

# 中国电子竞技与体育本质属性区隔及边界分析

陈蕾光 党甜雨

中央民族大学体育学院, 北京 100071

[摘要]随着电子竞技产业的爆发式增长,其“体育化”引起广泛争议。部分观点认为电子竞技具有传统竞技体育的规则要求与竞技特点,所以将其同等于体育。但这种观点混淆了“竞技活动”与“体育本质属性”的核心边界。基于体育本质属性与电子竞技进行对比,印证电子竞技不能纳入体育,应找到适合自身规律与发展的体系并予以独立治理。

[关键词]电子竞技;体育;本质属性

DOI: 10.33142/jscs.v6i3.19704

中图分类号: G80-051

文献标识码: A

## Analysis of the Distinction and Boundary between Chinese Electronic Sports and the Essential Attributes of Sports

CHEN Leiguang, DANG Tianyu

School of Physical Education, Central University for Nationalities, Beijing 100071, China

**Abstract:** With the explosive growth of the electronic sports industry, its "sportsmanship" has caused widespread controversy. Some viewpoints believe that electronic sports have the rules and characteristics of traditional competitive sports, so they are equated with sports. But this viewpoint confuses the core boundary between "competitive activities" and "essential attributes of sports". Based on the comparison between the essential attributes of sports and electronic sports, it is confirmed that electronic sports cannot be included in sports, and a system suitable for its own laws and development should be found and independently governed.

**Keywords:** electronic sports; sports; essential attribute

### 引言

科技的发展促使我国电子竞技产业高速发展,电竞从娱乐活动演进为职业赛事,2003 年国家体育总局把电竞列为第 99 项体育项目,2023 年杭州亚运会正式使电子竞技成为比赛内容,学术界针对电竞“体育化”有了争议,一些观点认为电竞呈现规则性、竞争性、对抗性等特点,应把它纳入体育的范围。以上观点混淆了竞技活动与体育本质属性的核心边界,忽视体育是以身体运动为根本载体的核心要义。《体育概论》中将体育界定为:以身体练习为基本手段,促进身心和谐发展。而电子竞技以电子设备为支撑开展虚拟赛事,强制使电竞纳入体育体系,既偏离我国以体育强国建设和全民健身为核心的导向,也抑制电竞遵循自身规律的发展。本文从概念内涵、竞技核心、健康价值、全民属性等范畴,研究电竞跟体育的本质差异,搞清二者界线,为电竞独立治理、体育规范发展提供理论支撑。

### 1 电子竞技发展历程及其形成驱动因素分析

#### 1.1 电子竞技的概念及发展历程

国家体育总局将电子竞技定义为:利用信息技术为核

心,以软硬件作为器械,在体育规则下实现的人与人之间的对抗性运动。电子竞技从国外兴起,1990 年任天堂锦标赛的开启,培育了早期竞技的氛围;1998 年韩国受金融危机影响产出《星际争霸》,并引入中国市场,开启了中国电子竞技的发展历程。2003 年国家体育总局将电竞列为第 99 项体育项目(2008 年又改批为第 78 个正式体育项目),标志着电子竞技在我国首次获得官方认可。2004 年由国家体育总局领导、中华全国体育总会主办了第一届中国电子竞技运动会,是电子竞技作为体育项目大规模开展的首年<sup>[1]</sup>。直至 2022 年杭州亚运会(实际 2023 年 9 月)电竞首次成为正式奖牌项目,中国获得 8 枚金牌并被计入国家奖牌榜,被视为“入亚”里程碑,代表电子竞技得到了更广泛的关注。

#### 1.2 电子竞技产业形成驱动因素

恩格尔系数降低,是电子竞技产业得以迅猛发展的重要物质要素,人们开始从“吃饱穿暖”的生存需求,转向满足精神文化方面的需求。电子竞技满足了大众休闲放松的需求,成为主要的精神消费手段,这种精神需求又反向

带动大众资金投入,达成电竞良性发展的循环,自动化水平提升以及新技术发展,使人们摆脱高强度体力劳动,工作时间鉴于此不断减少,每天可自由支配的空余时间变多,能投入更多精力到电竞活动中,使得产生庞大的电竞用户群体,带动电竞行业规模增大。

