

中国特色户外运动的人文价值考量

——基于中外户外运动人文价值的对比分析

杨占东^{1,2}, 于涛¹, 董耀华¹, 布和¹

(1. 北京体育大学体育休闲与旅游学院, 北京 100084;

2. 北京体育大学体育融合出版可视化技术重点实验室, 北京 100084)

摘要:户外运动因其挑战性和刺激性而深受大众喜爱,当下我国户外运动蓬勃发展,但亟待形成中国特色的户外运动人文价值理念以引导户外运动健康有序发展。运用文献资料法、逻辑分析法,对比中外户外运动的人文内涵并提出中国特色户外运动的人文价值,助力我国户外运动产业健康有序发展。中国特色户外运动应体现的人文价值:全人群关怀、多维度结合的健康促进价值;健全人格、锻炼意志的教育优化价值;做大国公民、筑活力中国的文明提升价值;人与自然和谐共生的意识培养价值。

关键词:中国特色;户外运动;人文价值;传统文化

中图分类号:G 80-05

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2024)06-0033-07

Consideration of the Humanistic Value of Outdoor Sports with Chinese Characteristics

——Based on the Comparative Analysis of the Humanistic Value of Outdoor Sports at Home and Abroad

YANG Zhandong^{1,2}, YU Tao¹, DONG Yaohua¹, BU He¹

(1. School of Leisure Sports and Tourism, Beijing Sport University, Beijing 100084, China;

2. Key Laboratory of Visualization Technology for Sports Integrated Publishing,

Beijing Sport University, Beijing 100084, China)

Abstract: Outdoor sports is an important form to promote the all-round development of people. At present, outdoor sports are booming in China. Still, it is urgent to form a humanistic value concept of outdoor sports with Chinese characteristics to guide the healthy and orderly development of outdoor sports. Analyze and compare the humanistic values of outdoor sports in China and abroad using the method of literature data and logical analysis, and put forward the humanistic values of outdoor sports with Chinese characteristics and its practical ways to help the healthy development of outdoor sports in China. The humanistic value of outdoor sports with Chinese characteristics embodies: the health promotion value of the whole people's multi-dimensional care; The education optimization value of perfecting personality and exercising will; The value of Civilization promotion; The value of cultivating the consciousness of harmonious coexistence between man and nature.

Key words: Chinese characteristics; outdoor sports; humanistic value; traditional culture

户外运动是指人们以人力或自然力,在基于自然的环境中开展的体育活动^[1]。西方户外运动起源于18世纪末19世纪初的探险和科学考察活动,我国户外

运动的开展晚于西方一个多世纪,理论的探索和研究更是直到21世纪才开始,且相关研究多借鉴西方研究成果开展^[2]。我国古代不存在也不可能存在现代意义

收稿日期:2024-01-25

基金项目:国家社科基金一般项目“新发展阶段金融支持我国体育产业高质量发展的体制机制研究”(21BTY052);教育部新文科研究与改革实践项目“体旅融合视角下体育旅游学科人才培养模式研究”(2021060014);中央高校基本科研业务费专项资金资助课题“数字技术背景下:体育旅游中具身与虚拟体验的交互逻辑与创新路径研究”(2024RHJS002)

第一作者简介:杨占东(1987—),男,河南周口人,讲师,博士。研究方向:体育旅游、户外运动。

上的户外运动,但我国自古一直崇尚人与自然和谐共生的理念,追求天人合一的人生境界,形成了诸多自然环境下传统养生的身体活动和在自然环境游憩活动,其中蕴含着丰富的人文价值内涵。中国特色户外运动是指结合我国古代户外身体活动文化内涵和西方户外运动项目所形成的我国当代户外运动的一种发展形式。中国特色户外运动是中国式现代化进程中户外运动的重要组成部分,对发展以人为本的户外运动、提升中国户外运动的国际话语权、推动户外运动产业高质量发展、促进人的全面发展具有重要意义。

人文价值一般指关于人自身的意义。理解人文价值,应该把握“人自身的意义”,就是要从“人的生存与发展,人的解放与自由”中去理解与把握^[3]。21 世纪初,随着以人为本的理念深入人心,“人文奥运”的口号响起,人文价值观念的倡导才逐渐在体育界得以默许。体育人文价值观可以表述为:在体育活动中实施人文关怀,倡导以人为本的理念,以人的发展作为体育的根本目标。胡晓明认为提倡探索体育人文观的过程,其实就是弘扬中华民族传统体育文化价值的过程,中华民族传统体育的复兴,离不开体育人文价值观的确立。中国体育应该汲取传统文化营养,把中华民族传统身体活动的潜在优势发挥出来,形成具有中国特色的体育人文思想^[4]。因此,坚持以人为本发展户外运动产业,需考量中国古代户外身体活动的人文内涵,吸收国外户外运动先进人文理念,构建中国特色户外运动人文价值观以提升广大从业者、消费者的价值认同感,指导户外运动产业健康有序发展,助力户外运动产业规模更大、质量更优、动力更强、活力更足、发展更安全,促进人民群众身心健康、提升人民获得感和幸福感。

