

## 全民健身与全民健康融合中的供需矛盾研究：现状、成因及对策

邓洲 赵明元\*

哈尔滨体育学院，黑龙江 哈尔滨 150008

**[摘要]**本研究旨在发现全民健身与全民健康融合中存在的供需矛盾的现状和成因，并给出相应的对策。本研究主要采用文献资料研究、对比分析与逻辑分析的方法。研究认为单一供给与多元需求的反差矛盾、场地、专业人员的供给乏力与需求强劲的矛盾等一些矛盾是全民健身与全民健康融合中存在的供需矛盾。供给模式的单一、我国当前社会的基本矛盾、复合型人才和运动场地供给不足以及体卫融合迟缓难以形成跨部门的协同效应是造成这些矛盾的主要原因。针对这些矛盾可以采取合理配置运动场地、培养相关运动指导和医疗的复合型人才、依靠互联网的传播和数智化赋能等方法。全民健身与全民健康的深度融合不是单一的某个人或者某个部门能够完成的。而是需要政府、相关指导人员和相关扶持政策的统一协调。

**[关键词]**全民健身；全民健康；供需矛盾

DOI: 10.33142/jscs.v6i3.19728

中图分类号: G818

文献标识码: A

### Research on the Supply-demand Contradiction in the Integration of National Fitness and National Health: Current Situation, Causes and Countermeasures

DENG Zhou, ZHAO Mingyuan\*

Harbin Sports University, Harbin, Heilongjiang, 150008, China

**Abstract:** This study aims to discover the current situation and causes of the supply-demand contradiction in the integration of national fitness and national health, and provide corresponding countermeasures. This study mainly adopts the methods of literature review, comparative analysis, and logical analysis. Research suggests that the contradiction between single supply and diversified demand, as well as the contradiction between weak supply of venues and professionals and strong demand, are some of the supply-demand contradictions that exist in the integration of national fitness and national health. The main reasons for these contradictions are the single supply mode, the fundamental contradictions in China's current society, the insufficient supply of composite talents and sports venues, and the slow integration of sports and health, which makes it difficult to form cross departmental synergies. In view of these contradictions, we can adopt such methods as reasonable allocation of sports venues, training of relevant sports guidance and medical talents, relying on Internet communication and digital intelligence empowerment. The deep integration of national fitness and national health cannot be achieved by a single individual or department. But it requires the unified coordination of the government, relevant guidance personnel, and relevant support policies.

**Keywords:** national fitness; national health; supply-demand contradiction

#### 引言

全民健身与全民健康相互融合是在“健康中国”大背景下，将全民健康与全民健身有机结合成一个整体，实现思想、理论、方法、制度、队伍方面的统一，促使社会大众的健康生活品质不断提升，提高社会大众的健康水平，促进健康产业创新发展，完善健康保障与服务制度<sup>[1]</sup>。

全民健身与全民健康的关系，全民健身是实现全民健康的基础和途径，全民健康则是全民健身的最终目标<sup>[2]</sup>。所以全民健身与全民健康是动态的、循环的关系。但是目

前相关政策还不够完善，没有专门的管理和监督部门，体育和医疗卫生资源在各地区分配不平衡，全民健康与全民健身的服务人才缺乏，体育场地设施落后，并且同质化现象普遍。

本研究关注到了全民健身与全民健康融合的重要性，研究认为，政府可以出台相关政策支持激活体育消费市场，普通高等院校可以加大全民健身与全民健康人才的培养力度，同时增加偏远和落后地区相关经费的投入，实现信息共享和交流，成立相关的管理和监督机构。

全民健身与全民健康的深度融合：第一，会提升个人的身体素质，增加自身的免疫力。同时会减少一些慢性疾病的发病率，对提高个人和家庭的幸福感十分有帮助。第二，可以减少社会总体的医疗成本，减少医疗卫生部门的压力。同时也可以积极应对我国人口老龄化带来的一些问题。第三，可以促进体育经济的发展，满足广大居民多元化的体育需求，同时也可以催生出更多的就业岗位，缓解当前我国社会的就业压力。因此，全民健康与全民健身的融合需要各方一起努力，一起协调配合，使全民健身与全民健康的理念深入人心。

## 1 研究方法

本研究主要采用文献资料研究、对比分析与逻辑分析的方法。文献的数据主要来源于中国知网。本研究首先以“全民健身”和“全民健康”在中国知网进行检索，筛选出相关文献资料。找到相关文献后，通过知网将文献的摘要以 excel 表格的形式导出，阅读相关文献的摘要和关键词，从文献中找出与全民健康和全民健身融合中的供需矛盾相关的信息，同时对这些信息进行整理、统计和分析。最后对这些信息进行总结归纳，从总结归纳的信息中找出全民健身与全民健康融合中的供需矛盾，同时根据现有的问题和相关政策提出解决问题的途径。