### 1.3 电子竞技向体育转化的原因分析

1998年韩国金融危机后,韩国依靠《星际争霸》搭建竞赛体系,拉动就业形成特色竞技增长发力点,这一成功经验对中国有借鉴意义。而“体育化”则是电竞实现稳定发展的关键路径,搭载“体育顺风车”,能让电竞获得更明确的行业规范,获得更高的社会认可度。这种转化本质是用体育的权威性赋能电竞,实现经济效益与行业可持续发展的双赢,这也是电子竞技能成功得到体育界承认的关键。

## 2 体育本质的核心维度与电子竞技的属性背离

### 2.1 概念层面不一

在中国 sport 已经被赋予“总体体育”的概念,《体育概论》将体育概念界定为:体育是以身体运动为基本方式,促进人身心和谐发展的文化、教育活动。实则 Sport 最核心、最根本的意义是“乐”和“取乐”,其余翻译都是由其引申而来。在当代英语中 sport 主要用来指运动、竞技和赛马,这会错误地理解为运动、竞技就是 sport,又由于运动、竞技被视为体育,所以导致理解为 sport 等同于体育<sup>[2]</sup>。支持电子竞技是体育的人认为,电子竞技具有传统竞技体育的规则要求与竞技特点,属于竞技体育,而竞技体育被视为体育,所以就将电子竞技归纳为体育。这种观点显然是错误的,因为这种观点混淆了“竞技活动”与“体育本质属性”的核心边界。体育是为了促进身心健康而进行的,但竞技体育则有负面影响,尤其是对于职业运动员,在过量训练后会导致运动型血尿、延迟性肌肉酸痛等。所以不能把竞技体育等同于体育,可以将它看为体育的分支,也是《体育概论》中所述的现代体育构成之一。至今为止,无法将体育的界限划清,这导致部分人会寻找一切“漏洞”将电子竞技与体育沾边,但正如周西宽先生所述:体育无论以何种形式存在,都应具备一定的共同特征。其中提到:(1)在主体与客体、动机与效果的关系方面,体育的主体与客体、动机与效果都应归于人的自身;(2)从内容和形式来看,体育的基本内容和基本形式都应视为进行身体练习这个人的自身运动<sup>[3]</sup>。可以看出,体育的“出发、过程、结果”全程都在人自身内部完成,不能发生外移,也就是说练的人、练的理由、练的结果、练的方法,都应落在“发起体育这个人的身体上”。电子竞技

就违背了这一观点,电子竞技是人操控电脑或其他电子产品中的虚拟人物在虚拟空间进行的对抗性活动。可以理解为:你把王者荣耀中的小乔角色玩得多好、技能有多熟练、赢了多少场,最终都体现不到你自己的身体上,你自己的速度、力量不会有一点提升;反观你进行一项体育活动,例如:进行长跑运动,不仅可以提升心肺功能还可以增强肌肉耐力。

### 2.2 以“体”载道与以“智”为核

苏联马特维耶夫 1970 年代提出“竞技能力五要素”: physical、technical、tactical、mental、intellectual (体、技、战、心、智),后改为“心智体战技”。可以看出在体育领域,核心是“以体载道”,“体”直接影响一场比赛的结果评价。例如,在比赛中,如果失去体能支撑,再好的战术、再顶尖的个人技术都无从实施。以足球比赛中最基础的“折返跑攻防”为例,一场比赛中,边锋不仅需要配合进攻,还需帮助后卫防守,要求球员具备高强度的冲刺能力,而高强度的冲刺必须有体力支撑。假设一名边锋球员技术精湛、战术执行能力精准,但体能不足,当比赛进行到后半段(尤其是比赛结束前 15min),该名球员体力下降,会造成信息加工速度减慢与认知判断失误、注意地分散等现象,导致失球增多<sup>[4]</sup>。由此可以看出,在体育里(尤其是竞技体育),“体”是第一位核心要素,没有“体”,所有“智”的设计与“技”的积累都无法发挥于实际。部分支持电子竞技是体育的人指出:手指末端的反应能力是除大脑反应能力外关键制胜因素。由此认为,电子竞技不光是智力直接的博弈,也涉及身体活动。但此观点忽略了体育运动是以全身运动链为核心,依赖大肌群协同发力与力量传递进行。由此可见,羽毛球扣杀技术的完成,依赖于力量从下肢、核心肌群,到肩臂再到手指的完整运动链传递过程。电子竞技并非依赖全身系统性的体能对抗,而是以固定坐姿为前提,聚焦于手指操作与大脑认知的局部性负荷比拼<sup>[2]</sup>。电子竞技更多是用“智”取胜,以 MOBA 类游戏为例,玩家需在极短时间内完成对战场态势的快速研判,包括精准定位敌方英雄的实时位置、预判敌方技能的冷却时长、核算己方队伍的输出伤害,进而敲定团战的应对策略与执行方案。这一决策就是依靠智力取胜,并非单纯的技能释放速度(手指点击频率)。由此可知,在“竞技能力五要素”中,电子竞技与体育的侧重点不一,电子竞技实际对人的身体素质没有特殊要求,其竞技表现与跑得快、跳得高、力量大等身体能力无直接关联。