党的二十大报告指出,要以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴^[5],集中体现了中国式现代化始终坚持以人民为中心,发展为了人民,着力于推动人的内涵式发展,始终面向人的自由而全面发展的终极目标。中国式现代化进程中户外运动的发展也应立足于人的自由而全面的发展,建立起中国特色的户外运动人文价值取向。《户外运动产业发展规划(2022—2025 年)》提出,“十三五”时期,随着全民健身与全民健康深度融合,户外运动逐渐成为人民群众喜闻乐见的运动方式,户外运动产业实现快速发展。“十四五”时期,我国进入新发展阶段,户外运动产业将迎来发展新机遇,户外运动产业发展要以更好满足人民群众的户外运动需求和美好生活向往为目标^[6]。户外运动实践和体育人文价值研究热潮兴起在时间上有一定的重合,

这恰恰显示出户外运动与人文价值追寻的背后逻辑动因,直接关乎人民群众对美好生活的向往。因此,本研究以西方户外运动为参照系,反观中国古代身体活动人文内涵,在中西文化的精髓中提炼中国特色户外运动的人文价值,顺应新时代体育发展的需求。

1 中国古代户外人文价值追求

户外运动项目与户外运动、野外运动、自然运动等概念存在关联^[7]。我国古代诚然不存在现代意义上的户外运动项目,但是在“天人合一”的传统思想影响下,并不乏人与自然共处的身体实践活动,其中蕴含着诸多闪耀光芒的人文价值追求供当下户外运动发展吸收借鉴。

1.1 天人合一的和谐理念

区别于西方二元对立的主体观,中国传统哲学,从先秦时代至明清时期,大多数哲学家都宣扬一个基本观点,即“天人合一”^[8]。在儒释道文化中,皆有提及“天人合一”的概念,即要求人的活动要与世界天地的运转规律相适应,根据自然的变化及时做出调整。天人合一是一种理想状态,是追求人与自然相互适应、和谐相处的价值观念。庄子云:“天地与我并在,万物与我为一”,体现了中国传统主体观的逻辑,即重视人与自然的主体间性。“天人合德、天人不二”“天下一家,万物同体”的境界是中国人格修养的终极性目标,而这种人格境界的追求是人与自然长期共处的结果。中国人天人合一的理念以农耕文明为底色,是在与大自然长期的交往中形成的对人与自然关系的体悟。2021 年 4 月 22 日,习近平总书记在领导人气候峰会上指出:“中华文明历来崇尚天人合一、道法自然,追求人与自然和谐共生。”^[9]这种天人合一的和谐理念可通过自然环境的户外身体活动,如登山探洞、溯溪寻潭、寒江独钓、竹林论剑等来体会契悟,以自然环境的具身体验来体悟孟子所谓“尽其心者,知其性也。知其性,则知天矣”的人天通达之道。

1.2 自强不息的生存意志

古人在与自然、社会及自身的相互作用下的矛盾运动中认识世界,产生了“神无方易无体”的“易”文化,中国古代户外身体活动文化是人生命内在精神与活力的体现,是我国“易”文化的践行。“天地之大德曰生,生生之谓易”,这是大自然宇宙的内在精神,古人深刻认识到人处于天地之间的生存法则,易经《象》曰:“天行健,君子以自强不息。”宇宙不停运转,人应效法

天地,永远不断地前进,启示人们要以自强不息的意志,体会、顺应自然规律以生活。中国传统文化向来看重内在的精神是人之为核心的,本着这种精神生命参与户外身体活动,并在户外身体活动中培养自强不息之生命力。“自强不息”这种生命力是人自为自在的精神意志的能动性,是中华文化最为坚强的内核,是当下我国户外运动发展应包含的核心精神。