## 2 全民健身与全民健康融合中的供需矛盾

### 2.1 全民健身与全民健康融合中的供需矛盾现状

#### 2.1.1 单一供给与多元需求的反差矛盾

我国人口基数大、年龄跨度大，且体质健康水平参差不齐。要想实现全民健身与全民健康的目标，就要照顾到每一个年龄阶段的居民群体。例如，大部分中老年人参与不了对抗激烈的同场对抗性运动项目，大多数中老年人只能参加一些隔网对抗性运动。而一些地区在建设大众运动场地时没有进行针对性建设，从而忽视了中老年人这个群体。同时由于现在我国社会经济快速发展，人们对运动的需求不再局限于传统的一些球类项目，而是追求一些新兴的项目，比如滑雪、攀岩、跳伞等项目。我国公共体育设施建设在地区布局上存在一定的供求差异，公共体育设施类型单一，整体质量有待提高<sup>[3]</sup>。形成了“单一供给与多元需求的反差”<sup>[4]</sup>。进而形成单一供给与多元需求的反差矛盾。

#### 2.1.2 场地、专业人员的供给乏力与需求强劲的矛盾

经济欠发达地区的大众运动场地的配置落后，形成了“空间布局不合理，便民惠民度低”<sup>[5]</sup>。例如，运动场地大多是露天的，非常容易受到天气的影响，容易导致运动场地设施的老化，使用寿命不长。严重的话还会造成安全事故。同时社区运动场地的配置数量也是不均衡的。与城

市核心区域和新建住宅区的配套设施相比，老旧小区与城市边缘地带在基础设施供给上存在场地设施功能单一、健身器材老化等问题<sup>[6]</sup>。2022 年底我国有 250 万名社会体育指导员，每千人配比仅为 1.79，社会体育指导员缺口依然较大<sup>[7]</sup>。无法更好地服务于广大人民群众，无法使广大人民群众更便捷、更科学、更安全地参与到体育运动中。进而形成场地、专业人员的供给乏力与需求强劲的矛盾。

#### 2.1.3 城市医疗系统的需求溢出与农村医疗网络的服务供给断层的矛盾

城乡优质医疗资源的分布两极分化严重，特别是偏远的农村地区，一个村或者一个社区可能就有一名医生。然而这还远远不能服务好广大偏远农村地区的群众，让他们更好地参与全民健身活动。服务全民健康的医疗技术、器械设备、工具药品、医务人员和康养机构等，存在时空差异性<sup>[8]</sup>。特别是中西部地区偏远的农村医疗系统和城市医疗系统两极分化严重，医疗服务供给不足不利于全民健身运动后续开展。进而形成城市医疗系统的需求溢出与农村医疗网络的服务供给断层的矛盾。

## 2.2 全民健身与全民健康融合中的供需矛盾成因

### 2.2.1 供给模式的单一和我国当前社会的基本矛盾

由于我国传统的全民健身公共服务供给模式(自上而下的单一供给)靶向能力不足，民众意愿难以真正实现<sup>[9]</sup>。随着社会经济的发展，我国社会主要矛盾已经转化为人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾。我国人民群众对体育运动的需求由传统的单一项目，转向多元化的运动项目。如足球、篮球等，转变为滑雪、攀岩等多元化户外项目。但是，现在大众户外体育运动项目的旅游区或运动场地的接待能力难以满足广大人民群众的需求。一些冬季的运动项目只能在一年少数月份开展，运动成本也偏高，一些配套设施不足等是造成单一供给与多元需求的反差矛盾的主要原因。

### 2.2.2 复合型人才和运动场地供给不足

我国现有的体育专业人才和基层医疗服务人员的数量无法满足我国广大人民群众的需要。在我国只有少部分普通高等院校开设了体育和医疗交叉专业。2022 年国内平均每 10 万人仅 3.6 名康复治疗师。主要原因是相关高校对复合型人才培养力度不够，这样使得相关复合型人才供给不足。居民在社区附近锻炼“一场难求”，2022 年全国人均场地面积仅为 2.41 平方米<sup>[10]</sup>。规划的大众运动场地没有按照年龄和人群分类，导致居民在进行体育运动时，运动场地不足。无法进行有规律的周期运动，使大众健身人群达不到锻炼的效果。进而造成场地、专业人员的供给

乏力与需求强劲之间的矛盾。

### 2.2.3 体卫融合迟缓难以形成跨部门的协同效应

由于我国的体育部门和医疗卫生部门还是两个并行的部门,从而导致“体卫融合迟缓难以形成跨部门的协同效应”<sup>[11]</sup>。使得全民健身与全民健康难以深度融合,进而无法达到全民运动,全民健康的目的。体育运动的保健性与医疗手段的直接性之间存在矛盾,各层级重医轻体、重治轻防的认知壁垒仍然存在<sup>[12]</sup>。全民健身与全民健康还是处于相对独立、相对分离的状态,二者还没有实现深度融合或者相互融合的完美状态<sup>[13]</sup>。体育部门和医疗部门的融合迟缓,也阻碍了全民健身与全民健康的深度融合。

