

全民健身公共服务体系发展理论与实践研究

张建军¹ 戴诗吟^{2*}

1. 广州华立学院, 广东 广州 511325

2. 广东花城工商高级技工学校, 广东 广州 510850

[摘要]在健康中国战略与数字中国战略深度融合的时代背景下,全民健身公共服务体系的发展正经历着前所未有的变革。传统的体育服务模式囿于时空边界和资源分配不均等问题,很难满足人们不断增长的健康需求。代表性的数字技术,如人工智能、物联网和大数据,正在通过重塑体育服务环境、优化资源分配和创新健康管理策略,为全民健身公共服务体系带来新的发展动力。基于此,本篇文章分析全民健身公共服务体系内涵以及其发展价值,从多维度入手探讨全民健身公共服务体系发展实践策略。

[关键词]全民健康; 科技赋能; 理论; 实践

DOI: 10.33142/jscs.v5i3.16948

中图分类号: G8

文献标识码: A

Theoretical and Practical Research on the Development of Public Service System for National Fitness

ZHANG Jianjun¹, DAI Shiyin^{2*}

1. Guangzhou Huali College, Guangzhou, Guangdong, 511325, China

2. Guangdong Huacheng Industrial and Commercial Senior Technical School, Guangzhou, Guangdong, 510850, China

Abstract: Against the backdrop of the deep integration of the healthy China strategy and the digital China strategy, the development of the public service system for national fitness is undergoing unprecedented changes. The traditional sports service model is limited by time and space boundaries and unequal resource allocation, making it difficult to meet people's growing health needs. Representative digital technologies such as artificial intelligence, the Internet of Things, and big data are bringing new development momentum to the public fitness service system by reshaping the sports service environment, optimizing resource allocation, and innovating health management strategies. Based on this, this article analyzes the connotation and development value of the national fitness public service system, and explores practical strategies for the development of the national fitness public service system from multiple dimensions.

Keywords: national health; technology empowerment; theory; practice

引言

科技革命与健康需求的双向驱动,正重塑全民健身公共服务体系的发展范式。通过应用可穿戴设备和运动大数据平台等先进技术,运动健康的监测方法已经从基于经验的判断转向了更为精确和量化的评估;虚拟现实(VR)和增强现实(AR)技术突破了空间的束缚,为人们创造了沉浸式的健身体验环境。世界卫生组织的研究数据显示,通过数字化的健康干预手段,慢性疾病的发病率可以减少23%,这进一步证明了科技在促进全民健康方面的显著作用。基于这一背景,迫切需要从理论层面理清技术创新和健康服务耦合机理,并从实践维度上探寻智能化服务平台构建路径。这不仅是响应“健康中国2030”规划纲要提出的战略要求,更是推进体育公共服务供给侧改革必然的选择。

1 全民健身公共服务体系内涵

全民健身公共服务体系是国家治理现代化在体育领域的具象化实践,其内涵聚焦于构建政府主导、社会协同、公众参与的动态治理格局。该系统以适应人们多元化健身需求为中心取向,从整合资源配置、优化供给结构、健全制度保障等方面形成了涵盖全生命周期和全地域的服务

网络。在要素构成上,它不仅包括场地设施,指导人才和活动组织等实体性的资源,还涉及政策法规,标准规范和数据平台等制度性的要素,子系统之间通过信息交互和功能耦合实现服务效能系统跃升^[1]。其运行机制注重供给侧和需求侧精准对接、以数字化技术为支撑提高资源调配效率、以普惠性和差异化相结合的服务策略保障不同人群公平可达健身权益等。这一制度打破了传统体育服务单向供给的格局,向公民参与带动下共建共享生态转变,促进了个体健康素养的提高,发挥社会整合和文化认同功能已成为促进健康中国战略落实和筑牢社会治理根基的关键载体。它的动态演进特性需要不断优化制度设计和技术赋能,以确保基本公共服务均等化为前提,以市场和社会力量为创新动力,最终实现社会效益和个体福祉协同成长。