1.3 中和之美的养生哲学

在中和之美所蕴藏的丰富含义里,“中”为“喜怒哀乐之未发”,即含蓄;“和”为“发而皆中节”,即适当。中国传统文化讲究阴阳平衡、性命双修,也体现在“中庸之道”的生存哲学中,强调世间万物都应处在其合理、适当的位置,不偏不倚^[10]。中医始终倡导“阴阳平衡”是身体健康的标准,一旦打破了整体的阴阳平衡,身体则会出现各种病症,因此养生应追求“动静合一,尽享天年”的目标。道家认为只有在纯真的自然面前人们才能寻找纯真的“自我”,并提出了一整套养生的思想、理论和方法体系^[11]。道家文化认为,就整个人体而言形体和精神是不可分割的,存则俱存,亡则俱亡,因此道家养生提倡“性命双修”。修性则重于习练内养功法,修命则重于习练外动功法^[12]。由此延伸出了“以内导外”“以外养内”“内外双修”的传统养生功法理念,这些理念都突出证明古人自然养生讲求中和之美。《一笠延龄》中说:“动中思静,静中思动,皆人之情也。更如静中亦动现书,动中亦静垂钓,无论动静,总归于自然。心情开旷,则谓之养生。……最静之人,食后亦宜散步,以舒调气血。好动之人,亦宜静坐片时,以凝形神。”阐述了户外活动中动与静的对立统一关系,充分说明动静结合、阴阳平衡符合自然之道。

1.4 俯仰天地的宽阔胸怀

在中华优秀传统文化中,“和合共生”“天下大同”“以人为本”等理念蕴含着中华民族博大的天下观^[13]。千百年来,“修身齐家治国平天下”“达则兼济天下”等理念涵育了中国人,形成了中国人“为世界谋大同”的天下胸怀。中国人宽阔胸怀的形成是人们和广袤山川河海相处的结果,我国的大好河山是人们拓展胸怀的极佳场所。在大自然游憩的过程中,中国古代文人雅士俯仰天地,抒发了海纳百川的极致胸怀,于个人成就了旷达乐观的通达,于社会成就了“天下一家”的命运共同体眼界,是中国式现代化进程中户外运动发展的重要人文价值依据。王羲之在游憩中有“仰观宇宙之大,俯察品类之盛”的宽广视野;李白乘舟时有“长风破浪会有时,直挂云帆济沧海”的旷达心态;杜甫在登高

时有“会当凌绝顶,一览众山小”的高远志向;陆游在山水间悟出“山重水复疑无路,柳暗花明又一村”的豁达哲理。在俯仰天地间的体悟汇成了中国人宽阔的胸怀,这是中国户外运动所应有的人文价值内涵。

1.5 悠然自得的纯粹快乐

南朝宋诗人谢灵运在《游名山志序》中云:“夫衣食,人生之所资;山水,性分之所适。”说明人对自然之需求几乎与衣食等同,古代文人士大夫更是有着深挚的山水情结,他们崇尚自然、回归自然,享受精神家园的纯粹悠然。《论语·先进第十一》:“暮春者,春服既成,冠者五六人,童子六七人,浴乎沂,风乎舞雩,咏而归。”曾点对孔子关于志趣的回答描写了一幅简单质朴、安然自在的户外活动现场,表现了曾点不慕功名、回归自然的朴实志向,得到了孔子“吾与点”的认可。在沈括的《洞天游录》中有记载“钓用纶竿,竿用紫竹。纶不欲大,竿不宜长,但丝长则可钩耳。豫章有丛竹,其节长而直,为竿最佳,长七八尺,敲针作钩,所谓‘一钩掣动沧浪月,钓出千秋万古心’。是乐志也,意不在鱼。”表现出古代鱼竿的考究,且用具的考究是为了户外活动的情趣,古人钓鱼意不在鱼,而在乐志。户外运动是一种自然环境中的游戏,其本质追求是纯粹的快乐,古人悠然自得的志趣体现为一种游戏精神,对当下中国户外运动游戏精神的回归具有重要启示^[14]。

1.6 以礼育人的教养之道

在中国古代的道德教化手段中,部分涉及了身体运动的方式,以体现君子德行的“六艺”中的射礼为例,在比赛过程中要求“以德引争”与“其争也君子”的道德境界,在形式上体现为对长幼秩序、进退礼仪的高度重视,参与运动的首要目的是培养优良的品质^[15]。比赛的竞技结果反而不被重视,表现为德行为重、竞技为轻的特点。身体运动中的繁琐形式与规则对参与者、旁观者的礼乐教化由此达成,在潜移默化中形成“非礼勿视、非礼勿听、非礼勿言、非礼勿动”的思想观念^[16],礼乐教化的思想本质上是一种整体性的教育,将哲学、美学、礼仪规范等各方面的教化内容融合于“六艺”、四书、五经等。优秀传统礼教文化其形式与内涵应与时俱进,这是独属于中华民族的礼教传承。新时代的教养之道应是自由、进步的,在户外运动中对壮美又复杂的大自然的探索,以中华文化底蕴涵养户外参与者的德行,应成为以礼育人的崭新目标。

2 西方户外运动人文价值研究

习近平总书记在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上的讲话中指出,要加快推进体育改革创新步伐,更新体育理念,借鉴国外有益经验,为我国体育事业发展注入新的活力和动力。^[17]本研究经过梳理和分类国外户外运动人文价值研究的相关文献,发现研究领域主要集中在如下四个方面:户外运动与健康、户外运动与教育、户外运动与社会、户外运动与自然。

