ISSN：3078-8994
EISSN：3104-4492

全民健身活动兴起中道德建设的思考

Shirley Dong[1] 吴峰[2] 李晓雷[3] 董晓丽[2]

1. 新西兰华康康复中心，新西兰 惠灵顿 5010

2. 沈阳药科大学，辽宁 沈阳 110016

3. 沈阳医学院，辽宁 沈阳 110013

摘　要：全民健身活动旨在提高国民素质和健康水平，激发中华民族奋发向上、坚韧不拔的体育精神，推动体育强国和健康中国的建设与发展。本文运用逻辑分析法、举例说明法、文献资料分析法对全民健身活动中的道德现实进行考察与梳理，分析了一些值得关注的道德现象，从宏观、中观及微观，即国家、企业和个人三个层面提出了全民健身活动中道德建设的对策，以此来促使各方主体在健身运动中树立正确的道德观念和价值取向，维护运动的公平性和公正性，为全民健身运动创造积极、健康和有益的环境，促进中国式现代化进程中物质文明和精神文明共同推进。

关键词：全民健身活动；道德；政府；企业；公众

0 前言

全民健身是指全国人民，不分男女老少，增强力量和柔韧性，增加耐力，提高协调和控制身体各部分的能力，从而使人民身体强健。全民健身以青少年和儿童为重点，倡导全民做到每天参加一次以上的体育健身活动，学会两种以上健身方法，每年进行一次体质测定[1]。健身活动能有效缓和经济不断发展、生活压力和工作强度不断增大的情况下所面临的身体健康问题，实现全民共建共享的美好幸福生活。同时，全民健身担负着体育强国和健康中国的双重任务。国家通过组织和引导全民健身活动，能发现、选拔和培养优秀体育人才，提升国家的体育竞技水平，增强国家软实力。

全民健身实施的对象是全体人民，覆盖日常生活领域，时空的广泛性和人员的众多性更加需要秩序的维护和道德的规约。近些年国家和地方颁布的文件及学者们的研究多集中在如何增加健身场地和设施，提升全民健身活动服务质量，促进此项活动快速发展，而较少关注其间所涉及的道德问题。从全民健身自身的特点出发，去考察全民健身活动中的一些道德乱象，去寻求这一领域道德建设的对策，保证公众享有良好的健身环境，提升健身质量，保障全民健身活动健康有序地发展。同时，有助于大力弘扬友善、互助、诚信及公正等道德观念，构建一个良善的生活空间和风清气正的社会环境，促进中国式现代化进程中物质文明和精神文明的协调发展。

1 全民健身活动中的道德现象分析

广大群众日益认识到了健身运动的重要性，全民健身运动正在蓬勃发展起来[2]。总体而言，公众的道德素质较高，能遵守相应的道德规范，但也有一些不道德的现象值得我们去关注和避免。

1.1 对他人生活的干扰

在全民健身领域中，要警惕播放音乐噪声扰民，挤占他人空间，不文明交流升级矛盾冲突等等个别道德失范现象，防止上升到普遍问题。如广场舞是我国公众参与人数最多的大众项目，据统计，我国广场舞参与人群数量达到了 1 亿[3]，广场舞俨然成为了中国第一运动。它因节奏明快、技术门槛低而在当下广受欢迎，增进了民众健康，娱乐身心，但在其中一系列道德问题也引发了学者和公众们的普遍关注。在中国知网上，有 237 篇文章的主题是广场舞扰民，形式主要集中在噪声扰民、挤占场地及由此引发的各种矛盾冲突。中央电视台新闻 1+1 栏目调查结果显示，24.01% 的人认为广场舞最大的问题是挤占他人公共空间利用权，71.60% 的人认为是噪音太大，甚至还有 4.4% 的人认为是堵塞交通。

1.2 对环境设施的破坏

我国参与全民健身活动的人数达到了 4 亿多，总体而言，公众的素质较高，有环保意识，但也出现了一些不尽如人意的地方，乱扔垃圾造成了环境的污染，游泳、划船和运动场馆的维护可能会对水生态造成压力，商家提供的健身环境不合格等等。此外，还存在着一些健身者对小区和广场上的器材使用不当导致设备损坏；穿着普通鞋进入球场造成地面破坏；商家所提供的健身装备质量不合格等等，这些问题也经常被媒体所关注。这些现象作为个案存在，不具有普遍性，但应该引以为诫，防微杜渐，加强教育和管理，净化健身环境，提升健身质量。