### 2.3 “释压不健身”与“身心双益”

从健康角度来说,适度的体育运动可以促进人类身心

健康,但适度的电子竞技或电子游戏只能满足心理需求,不能满足身体健康,甚至会破坏身体健康。体育概念中,“促进身心健康”是其核心价值之一。《运动生理学》相关研究表明,从生理机制层面而言,体育运动不仅能够有效促进人体生长发育、提升身体素质,长期开展适度的运动锻炼,还可以减缓肌肉量的流失速度、维持心肺系统的正常机能,同时降低高血压、糖尿病等慢性疾病的发病风险。从心理视角来看,适度参与体育锻炼能够直接刺激大脑释放内啡肽、多巴胺等神经递质,从而帮助个体产生愉悦情绪,有效缓解心理压力并调节负面心境<sup>[5]</sup>。此外,体育锻炼还能显著提升个体的挫折耐受能力与责任担当意识,相关研究证实,青少年若每周开展5至7次高强度有氧运动,可有效降低自杀意念及行为的发生概率<sup>[6]</sup>。适度的电子竞技与电子游戏,可短暂缓解现实压力,放松神经、释放情绪。但长期进行电子竞技或游戏,会损害身体健康。长时间固定坐姿、不良坐姿会产生不良体态风险。例如,长期低头或前倾看屏幕,会导致颈椎曲度变直、颈部肌肉僵硬,进而压迫神经。坐姿不端(如弯腰、驼背、翘腿)会诱发腰椎间盘突出、腰肌劳损等问题。此外,久坐不动会使身体代谢减缓,脂肪堆积进而引发肥胖,甚至会加大高血压、冠心病、脂肪肝等疾病的发病率。综上所述,适度体育能有效兼顾“身体健康”与“心情放松”,而电子竞技或游戏仅能在心理层面起到放松作用,无法为身体健康带来实质益处。所以从健康角度,不能将电子竞技纳入体育。

#### 2.4 体育的全民属性与电子竞技的技术门槛

从普适性角度来讲,体育具有“低硬件门槛、高普适性”的全民基础,电子竞技则依赖于电子设备并受技术和环境限制。《体育概论》将现代体育的构成分为社会体育及群众体育,指通过内容丰富多样的体育活动达到全民身心健康、娱乐、社交等目的,对提高国民素质,促进社会和谐发展等有着重要的作用;学校体育是体育工作的重点之一,是为了促进广大青少年体质健康和身心发展,为培养担当民族复兴大任的国家栋梁筑牢根基,它与学校德育、智育共同构成完整的学校教育体系;竞技体育是一个国家综合实力的体现,是一个国家经济、社会、文化、科技等方面的比拼。反之,电子竞技的高科技性质导致大部分人无法参与,尤其对于老年人而言,他们成长于缺乏电子产品的年代,部分人连基础的手机操作都存在障碍,更难跨越电竞的技术门槛;虽然部分中年人能熟练操作电子产品,但电子竞技选手的职业生涯年龄是16-25岁,导致大部分人错过了“黄金时期”,无法从事电子竞技。但他们自认为“电子游戏”就是“电子竞技”,将大部分休息时间进

行电子游戏,挤压了社会体育的发展空间;青少年是从事电子竞技的最佳人选,但电子竞技的选材门槛较高,无法让所有喜欢“电子竞技”的青少年都成为电竞职业选手。青少年对成为电竞职业选手的向往,会导致从“追求职业”滑向“迷恋网络游戏”,引发不良后果。由此可见,体育运动涉及的范围较广并适用于全龄人员参与。此外,开展体育运动较少受经济条件、地域的限制:无论是青少年大课间的跳操,老年人公园的八段锦、太极拳,还是普通人的跑步,都无需专业设备或高额投入,仅依靠身体就能参与。并且体育活动的城乡差异较低,无论是城镇还是乡村都可以进行体育活动,“村BA”的爆火正是这一特征的生动体现。而高端的电子设备和稳定的网络环境是参与电子竞技必不可少的前提条件。例如,MOBA类游戏需要高性能显卡保障复杂场景的流畅度,避免团战画面卡顿;网络环境更是电子竞技的核心,任何卡顿都会影响竞技结果。综上所述,电子竞技是一项高消费、高技术门槛的活动,而体育是真正推动全民参与的活动,所以从普适性角度来看不能将电子竞技归纳为体育。