2.1 户外运动的健康人文关怀

古希腊哲学家柏拉图和亚里士多德将身体锻炼视为一种完善人的手段。柏拉图在其哲学中提倡身心的和谐,这一点在《理想国》中得到了充分体现。他认为,一个健康的社会需要有智慧和勇气,而这些品质可以通过体育锻炼来培养,身体健康被视为实现心灵美德的基础。亚里士多德则在《尼各马科伦理学》中提出了“中庸”原则,强调在所有事物中寻找平衡,包括身体活动,他认为身体锻炼对于保持健康至关重要,但也警告过度或不足都是有害的。亚里士多德的理想是一种身体锻炼均衡的生活方式,既非极端的放纵,也非过度的苦行。

转向近代,健康观念在中世纪长期的身体压抑后发生转变,尤其是在尼采的著作中。尼采在《查拉图斯特拉如是说》中,他反对当时普遍的禁欲主义健康观,认为强健的身体是实现个人意志力和创造力的基石。尼采的哲学中,户外活动、身体锻炼和个人挑战是实现自我超越的手段。

现代户外运动除对身体健康的促进价值外,户外运动对人的心理状况的改善在上世纪末逐渐为人所知。以山地为主要目的地的徒步露营运动为例,Corazon 等学者提出进入大自然后参与者可以逃离日常生活的压力,获得包括对环境的新奇体验、发挥主观能动性在内的环境恢复性感知^[18]。参与户外运动可以为人构筑一道隔绝世俗劳作事务的明显边界,在运动过程中体会丰富的不确定性,超越日常对自我的局限,为运动技能与能力创造了绝对自由的发挥条件,获得对自我需求的满足与对精神的放松和恢复^[19]。

2.2 户外运动的教育人文关怀

古希腊时期的教育体系是体育和智育相结合的,体现在他们对“美德”(arete)的追求,这个词同时指

代了道德上的优秀和体育上的卓越。柏拉图在《理想国》中提倡体育教育,以平衡音乐和诗歌对灵魂的影响,亚里士多德也强调了身体训练对于培养均衡个性的重要性。转到中世纪和近代欧洲,体育教育的重要性一度衰退,主要由于教会对教育的控制和对身体锻炼的轻视。然而,到了启蒙时期,教育理念出现了重大转变。卢梭在《爱弥儿》中主张“教育应该符合人的自然发展”,他强调儿童应该通过互动来学习,而不是被动地接受教育。户外活动,作为与自然互动的方式,被认为是一种理想的教育形式,能够促进身体和感官的发展,同时也是道德和情感发展的一个重要方面。在美国,进步主义教育哲学家约翰·杜威强调实践和经验在教育中的重要性,他在《学校与社会》中提出学习应该是主动实践和与社会互动的过程。户外教育在这个理念中占据了核心地位,因为它提供了真实的环境,让学生们能够通过探索、实践和体验来学习。

这些哲学观点和教育实践影响了今天的户外教育,不仅仅关注体育技能的培养,更强调通过户外活动培育学生的观察力、问题解决能力、团队合作能力和对自然环境的尊重。Gill 分析了 71 份关于小学生户外体验的研究,发现户外运动在心理健康、情绪管理、获取环境知识与改变对待环境的态度方面对学生存在益处^[20];Becker 对小学班级每周的户外教育课程对学生的影响进行了研究,发现户外运动能够显著培养学生的团队协作能力,提升学生的心理承受能力^[21];Mygind 等分析了 84 份关于学生户外沉浸体验研究,发现户外教育对学生有一系列关于心理、身体和社会健康的快速效应^[22];Miller 等对接受户外教育的小学生进行调查,发现户外教育对学生学习成绩的提高和学生的社会化发展具有显著影响^[23]。

2.3 户外运动的社会人文关怀

社会公平与体育的关系可追溯至亚里士多德的正义概念。在《政治学》和《尼各马科伦理学》中,亚里士多德区分了分配正义和纠正正义。他主张一个公正的社会应当能够根据每个人的贡献来分配荣誉、财富和其他资源。在体育领域,这意味着每个人应当有机会参与体育活动,展示其优势和才能。

近代,康德的社会契约理论在《法的形而上学原理》中得以阐述,他将正义理解为自由的共存。在康德看来,法律和秩序是社会安全和稳定的基础,公民通过遵守普遍法则而共同生活。体育活动在这一框架下,可以视为社会契约的一个缩影,通过规则和公