2 全民健身公共服务体系建设发展价值意蕴

2.1 空间重构:打破场域壁垒的城市治理新范式

传统空间权属割裂导致运动资源碎片化,全民健身公共服务体系通过制度创新重构物理与社会空间。依托智能规划算法,整合社区闲置空间、商业体屋顶及桥下灰空间,形成“十五分钟运动生活圈”,将运动场景嵌入城市肌理。

这一空间生产模式在激活公共领域复合功能的同时,也通过运动人群高频互动重构了城市居民社交网络和社区认同,促进治理主体由政府主导向多元共治转变,为城市更新注入可持续的动力。

2.2 健康赋权:个体生命质量的自主建构路径

在后疫情时代健康焦虑语境下,全民健身体系突破医疗被动干预模式,转向主动健康管理。通过标准化体质监测和个性化运动处方准确匹配,使个体能够打破生物遗传限制并在不断运动实践过程中重建代谢机能和心理韧性。这一建立在身体感知基础上的自我规划本质上就是对健康主权进行再分配——一个人由医疗服务被动接受者变为生命质量主动塑造者并形成了一种新的以体育为中心的健康治理范式^[2]。

2.3 技术赋能:数据驱动的服务生态迭代机制

物联网与人工智能深度介入全民健身领域,构建“感知-反馈-优化”的智慧服务闭环。可穿戴设备获取运动数据并结合机器学习算法产生动态训练方案;云端平台将场馆预约和教练匹配业务集成在一起,构成需求预测和资源调配协同网络。技术赋能在提高服务效率的同时,也通过数据沉淀建构了运动行为知识库,促进全民健身由经验驱动向数据驱动转变,孕育了运动科学研究和产业创新双向赋能。

3 新时期全民健身公共服务体系发展实践路径

3.1 “智慧赋能”驱动全域健身资源精准匹配

在全民健身公共服务体系向数字化迈进的关键时期,“智慧赋能”成为实现资源高效利用的核心驱动力。需要充分利用大数据,云计算,物联网等新一代信息技术建立综合而精细的区域健身资源调配体系^[3]。一方面对体育场馆,社区健身设施和各类社会健身机构的多源数据进行深度融合,构建了覆盖场地位置,大小,开放时间和器材配备情况的健身资源地理信息数据库。在 GIS(地理信息系统)技术的支持下,健身资源空间分布情况通过直观可视化地图的方式展现出来,使用户能够方便地获得资源位置等重要信息。另一方面研发功能完善的智能健身服务平台通过连接物联网设备实时准确地获取体育场地使用情况,器材损失情况及可使用状态动态数据。采用机器学习算法对用户运动频率,喜好项目等运动习惯进行深度分析和融合,并对健康指标进行个性化需求如心率,血压和体脂率进行深度分析,从而构建了一个精准度更好的资源匹配模型。

再者,积极推动健身资源供给方与需求方基于平台实现智能对接,搭建科学合理的预约共享机制。通过对资源调度算法进行优化,准确地计算出不同时间段和地区对资源的需求,做到体育场馆错峰利用,健身器材按照实际需要进行动态分配,提高资源利用效率。同时,建立跨部门数据协同平台以打破体育,文旅,教育等各部门间的数据壁垒和数据互通共享。建设一套能够对资源供需变化进行实时感知,并在资源短缺或者闲置过多时进行及时报警,保证资源配置时刻处于有效状态和服务精准度。

3.2 “社群共治”激活基层健身服务多元供给

基层健身服务供给模式创新应以“社群共治”理念为指引,构建起政府、社区组织、企事业单位、社会组织及居民共同参与的多元主体协同机制。政府可以采取购买服务等形式向专业社会组织外包一些社区健身服务项目以保证服务质量和专业性。利用公益创投手段资助创新社区健身项目,帮助健身社群孵化壮大。在这一进程中,建立了包括组织架构,人员管理和项目运营在内的系统社群组织培育标准和规范管理办法以指导健身社群良性有序地发展^[4]。