### 3 电子竞技纳入体育范畴的社会风险

#### 3.1 偏离中国体育发展道路

习近平总书记指出,体育是使人民健康水平得以提高的重要办法,是达成人民群众美好生活向往、促进人的全面发展的重要方法,是拉动经济社会发展的重要因素,是呈现国家文化软实力的重要依托。“十四五”时期,我国体育事业把习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,在全民健身、竞技体育、体育产业、体育文化、体育改革方面有了巨大的收获,使我国稳步朝着体育强国的方向前进,例如:在全民健身所涉及方面,到2024年的时候,全国体育场地面积增加到42.3亿 $m^2$ ,进行锻炼的人数比例升至38.5%<sup>[7]</sup>。电子竞技的兴起,造成人们使用电子产品的频率增多,减少大众参与全民健身的热情力度、混淆竞技和娱乐的边界定位、挤占体育产业的发展空间范围、偏离体育文化的本质内涵要点,将电子竞技置于体育中,会造成中国体育发展脱离正常方向。

#### 3.2 挤占传统体育发展空间

电子竞技归属于体育范畴,对传统体育发展造成显著的冲击,2024年巴黎奥运会的收视率远低于电竞比赛,电竞比赛的总观看人次超过50亿,当中19岁至30岁这个群体占比高达72%;巴黎奥运会的收视热度有明显的下滑,观看率下降约40%。电子竞技赛事的出现,造成传统体育播放量的下降,导致赞助商对传统体育投资兴趣减弱,投资转移直接削弱传统体育赛事运营能力。电竞快

速发展对体育产业的资源分配格局造成改变,传统体育场馆鉴于使用率低、年轻群体流失等因素,造成政府与资本更倾向于对电竞场馆建设进行资金投入,使传统体育建设空间受到压缩。

#### 4 结语

我们既不能限制电子竞技的发展,又不能将其置于体育体系,并要杜绝“二者对立”的错误思想。电子竞技作为新世纪以来快速发展的世界性文化现象,在推动经济发展、创造就业岗位等方面展现出独特价值,要以正确的方法发展电子竞技。<sup>[8]</sup>由于电子竞技与传统体育的本质属性差异,不能将电子竞技置于体育体系,将电子竞技强行纳入体育体系,既会模糊传统体育“促进身心健康发展”的核心定位,也会让电子竞技失去自身在数字领域的发展特性。电子竞技应找到适合自身规律与发展的体系并予以独立治理,以政策明确行业规范与发展方向,扶持电子竞技建设,进而推动电子竞技的健康、可持续发展。

#### [参考文献]

[1]雷曦,夏思永.对我国电子竞技体育产业发展现状及对策思考[J].北京体育大学学报,2005(8):1033-1035.  
[2]易剑东.中国电子竞技十大问题辨识[J].体育学研

究,2018,1(4):31-50.

[3]周西宽.现代“体育”概念几个问题的探讨[J].成都体育学院学报,2004(4):1-6.

[4]陈易章,侯会生,李凤桥,等.足球比赛中失球时间特征的心理分析[J].北京体育大学学报,2005(7):905-907.

[5]邓依,黄尚军,罗亚姗.“健康中国”战略下运动对青少年心理健康的促进作用[J].田径,2025(2):46-49.

[6]施鹏,许恒,黄美蓉.体育运动对青少年自杀风险的影响与对策[J].中国学校卫生,2025,46(8):1212-1216.

[7]习近平主持召开教育文化卫生体育领域专家代表座谈会强调全面推进教育文化卫生体育事业发展不断增强人民群众获得感幸福感安全感[J].中国公共卫生管理,2020,36(5):765.

[8]杨越.新时代电子竞技和电子竞技产业研究[J].体育科学,2018,38(4):8-21.

作者简介:陈蕾光(2002—),女,回族,内蒙古自治区包头市人,硕士在读,中央民族大学体育学院,研究方向:运动训练;党甜雨(2003—),女,汉族,河南省平顶山市人,硕士在读,中央民族大学体育学院,研究方向:运动训练。