平竞争,体育活动促进了个体对社会秩序的尊重和理解。在美国,户外运动充分体现了其民主价值观,即对自由、独立和个人主义的尊重,这可以在梭罗的哲学观点中找到深刻的体现,他在《瓦尔登湖》这本书中描述了他户外生活两年的经历,以此逃避社会的压力和复杂性,追求自己的理想生活。梭罗的观点深深影响了美国户外运动文化,他的著作强烈鼓励人们去户外探索,享受与自然的连接,并通过户外运动寻找独立和自由。总的来说,从亚里士多德的正义概念,到康德的社会契约理论,再到梭罗对个体自由的强调,体育和户外运动一直是社会价值体系的重要组成部分,它们不仅为个体提供了发展的机会,也促进了社会整体的和谐与进步。

现代学者的研究集中在户外运动对于社会创新、社会公平、公共安全等方面的影响。Fedosov 等研究证明,户外运动通过其调节生活、促进交往等方面的作用对社会创新能力和技术进步产生了积极影响^[24];Barbara 等通过系统分析户外运动对社会益处的相关研究,总结出户外运动形成长期健康的生活方式、促进终生学习、提升公民责任意识、减少犯罪和反社会行为等人文价值^[25];Birrell 对澳大利亚户外运动的女性参与历史进行了研究,认为户外运动的全人群普及有利于提升社会公平^[26];Wood 等通过对城镇老年人进行调查研究发现,户外空间活动能够有效促进健康老龄化^[27];Shinew 等研究了拉丁美洲青少年参与户外运动和犯罪发生率的关系,发现户外运动对于预防青少年犯罪具有积极作用^[28]。

2.4 户外运动的自然人文关怀

探讨自然与人类关系时,卢梭的思想提供了一个关键的视角。卢梭在《论人类不平等的起源和基础》中,表达了对自然状态的人类和社会进步的深刻反思,认为人类在自然状态下是自由、平等,而文明的进步带来了不平等和人类的堕落。他推崇的“回归自然”的理念,并不是主张人们放弃文明,而是倡导一种更加和谐的生活方式,人们能够在不破坏自然环境的前提下与自然共存,这成为了现代西方户外运动重要的价值理念。

现代环境伦理学扩展了卢梭关于自然的思考,致力于研究人类与自然环境的关系,以及我们对自然界的道德责任。环境伦理学家,阿尔多·利奥波德在其著名的作品《沙乡年鉴》中,提出了“土地伦理”的概念,强调人类社会的一部分是土地共同体,包括水、土地、动植物以及人类自身。在这一视角下,户外活动

成为了一种实践环境伦理的途径,通过直接接触自然,人们可以学习尊重自然、理解生态系统的复杂性,并培养负责地对待环境的态度。

在这些哲学观念的观照下,现代西方的户外运动衍生出了多种户外环境保护原则。其中最为著名的莫过于20世纪80年代在美国兴起的“无痕山野”原则,又被称为“不留痕迹”原则^[29]。要求参与者在自然环境中尽可能降低人为活动的影响,例如收纳垃圾、减少营火范围、远离野生动物等^[30]。随着该理念的普及,许多学者开展了相关研究,Mobley 的研究证明审美体验充分融入了各个户外运动项目进行的过程,在运动过程中对参与者进行环境保护教育,由于其特殊的教育环境与充分实践的特性,参与者甚至可能亲眼见证被不文明行为破坏的风景,其影响力远高于日常生活中的同类宣传^[31]。

3 中国特色户外运动人文价值

经过对中国古代户外运动人文价值的探究和对国外户外运动人文价值研究的综述,对中外户外运动人文价值做出如表1的对比分析,进一步结合我国户外运动发展实际,提出中国特色户外运动人文价值。

表1 中外户外运动人文价值对比

中国古代户外运动	分类	西方户外运动
中和之美的养生哲学、悠然自得的纯粹快乐	健康人文关怀	身体形态健美、生理机能提升缓解日常生活压力、新奇体验目的地依恋、恢复性感、高层次需求满足、特殊人群关怀
自强不息的生存意志、以礼育人的教养之道	教育人文关怀	情绪管理、心理承受能力促进社会化、提升学习能力
俯仰天地的宽阔胸怀	社会人文关怀	促进创新和技术进步、促进健康老龄化、提升公民责任意识、提升社会公平预防犯罪
天人合一的和谐理念	自然人文关怀	挑战自然、环保理念传播、可持续发展意识提升、环境责任行为培养

在健康人文价值方面:首先,中国古代对健康的认识持身心合一观,讲求内外兼修的中和之道,西方则将运动对身体和心理健康的益处有所分隔,且过分

追求动态之美,不能达到性命兼修、阴阳平衡、动静结合的境界。其次,中国古代人的户外运动往往追求纯粹的快乐,少有功利心的掺杂,乐在户外运动本体而非当下本体之外带给参与者的社会符号与身体赋权。最后,国外户外运动经过长足的发展,其健康关怀价值普及了女性、老年人、青少年儿童、残疾人等多个群体,体现了对全人群参与的重视,这是我国户外运动还未能比及的。