具体而言,建立社区健身需求调研的常态化机制,依托社区网格化管理体系,将每个网格作为需求收集单元,组织网格员、社区志愿者深入走访,通过问卷调查、居民访谈等形式,精准摸排居民的健身需求,如对健身课程的偏好、期望的健身设施类型等,形成实时更新的动态需求清单。积极推进所辖企事业单位、社会组织和社区结对共建,指导企事业单位将闲置仓库、旧厂房和其他内部闲置场地空间打开,由社区与社会组织共同改造建设成为适宜居民健身的设施。与此同时,实施“社区健身伙伴”项目,并推出相应的激励政策以吸引专业健身教练和社会体育指导员参与到社区健身服务中来,设立志愿服务积分兑换制度:志愿者凭服务时长和服务质量领取积分,并可换取培训课程和健身器材奖励。另外还建立了功能完备的社区健身共治平台并在数字化工具的支持下实现了社区健身服务项目线上线下发布、居民可以方便地在网上注册参加等,项目建成后,借助平台开展效果评价工作,在健全群众监督和反馈机制、维护居民权益和提高服务满意度的前提下,形成了一套从需求收集、制定方案、合作实施、效果评估等全过程闭环治理模式。

3.3 “体教融合”深化青少年健身素养培育机制

深化“体教融合”,需构建一套科学长效的青少年健身素养培育机制。一是健全学校体育课程体系根据不同学段学生身心发展特点制定有针对性的健身素养培养标准把体能训练落到实处、体育课程中包含了各种丰富的运动技巧,例如篮球、足球和体操等,同时也涵盖了系统性的健康知识,如运动伤害的预防和营养组合等,这些都是必修的内容。为了创新体育教学方法,我们积极地实施了“基础加专项,拓展加”的课程框架,确保在加强学生运动基础知识的同时,我们鼓励学生基于自己的兴趣选择特定的运动进行深入的学习,并为他们提供如户外活动、体育文化欣赏等的拓展课程,以扩大他们的体育知识视野。开发具有趣味性的运动游戏化教学资源包并在游戏活动中融入体育知识和技能,促进学生学习积极性的提高。

其次,建立校际体育资源共享机制,教育部门牵头,打破小学、初中、高中各学段之间的壁垒,实现学校间场地器材的共享使用,如 A 校的足球场在课余时间可供周边学校使用;推动师资力量的互通,组织优秀体育教师跨

校授课、开展教学研讨活动，提升整体教学水平。发展跨校体育社团联建，鼓励各校体育社团共同组织比赛和训练活动，加强同学间沟通。为了构建一个全面的家庭健身指导体系，教育部门与体育机构合作，编制了一份详尽而实用的家庭健身指导手册，该手册覆盖了亲子运动项目和家庭健身安全注意事项等多个方面。举办家长运动技能培训活动，以线上和线下相结合的形式来提高家长运动能力，继而更好地指导子女进行亲子健身项目的训练，例如亲子瑜伽和家庭趣味运动会。除了上述措施，我们还整合了社会的各种资源，由教育和体育部门共同制定了青少年健身服务基地的目录，并对社会健身机构的入场标准进行了规范，特别是在师资资质和场地设施方面、在课程质量上严格把好质量关，指导社会机构研发以青少年为主要服务对象的专项健身产品——青少年体能提升课程和体育研学项目。

3.4 “医体协同”构建慢性病干预健身服务体系

“医体协同”慢性病干预健身服务体系建设，关键在于建立起医学与体育深度融合的跨学科协作机制。医学专家和体育学者联合研究开发了慢性病运动干预指导意见，对高血压、糖尿病和心血管疾病这些常见慢性病提出了清晰细致的运动处方规范，包括项目的选择，强度，时间和频率^[5]。

