程度，提高该区域或党的影响力。

### 参考文献

- [1] 单凤霞. 生态文明视域下我国城市休闲体育发展研究 [D]. 上海: 上海体育学院, 2019.
- [2] 高晓微. 城市公园与休闲体育发展的互动关系研究 [J]. 白城师范学院学报, 2018 (3): 60-61.
- [3] 夏志翔, 丛伟. 中等城市公园休闲体育特征分析: 以绵阳市富乐山公园为例 [J]. 文体用品与科技, 2020 (1): 60-61.
- [4] 孙凤林, 张娜. 老龄化背景下城市公园老年休闲体育生态链网研究: 北京通州西海子公园的田野调查分析 [J]. 北京大学学报, 2018, 41 (1): 50-57.
- [5] 吴春燕. 济南英雄山公园大众休闲体育文化生态的形成 [D]. 济南: 山东体育学院, 2020.
- [6] 杰弗瑞·戈比. 你生命中的休闲 [M]. 赵冉, 译. 昆明: 云南出版社, 2000.

## Research on the Status Quo and Strategy of Residents Carrying out Leisure Sports in Suburban Areas from the Perspective of Ecological Civilization: A Case Study of Meiling, Nanchang

Zhang Lipeng

*School of Physical Education, Nanchang Institute of Science and Technology, Nanchang*

**Abstract:** With the continuous development of urban civilization, Chinese cities have experienced the rapid development of production before production, so that cities have fallen deeply into the crisis of “urban disease” in the extension of later civilization. “Leisure, health and ecology” is the future orientation of urban development and the pursuit of the general public, but with the continuous expansion of the city and the shrinking activity space of urban residents, it is the main contradiction of urbanization development. The development of urban leisure sports and ecological civilization is a process of mutual promotion, leisure sports provide practical means for the construction of ecological civilization, and ecological civilization provides natural resources for the active development of urban leisure sports. Starting from ecological civilization and taking Meiling in Nanchang as an example, this study studies the current situation and strategies of residents in suburban areas from the perspective of ecological civilization, in order to provide some suggestions for the development of leisure and sports activities of suburban residents, aiming to better improve the construction of urban spiritual civilization, inherit and carry forward traditional national leisure sports, and improve the quality of life of urban residents.

**Key words:** Ecological civilization; Suburbs; Recreational sports; Status quo; Tactics