在教育人文价值方面:国外户外教育具有丰富的经验,在实践层面普及度高、教育效果好、社会认可度高。从效果来看,国外户外教育产生的积极效果恰恰是中国古代理念的实践阐释,户外运动提升情绪管理能力、心理承受能力、综合学习能力的价值,正是在培养“自强不息”的生存意志,而通过户外运动促进学生社会化的过程恰恰反映了“以礼育人”的教养之道。因此,我国古代户外运动的教育人文价值正是西方所表现出教育人文价值的底层逻辑,体现了中华优秀传统文化的博大精深,以传统文化为底层理论发展户外运动,结合西方户外教育实践经验是可行之路。

在社会人文价值方面:国外的研究十分细致,涵盖多种领域,对我们的户外运动发展具有广泛借鉴意义。一言以蔽之,户外运动诸多的社会人文价值其根本上是公民家国情怀的体现,其基础是公民对于祖国山河的热爱及其“宽阔胸怀”的培养,即已在我国古代户外运动人文价值中更宏观地体现了。

在自然人文价值方面:受二元论的影响,国外多持通过户外运动挑战自然、战胜自然以突出自我的理念,这不同于我国古代追求“天人合一”融入自然、涵养自我的理念。另外,国外十分重视户外运动过程中的环境保护行为,以及通过户外运动宣传环境保护理念,而我国在这方面还有所欠缺,需要通过“天人合一”、人与自然和谐共生的价值理念进一步引导。

3.1 全人群关怀、多维度结合的健康促进价值

参与户外运动对促进身心健康有极大益处,且户外运动包含的项目种类丰富,难度梯级明显,对开展运动的场地要求宽容度高,包括少年儿童、中青年、老年人在内的各个年龄段的运动技能水平、身体素质条件不一的群体都可以参与其中。甚至在条件成熟的情况下,一些残障人士同样可以参与其中,人群覆盖面极大,是全民健身实现全人群关怀的重要抓手。

习近平总书记强调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^[17],户外运动发展应充分挖掘

在与大自然深度互动中蕴藏的多维健康促进价值。在生理机能与运动素质得到锻炼、提升的同时,参与者的精神健康、体验感知与社会交往等多维度均可产生积极影响。参与者可以沉浸在远离生活压力、隔绝琐事困扰的宁静环境中获得内心世界的修复、探索精神力量的源泉,同时在与同行者的协作过程中构建高质量的人际关系。除此以外,在户外教育领域中,拓展训练对特殊群体或处在特定阶段群体的心理问题亦有改善作用。因此,在户外运动产业未来发展的进程中,应该进一步拓展消费市场覆盖面,提供高质量、有针对性的产品与服务,不断满足人民群众多层次、多元化的户外运动需求,为健康中国建设贡献力量。

3.2 健全人格、锻炼意志的教育优化价值

习近平总书记在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上的讲话中指出,要坚持健康第一的教育理念,加强学校体育工作,推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锻炼意志。^[17]当下,在学校体育层面,我国儿童、青少年体育参与深度不足,难以形成终身体育习惯,导致“小胖墩”“小眼镜”增多,部分青少年缺乏“男子汉”气概,意志力不强;在群众体育层面,“久坐不动”“眼不离屏”的生活、工作方式导致成年人诸多的身体、心理问题。这些现象的产生反映出当下社会对我国古代户外运动教育人文价值认识的缺失,也体现出我国体育教育培训对国外优秀户外教育经验吸取不足。因此,我国古代户外运动所表达出的“自强不息的生存意志”“以礼育人的教养之道”是中国式现代化进程中户外运动教育、培训应参考的重要理论依据。

3.3 做大国公民、筑活力中国的文明提升价值

户外运动有助于培养家国情怀。在中华优秀传统文化中,天下观、和谐共生、天下一家等理念为人们树立了追求和平、和谐、团结的目标,这是大国公民所应具备的格局。户外运动作为人与自然、人与人之间互动的载体,对于培养人们的家国情怀具有积极意义。通过参与户外运动,在与我国大好河山互动中,人们可以更深入地了解国土特色、地域文化,从而增强对中国传统文化价值的认同感,强化文化自信。

户外运动有助于构筑活力中国。在中国式现代化进程中,经济发展与提升人的身心素质同等重要。户外运动对于增进人们的身心健康具有显著作用,可以有效缓解现代社会中所面临的种种压力,提升人们的幸福感,减少犯罪率。同时,户外运动在激发人们

积极向上、乐观进取的精神力量方面具有独特价值。在全球化背景下,中国式现代化需不断创新突破,而户外运动则有助于塑造一代又一代勇于挑战、担当奉献、文明守礼的时代新人,为构建活力中国提供不竭动力。