在具体实践中，建立医疗机构与健身机构广泛合作的网络，在社区卫生服务中心专门设置运动健康门诊，配备既懂医学知识又具备运动指导能力的体医融合指导师，并且，开发功能强大的慢性病运动干预管理平台，通过技术手段整合患者的电子病历信息，如疾病诊断、治疗方案、用药情况等，以及运用智能穿戴设备采集的运动监测数据，如运动步数、心率变化、运动轨迹等，运用大数据分析技术，为每位慢性病患者生成个性化的运动方案。执行专门针对慢性病患者的运动干预计划，并构建一个标准化的“医生评估-教练指导-定期复核”的服务流程，在医生对患者的病情进行全方位评估之后，由专业的健身教练按照运动方案对病人进行运动训练的辅导，并定期安排病人进行复查，同时根据健康指标的改变对运动方案进行调整。同时制定了慢性病康复运动系统课程体系，覆盖有氧运动，力量训练和柔韧性练习几种类型的课程，对不同慢性病分类设计。大力培养体医融合专业的人才，组织医疗机构工作人员参加运动知识培训课程学习运动生理学和运动康复学；为健身中心的工作人员提供医学基础的培训，涵盖了常见疾病的诊断和急救的相关知识，同时建立了双方的资质认证机制，以增强整体的服务水平。本研究构建了一套科学高效的效果评价体系，通过定期采集患者血压，血糖和血脂等健康指标的变化资料，并采用统计学方法对运动干预效果进行分析和评价，不断优化运动干预方案以促进慢性病治疗效果的提高。

3.5 “数据画像”赋能健身需求动态响应机制

依托“数据画像”构建健身需求动态响应机制，首要任务是建立起覆盖广泛的全域数据采集分析体系。综合集成政府体育部门统计数据，商业健身平台运行数据和智能健身终端收集数据等多源资料，建立了包括居民基本

信息，运动行为和消费偏好的健身需求基础数据库。利用自然语言处理技术深入挖掘网络舆情，社交媒体用户评价和健身论坛讨论文本数据，准确识别健身需求潜在热点，如重视新兴健身项目，需要具体健身场景。结合人口结构的变化趋势，比如老龄化程度的不断加深和青少年对体育的需求不断增加等，以及全民健身政策的促进和体育产业扶持政策等政策导向，和季节特征方面，例如夏季水上运动需求量加大，冬季冰雪运动受到追捧等，利用深度学习算法研发出高精度健身需求预测模型来提前预测市场需求趋势。

与此同时，建立高效的需求响应工作机制，一旦通过数据分析识别出健身需求变化，相关部门与企业迅速行动，及时调整健身资源配置，如增加热门项目的场地设施建设、调配师资力量；开发贴合需求的新产品与服务，如针对上班族推出线上线下结合的便捷健身课程、为孕妇设计专属的孕期健身产品。构建多维度健身服务效果反馈平台对健身服务效果进行综合评价，包括采集用户评价，分析用户锻炼行为数据和监控市场反馈，根据评价结果，构建动态优化机制以持续改进服务质量。全程定期有专业机构出具健身需求分析，为政府部门出台全民健身政策，为企业开展资源布局和市场开拓等提供强大数据支撑，促进全民健身服务供给侧结构性改革不断深化。

4 结语

在健康与科技深度融合的时代浪潮中，全民健身公共服务体系已成为社会治理现代化的重要实践场域。它的发展实质是一种系统性变革，通过技术创新重建服务生态，通过多元协同优化资源配置，借力数据驱动精准供给。该制度既涉及个体健康福祉增进，也承载了促进社会公平和推进治理转型等深层次价值。今后需要不断深化理论探索和实践创新，使全民健康权益保障和社会发展动能培育处于动态平衡之中，筑牢健康中国建设公共服务基石。

【参考文献】

- [1]张瑞林,张玉新,王志文.新质生产力视域下更高水平全民健身公共服务体系建设研究[J].北京体育大学学报,2024,(10):67-76.
 - [2]彭洲恩,黎镇鹏,任波.乡村公共体育服务数字化发展的挑战与策略[J].体育文化导刊,2024(9):7-13.
 - [3]冷慧婷.新时代全民健身公共服务体系建设探究[J].当代体育科技,2024,14(22):93-95.
 - [4]姜勇,王富申.“大体育”视域下全民健身公共服务体系的困境与纾解[J].体育科技,2024,45(3):61-63.
 - [5]李艳,周结友.构建更高水平的全民健身公共服务体系的态势分析研究[J].体育科技文献通报,2023,31(12):80-84.
- 作者简介：张建军（1971—），男，汉族，湖北蕲春人，硕士研究生，高级经济师，广州华立学院，研究方向：公共管理、劳动保障；*通讯作者：戴诗吟（1995—），女，汉族，广东湛江人，本科，广东花城工商高级技工学校，研究方向：职业教育。