## 2.3 全民健身与全民健康融合中的供需矛盾解决措施

### 2.3.1 合理配置运动场地

运动场地的配置是否合理直接关系到人民群众是否能更好地参与到体育运动中来,对全民健身起着关键性的作用。第一,可以对不同年龄段的人群按照一定的比例配置不同的运动场地。例如,对老年人群体可以配置对抗较小的羽毛球、门球等场地。而年轻人可以配置对抗激烈一些的篮球、足球场地。这样就可以让不同年龄阶段的人群更好地参与到体育运动中来,体会到体育运动的快乐,更好地发挥体育运动的功能。第二,大众的运动场地应该定期安排检修、维护等。防止因为运动场地老化失修,对运动参与者的健康产生影响。第三,运动场地的数量应该与社区的人数成正比,随着人们收入和余暇时间的增多,人民群众参与体育运动的时间越来越多。第四,运动场地的配置要做到因地制宜,符合当地人民群众的喜好。第五,科学化盘活现有存量、做优预留增量、提高体育空间质量,营造出具有功能复合性、设施共享性的城市体育空间<sup>[14]</sup>。总之,大众体育运动场地的配置必须与人数和不同年龄段的人群成正比。不然难以支撑庞大的大众运动群体进行运动,从而导致全民健身运动难以开展。

### 2.3.2 培养相关运动指导和医疗的复合型人才

参与运动健身的人群大部分都是业余的体育爱好者,进行体育运动大多是为了提高自己的身体素质,保障自身的健康。但是对体育运动中的相关运动损伤的防护和运动技术的完成还处于一知半解的状态。所以,需要相关运动指导和医疗的复合型人才为人民群众提供专业的服务,这样相关运动指导和医疗的复合型人才,对推动全民健身与全民健康融合就显得尤其重要。第一,可以通过医学院与体育学院共同培养复合型人才<sup>[15]</sup>,培养出具备扎实的理论知识和实践技能的复合型人才,从而更好地为人民群众提供专业的服务。第二,推动设立体医融合相关职业

资格及认证体系、规范体医融合人才的培训<sup>[16]</sup>。第三,有关部门应该提高相关运动指导和医疗复合型人才的福利待遇,从而更好地吸纳相关运动指导和医疗复合型人才参与到全民健身的服务中来。相关运动指导和医疗的复合型人才的服务会让全民健身运动变得更加科学,减少大众运动群体的运动损伤,使大众运动群体更加健康地,科学地进行运动。

### 2.3.3 依靠互联网的传播和数智化赋能

当今随着互联网的高速发展,各种各样的短视频和线上直播逐渐进入人民群众的视野。例如,网红健身博主刘畊宏的本草纲目健身操的爆红,带动了许多人开始进行运动。比如,可以建立相关的微信公众号、抖音视频号等短视频平台定期发布科学运动的方法和受伤后的处理措施的视频。依托各大正能量的运动网红和通过各大短视频平台的影响力,来开展全民健身运动,不仅省时而且省力。个体通过线上健身课程可以突破健身互动的时空限制,不仅能够独立进行健身活动,还可以与家庭成员或通过互联网形成的共同兴趣圈进行交流与互动<sup>[17]</sup>。

通过数智化赋能全民健身与全民健康的深度融合。提升科学健身指导效果,丰富科学健身指导方式。增强了治理主体间的互动、畅通了群众参与决策的渠道,激发了各个主体参与体育治理的积极性<sup>[18]</sup>。实现数据共享使各地政府更好地借鉴和交流。数字赋能全民健身与全民健康深度融合既需要理念更新和技术创新,又需要场景创新,还需要政策制度作为保障<sup>[19]</sup>。数字技术的普遍化为助力全民健身普惠化、均等化、减少区域差距带来了可循之路<sup>[20]</sup>。可以通过开发全民健身与全民健康相关 APP,采取分人群对接,提供更加多元化的指导方案和解决措施。同时也可以减少信息不流通、不透明等问题。

## 3 结语

现在全民健身与全民健康融合中的供需矛盾主要存在:第一,单一供给与多元需求的反差矛盾。供给模式的单一,满足不了广大居民多元化的需求。第二,场地、专业人员的供给乏力与需求强劲之间的矛盾。场地和指导人员的不足会减少大家对运动的热情,同时不利于开展全民健身,进而实现全民健康。第三,城市医疗系统的需求溢出与农村医疗网络的服务供给断层的矛盾。优质医疗资源的城乡分布呈现两极分化,突出了全民健身与全民健康的全民性。