3.4 人与自然和谐共生的意识培养价值

绿水青山就是金山银山,“天人合一”的和谐理念启示户外运动应该践行人与自然和谐共生的发展理念。户外运动项目对自然环境的依赖决定了户外运动产业可持续发展的唯一选择,是加强行业参与者的环境保护意识。在以登山、徒步、露营等山地户外项目为主的体验式环境教育中,参与者可以在体验运动乐趣和享受自然美景的同时,潜移默化地增强相关知识与技能。与“无痕山野”理念倡导的“只留下脚印、只带走回忆”的主旨类似,人们在进行消费的同时应该树立“像保护眼睛一样保护自然和生态环境”的理念。在自然环境中,参与者的感官受到新事物持续高强度的刺激,认知学习能力被高度激活,对活动过程中所学所感形成深刻记忆,并形成固定的行为模式。当更多人在户外实践中学习基本的环保理念后,良好的行为习惯被带入日常生活与工作环境中将形成规模效应,培养人们绿色生活的习惯。

4 结论

户外运动起源于西方,在发展过程中逐渐体现出了内涵丰富的人文价值,进而实现了户外运动产业的长足发展。我国对体育人文价值的追求在时间上与我国户外运动实践有所重合,两者背后暗含的逻辑关系表明户外运动对于体育人文价值的建立具有重要价值。我国历史文化丰富,中国古代户外身体活动所散发出的人文光芒是现代西方户外运动项目的有效补充和进一步扩展。我们应吸取和借鉴西方户外运动项目发展的先进经验,结合中国古代户外运动人文价值内涵,发展中国特色户外运动。为丰富人民精神世界,促进物质文明和精神文明相协调的现代化,促进人的全面发展开拓新的有效途径。

参考文献

- [1] 马欣祥,田庄. 对户外运动概念的重新甄别与界定[J]. 中国体育科技,2015,51(01):140-145.
- [2] 陈昆仑,李璞,刘小琼,等. 西方户外运动研究进展:历程、

- 内涵与议题[J]. 山东体育学院学报,2021,37(06):42-51.
- [3] 许苏民. 人文精神论[M]. 武汉:湖北人民出版社,2000:9-10.
- [4] 胡小明. 21世纪中国体育人文价值观念的确立[J]. 体育文化导刊,2010(01):134-137.
- [5] 习近平. 高举中国特色社会主义伟大旗帜为全面建设社会主义现代化国家而团结奋斗[N]. 人民日报,2022-10-26(01).
- [6] 国家发展改革委等部门. 促进户外运动设施建设与服务提升行动方案(2023—2025)[EB/OL]. (2023-10-17)[2023-12-03]. https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202311/content_6913978.htm.
- [7] 陈昆仑,牛笛,赵杰,等. 中西方户外运动项目分类对比与启示[J]. 体育学刊,2022,29(06):99-104.
- [8] 张岱年. 中国哲学中“天人合一”思想的剖析[J]. 北京大学学报(哲学社会科学版),1985(01):3-10.
- [9] 习近平. 共同构建人与自然生命共同体——在“领导人气候峰会”上的讲话[N]. 人民日报,2021-04-23(02).
- [10] 魏胜敏. 中国传统导引养生术的方法论特征及其当代价值[D]. 福州:福建师范大学,2012:93-94.
- [11] 杨建华. 道家健康养生文化以及对休闲体育的现实意义[J]. 体育与科学,2010,31(01):64-66.
- [12] 赵意迎. 生态体育观与传统养生文化的比较研究[J]. 山东体育学院学报,2008(08):33-35.
- [13] 李辽宁,魏倩倩. 天下情怀:中国共产党胸怀天下的情感密码[J]. 思想教育研究,2022(03):10-17.
- [14] 杨占东,于涛,赵晨蕾. 中国式现代化背景下体旅融合发展思考[J]. 体育文化导刊,2024(03):16-22.
- [15] 曾繁仁. 礼乐教化与中和之美——中华美学精神的继承与发扬[J]. 山东大学学报(哲学社会科学版),2016(04):1-11.
- [16] 吴洁,武学军. 平和之中见风神——儒家文化影响下的中国体育[J]. 理论月刊,2007(04):67-69.
- [17] 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[N]. 人民日报,2020-09-23(02).
- [18] CORAZON SS, SIDENIUS U, POULSEN D V, et al. Psychophysiological stress recovery in outdoor nature-based interventions: A systematic review of the past eight years of research[J]. International Journal of Environmental Research and Public Health,2019,16(10):1711.
- [19] REID H. Introduction to the philosophy of sport[M]. Maryland:Rowman & Littlefield,2022.
- [20] GILL T. The benefits of children's engagement with nature: a systematic literature review[J]. Child Youth and Environ, 2014,24(02):10-34.