1.3 对网络道德的违背

网络道德是指人们在网络空间中应该遵守

ISSN：3078-8994
EISSN：3104-4492

的一系列道德准则和行为规范。网络道德的核心价值观包括尊重个人权利和隐私、保护他人利益、维护网络安全、促进公平公正等。“互联网 +”的健身方式，突破了时间和空间限制，为忙碌的年轻人提供便捷的健身方式[4]，但同时也出现一些网络道德问题，其中最突出是个人信息安全问题，主要表现为：APP 过度收集数据，除了收集手机号码及地理位置外，还收集用户身高、体重、心率等个人隐私，如果拒绝提供就被限制使用部分功能，或者自动关联收集好友信息；大部分的健身 APP 没有详细的告知所收集数据的使用场景、收集目的和保存方式。

2 全民健身活动中道德建设的对策

全民健身活动是一项由国家体育总局和相关部门、群众组织和社会团体共同推行的国家战略，许多企业和商家以市场主体的身份为健身活动提供各种器械和服务，受益者是全体人民。全民健身是一项宏大的社会系统工程，具有系统性和整体性。从参与的主体角度，可以分为宏观、中观和微观三个层面。宏观层面即政府层面，中观层面最关键的是企业，微观层面即广大健身者。全民健身活动中的道德建设，需要从这三个层面去把握。具体而言，国家立法机关需要加强相关立法工作，行政机关需要加强监督管理；企业需要加强经济伦理建设；广大健身者需要提升个人品德修养。如此形成合力，为全民健身提供良好的环境和精神支持，推动全民健身事业的快速发展。

2.1 宏观层面：加快立法进程和加强监督管理

2.1.1 加快立法机关的立法进程

道德和法律同为上层建筑，虽然两者在调节领域、调节方式、调节目标等方面存在很大差异，但两者相互促进、相互补充。道德强调的是自律，法律强调的是他律，对于道德领域无法通过自律实现的要求，必须通过强制性的法律来进行监督和约束。全民健身活动是关涉全体人民的大工程，想要健康发展，必须将其纳入法治的框架中，尤其是加强立法工作，使全民健身活动有法可依。

虽然目前全民健身的立法很多，但大多数规定的内容都是集中在对各级政府如何协调全民健身工作、如何分配健身资源及大力提供健身服务等方面，即对组织者和管理者进行规范。用法律去约束组织者和管理者的行为是必要的，但也应该关注如何约束广大参与者的行为，针对全民健身活动出现一些道德乱象，应该加强立法的针对性和惩戒性。首先，要制定有针对性的法律，发现目前全民健身活动中需要关注的道德问题或目标，分析其性质和范围，通过充分的数据分析去了解问题的实际情况和特征，进行深入分析和评估，制定出有效果的相关法律。广场舞扰民的立法推进可以成为这一工作的参照，在《中华人民共和国民法典》中规定了公民的生活安宁权，其中广场舞和噪音、狗叫一起成为侵犯安宁权的行为。其次，全民健身活动中已经通过相关立法都是规定性和建设性的，缺少整治乱象的惩戒性法律。惩戒性的法律要根据情节程度来制定具体的刑事、行政和经济惩罚措施，设定威慑机制，对违法行为进严厉处罚，警示他人，维护全民健身活动的良好秩序。

2.1.2 加强行政机关的管理监督

全民健身中出现的部分道德冲突是由于健身场地和设施有限而引发的，所以政府应该加大全民健身资源的投入力度，扩展健身空间，尽快落实《全民健身计划》中的推进步道体系和体育公园建设、补齐 5000 个以上乡镇（街道）全民健身场地器材等新政策举措，提升服务意识和服务水平。同时，加强公众参与反馈机制，通过各种渠道收集公众建议，提高全民健身事业的透明度，及时纠正有违道德行为以保证全民健身事业的健康发展。

在乱象治理中，政府要加大监管力度，设立健身场所管理员，对扰民、破坏器材、污染环境等不文明行为进行监督。加大对假冒伪劣产品的打击力度，加强对商家的检查和抽样检测等监督措施，建立诚信体系，通过评价、惩罚和公示等制度来约束商家行为。制定数字隐私权保护、网络安全等方面的标准，规定互联网企业在收集、处理和保护用户个人信息方面承担的责任与义务。

2.2 中观层面：企业承担基本的和高级的社会责任

2.2.1 企业承担基本的社会责任

企业要坚持合法求利原则：在提供健身商品和服务的过程中，不损害公众身体健康，不牟取暴利，不污染环境。要坚持公平竞争的原则：竞争作为市场经济的固有属性，能提高整个社会的劳动生产率，但竞争必须坚持公平原则，反对仿冒名牌运动装备，不合理降低价格，侵犯商业秘密等不正当竞争行为。要坚持诚实守信原则：在商业活动中以诚实的态度对待公众，提供的健身产品保证货真价实，质量上真正取信于民，价值不虚高，宣传不虚假。