全民健身与全民健康融合中的供需矛盾主要成因有:第一,供给模式的单一和我国当前社会的基本矛盾。随着经济发展,大众的需求变得多元化,而配套运动项目的场地和接待能力不足。第二,复合型人才和运动场地供给不

足。高校复合型人才供给和政府场地建设不足第三，体卫融合迟缓难以形成跨部门的协同效应。主要是由于我国的体育部门和医疗卫生部门还是两个并行的部门。

对此，本研究采用以下对策。第一，政府和相关部门应该合理配置运动场地。可以根据当地群众对运动项目的喜爱程度和不同年龄阶段的人群配置运动场地；第二，相关的普通高等院校要大力地培养相关复合型人才，并且要使得我们相关专业的人才成为具备理论能力和实践能力的复合型的人才。这样才能更好地服务于我们的人民群众，提高我国人民群众的体质健康水平；第三，依靠互联网的传播和数字化赋能。可以使得人民群众更便捷和更科学地参与到体育运动中去。全民健康的前提是全民健身，提升个人的身体素质才能为我们的健康保驾护航。

#### [参考文献]

- [1]汪聚伟.“健康中国”的大背景下全民健身与全民健康深度融合的途径研究[J].科技资讯,2021,19(2):232-234.
- [2]张嘉怡.新时代背景下全民健身融入全民健康的路径研究[A].第五届全民健身科学大会论文摘要集——专题报告(一)[C].北京:中国体育科学学会,2024.
- [3]李婷,国勇,许岩,等.多源流理论视角下我国全民健身与全民健康融合研究[J].体育文化导刊,2024(7):53-59.
- [4]王禹,张凤彪.我国全民健身公共服务均等化:价值意蕴、现实基础及路径选择[J].体育文化导刊,2023(4):56-63.
- [5]熊祿全,刘青,向剑锋.以人民为中心高质量发展全民健身公共服务:内在逻辑与实践路向[J].体育科学,2025,45(3):11-25.
- [6]刘苏潇,牟琳,李欣芮,等.社会治理共同体视域下全民健身公共服务治理效能提升探究[J].体育文化导刊,2025(1):54-60.
- [7]季芳,陶相安.全民健身,提升生活品质和幸福感[N].人民日报,2022-6-16(6).
- [8]祝良.体育社会组织促进全民健身与全民健康深度融合:逻辑起点、价值意蕴及实践进路[J].北京体育大学学报,2024,47(9):69-81.
- [9]朱梅新,叶红,熊飞,等.西北民族地区体育公共服务供给现状与对策研究[J].体育文化导刊,2017(4):51-55.
- [10]徐诗视,闫静.论全民健身与全民健康深度融合——基于“主动健康”视域[J].体育文化导刊,2023(2):1-6.
- [11]赵玉琛,卢诗卉,董传升.人口高质量发展需求下体育健康治理创新研究[J].沈阳体育学院学报,2025,44(4):58-64.
- [12]胥祉涵,王世强,余澳林,等.新发展阶段体医融合高质量发展的现实逻辑、阻滞因素及优化路径[J].福建体育科技,2023,42(6):40-46.
- [13]沈小燕.“健康中国”的大背景下全民健身与全民健康深度融合的途径探究[J].当代体育科技,2022,12(15):95-97.
- [14]吕和武,王瑞.论紧凑城市理念下全民健身与全民健康深度融合[J].体育文化导刊,2023(7):32-39.
- [15]孙彦玲.健康中国战略下体医融合人才发展路径研究[J].中国人事科学,2022(8):32-42.
- [16]尤传豹,刘红建.基于动态系统理论的全民健身与全民健康深度融合机理及实践[J].西安体育学院学报,2023,40(1):78-88.
- [17]王莹,车利,陈士亮,等.全民健身信息服务平台线上健身课程体系构建[J].首都体育学院学报,2024,36(5):473-480.
- [18]王颖,张凤彪.数智赋能全民健身高质量发展研究[J].体育文化导刊,2024(1):35-41.
- [19]郑波,梁勤超,唐佳懿,等.数字赋能全民健身与全民健康深度融合的逻辑机理、关键问题与实践进路[J].体育学研究,2024,38(4):53-62.
- [20]冯振伟,曾雨.加快建设体育强国背景下数字赋能全民健身高质量发展研究[J].体育科学,2023,43(4):14-23.

作者简介:邓洲(2002—),男,汉族,湖北荆州人,硕士研究生在读,哈尔滨体育学院,研究方向:学校体育学;  
\*通讯作者:赵明元(1978—),男,汉族,黑龙江省齐齐哈尔人,副教授,研究方向:学校体育学。