(下转第 87 页)

等紧密结合起来,可以进一步提升赛事的社会价值,为城市的可持续发展和社会进步做出更大的贡献。

4 结语

综上所述,大学生体育赛事作为我国体育赛事的重要组成部分,它对办赛地产生社会效益、经济效益以及对大学生群体具有教育和文化交流意义。尽管目前国内大学生体育赛事的发展尚未成熟,面临诸多的发展困境,在组织运营、市场开发等方面仍有许多亟待改进的地方,福建省仍率先迈出改革的步伐,将大学生体育赛事的举办放到各地方政府,借助高校体育赛事管理的专业能力和地方政府、企业的资金支持,解决大学生体育赛事在资金方面的燃眉之急,开发大学生体育赛事商业价值,发挥赛事的社会影响力,为大学生体育赛事的发展注入了动力和活力。期待在不远的未来,地方政府能协同高校、专业协会与相关企业,提升国内大学生体育赛事的组织运营管理能力,充分释放赛事的品牌价值和综合效益。

参考文献

- [1] 黄海燕,张林. 体育赛事的基本理论研究——论体育赛事的历史沿革、定义、分类及特征[J]. 武汉体育学院学报, 2011, 45(02): 22-27.
- [2] 王进,王雪峰. 论我国高校体育赛事开发[J]. 湖北体育科技, 2010, 29(02): 210-211.
- [3] 李晓鹏,李忠伟,郝家春,等. 我国高校体育竞赛体系现实困境与优化策略[J]. 体育文化导刊, 2022(08): 1-7.
- [4] 魏德祥,王健. 我国学校体育场地动态发展的特征分析——基于全国体育场地“五普、六普”的数据挖掘视角[J]. 体育科学, 2017, 37(02): 16-27.
- [5] 矫杰,杜放. 我国高校体育赛事商业化运作的现实困惑与优化路径[J]. 山东体育科技, 2019, 41(06): 18-22.
- [6] 秦国飞. 基层群众体育赛事中异常行为和治理对策的研究[D]. 太原: 山西师范大学, 2020.
- [7] 西宗凤. 高校体育赛事对高校体育精神文化的影响——以安徽省十所高校为例[J]. 成都体育学院学报, 2009, 35(01): 89-91.

[责任编辑 江国平]

(上接第39页)

- [21] BECKER C, LAUTERBACH G. Effects of regular classes in outdoor education settings: a systematic review on students' learning, social and health dimensions [J]. Int J Environ Res Public Health, 2017, 14(05): 485.
- [22] MYGIND L, KJELDSTED E. Mental physical and social health benefits of immersive nature experience for children and adolescents: A systematic review and quality assessment of the evidence[J]. Health Place, 2019, 58: 102136.
- [23] MILLER NC, KUMAR S. The outcomes of nature-based learning for primary school aged children: a systematic review of quantitative research[J]. Environ Educ Res, 2021, 27(08): 1115-1140.
- [24] FEDOSOV A, MENCARINI E. Towards understanding digital sharing practices in outdoor sports [J]. Proceeding, 2016 (17): 861-866.
- [25] EIGENSCHENK B, THOMANN A, MCCLURE M, et al. Benefits of outdoor sports for society. A systematic literature review and reflections on evidence[J]. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2019, 16(06): 937.
- [26] BIRRELL C L. Eyes Wide Shut: A history of blindness towards the feminine in outdoor education in australia[J]. The

Palgrave International Handbook of Women and Outdoor Learning, 2018, 5 (04): 473-488.

- [27] WOOD GER, PYKETT J, STATHI A. Active and healthy ageing in urban environments: laying the groundwork for solution-building through citizen science[J]. Health promotion international, 2022, 37(04): 1-13.
- [28] SHINEW K J, STODOLSKA M, ROMAN C G, et al. Crime, physical activity and outdoor recreation among Latino adolescents in Chicago [J]. Preventive Medicine, 2013, 57(05): 541-544.
- [29] 杨占东,赵晨蕾,董耀华,等. 露营旅游者环境责任行为的形成路径研究——基于不留痕迹态度的中介作用[J]. 干旱区资源与环境, 2023, 37(05): 177-183.
- [30] GEZHI C, XIANG H. From good feelings to good behavior: Exploring the impacts of positive emotions on tourist environmentally responsible behavior[J]. Journal of Hospitality and Tourism Management, 2022, 50(01): 1-9.
- [31] MOBLEY C, VAGIAS W M, DEWARD S L. Exploring additional determinants of environmentally responsible behavior: The influence of environmental literature and environmental attitudes[J]. Environment and Behavior, 2010, 42(04): 420-447.

[责任编辑 江国平]