2.2.2 企业承担高级的社会责任

企业可以凭借自身的经济或组织能力来开展相关社会性健身服务，为群众性健身活动提供赞助、免费进行康复治疗、建立公益性的健身场馆设施、设立专门用于贫困地区发展健身

ISSN：3078-8994
EISSN：3104-4492

项目的基金等等。这些行为既彰显了经济主体具备公益精神和社会责任感的特点，同时也能够为全民健身活动创造更好的环境和条件，吸引更多人加入到健身队伍中来。

2.3 微观层面：加强个人品德的养成和教育引导

2.3.1 加强个人品德的养成

在全民健身活动中，首先要使公众对这一领域的道德和不道德观念和行为

有一个正确的认知，尤其是在国际国内形势深刻变化、市场经济快速发展的背景下，道德领域存在着各种错综复杂的现象和问题，公众需要保持理性的判断。比如，公众应该对健身中的消费有正确的认知，许多公众认为消费无关他人，只是自己自愿的行为，所以无关道德，但其实消费观是伦理道德问题。要时刻认识到如何理性消费、节约消费、有计划消费、注重品质和功能、倡导可持续消费、公平消费及快乐消费。其次，激发正向的道德情感。道德情感是人们对道德行为的态度、感受和情感体验，对道德行为的赞许、喜爱、满足等情感反应。在全民健身活动中，面对正向和反向的道德现象，公众需要不断地自我反思和批判，亲近真善美，抑制假恶丑，体验道德的愉悦、追求高尚的快乐。再次，在道德认知向道德行为转化的过程中，道德意志和道德信念是关键环节。公众践行健身道德规范的过程中，要保持坚定的信念和意志，自觉克服一切困难和障碍，让道德行为保持稳定性。最后，“知行合一”是道德最重要的要求。个人品德的形成重在实践，贵在坚持。要通过不断加强道德修养，向道德模范学习，培养志愿服务精神来提升自身的个人品德，减少健身中的不道德现象发生。

2.3.2 加强个人品德的教育引导

从教育内容上而言，要对公众进行责任意识教育，使参与者在健身过程中能正确判断自身行为所带来的后果，要承担相应的责任。要开展环境伦理教育，促进公众对健身公共服务设施的爱护和珍惜，推动健身环境健康有序的发展。要对公众进行信息安全的教育，使公众了解如何保护个人信息、密码安全等基本网络知识，选择可靠的 APP，避免使用未经验证的第三方软件和设备，及时更新软件和系统，增强防范意识，保护好个人的隐私。从教育形式上而言，可以通过电视、报纸、网络等媒体，对健身活动中的道德规范进行详细介绍，以形成全社会的广泛关注和共识。政府、社区和学校可以通过宣传栏、标语、公众号等形式加强辖区内全民健身中的道德教育，引导公众自觉文明地参与到健身活动中去。

3 结语

进一步推动和贯彻落实全民健身活动，确保其良性可持续发展，政府相关职能部门需要完善跨部门协同领导机制，扮演好引导者、服务者和规范者角色，坚持人民健康至上，通过立法、管理和监督等手段来解决全民健身中的一些不道德现象。社会各界积极协同合作，参与者自觉遵守道德规范，在构建文明和谐的全民健身环境方面共同努力，以提高人们整体素质，加快建设体育强国和健康中国，谱写全面建设社会主义现代化国家新篇章。

参考文献：

[1] 北京朝阳健康教育 . 什么是全民健康？ [Z/OL].[2018-08-14].https://mp.weixin.qq.com/s?__biz=MzA4MDkwMDQxMA==&mid=2664385202&idx=1&sn=664ae2b51f969b5dd6363d74d73dc0ba&chksm.

[2] 陈丛刊，王思贝，梁茗 . “‘国之大者’就是人民的幸福生活”——新时代全民健身与乡村振兴融合发展研究的热点、问题与展望 [J]. 浙江体育科学 ,2023,45(1):1-9.

[3] 共青团中央 .1 亿多人，为什么中国人这么爱跳广场舞？ [Z/OL].[2019-11-27].https://baijiahao.baidu.com/s?id=1651341098880763499&wf.

[4]TANG Y X,ZAN S F,ZHANG X W,Research on system construction and strategy of intelligent sports in the implementation of national fitness[J].Computational Intelligence and Neuroscience,2022(5):13

作者简介：Shirley Dong, female, Wellington, New Zealand, Clinical director, physiotherapist, Doctoral of physiotherapy，Research Field, Physiotherapy and public health.

项目信息：本文系辽宁省教育科学“十四五”规划 2021 年度课题的阶段性成果，“医药道德教育“五位一体”校际合作模式研究”（项目编号：JG21DB507)。