

王富百慧, 金牛. 新时代老年体育高质量发展的逻辑进路与首要任务[J]. 体育学研究, 2024, 38(4): 11-19.

新时代老年体育高质量发展的逻辑进路与首要任务

王富百慧¹, 金牛²

(1. 国家体育总局体育科学研究所 体育社会科学研究中心, 北京 100061; 2. 天津财经大学 财税与公共管理学院, 天津 300222)

【摘要】：发展老年体育是贯彻落实积极应对人口老龄化国家战略的重要举措，目前尚处于探索阶段。新时代推进老年体育高质量发展，需要把握好其逻辑进路的前提和基础，积极落实好其首要任务。首先，发展老年体育的逻辑前提在于重塑观念，既要摒弃对“老年”的消极偏见，积极看待老年人和老年生活，还要把握人口发展规律，积极看待老龄社会，科学认识老年体育的重要价值。其次，发展老年体育的逻辑基础在于遵循规律，既要遵循长寿化和少子化双驱推进人口老龄化演变的基本规律，也要顺应老龄社会作为新型人口社会形态不断演进的发展趋势，在系统集成的国家战略体系中大力发展老年体育。最后，发展老年体育的首要任务在于做好顶层设计，科学认识和主动适应人口老龄化对老年体育的中远期影响，在大力发展银发经济和推进适老化改革的老龄社会治理举措中予以积极应对。

【关键词】：老年体育；人口老龄化；老龄社会；银发经济；适老化改革

【中图分类号】：G812.48 **【文献标志码】**：A **【文章编号】**：2096-5656(2024)04-0011-09

DOI：10.15877/j.cnki.nsic.20240924.001

纵观全球，人口老龄化进程持续加速，人口结构转变正在对社会架构产生深远影响。2020年，联合国大会将2021—2030年定义为“健康老龄化十年”，呼吁全球各国持续关注改善老年人的生活。快速的人口老龄化为中国带来了机遇和挑战，经济高速增长为改善老年人福祉提供了物质保证。2022年10月，党的二十大报告提出“中国式现代化是人口规模巨大的现代化”，阐明了新时代人口新常态的本质特征。2024年7月，党的二十届三中全会提出聚焦提高人民生活品质，阐释了中国式现代化建设“以人民为中心”的初心使命。人口老龄化是21世纪不可逆转的基本国情，从进入老龄化社会到中度老龄化社会，最终步入超级老龄化社会，快速演进的过程贯穿于推进中国式现代化建设的全周期，与我国新时代“两个十五年”的现代化强国战略周期重叠，迫切需要多维度、深层次、长时段的综合改革。在这一过程中，体育的综合价值能否充分凸显，是决定体育事业高质量发展的关键环节。作为一种治理路径，老年体育的发展在中国尚处于探索期，对老年人口的指向性规划和布局仍显不足，一定程度

上弱化了体育在积极应对人口老龄化方面的实用价值。因此，研究基于人口社会学理论框架（图1），把握“老年”作为基本人口因素和“体育”作为基本社会因素的初始界限，将二者进行关联研究，对新时代促进老年体育高质量发展的几个重要问题展开思考，包括人口因素在认知观念、形势规律和社会形态

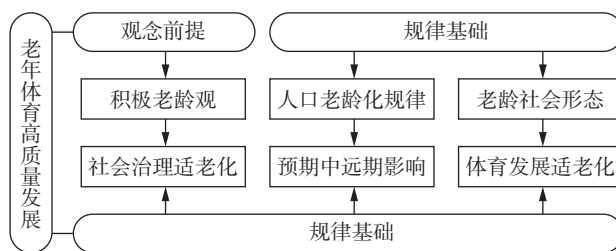


图1 老年体育高质量发展的理论框架图

Fig.1 Theoretical framework diagram for high-quality development of elderly sports

收稿日期：2024-08-01

基金项目：国家体育总局体育科学研究所基本科研业务费（基本2242），国家社会科学基金一般项目（22BTY019）。

第一作者：王富百慧（1983—），女，黑龙江哈尔滨人，博士，研究员，博士生导师，研究方向：公共政策与体育治理、健康老龄化、青少年健康促进、体育文化。

通信作者：金牛（1993—），男，安徽颍上人，博士，讲师，研究方向：人口经济学、人口老龄化。

三个方面的基本表现,以及社会因素在社会治理、形势预判和经济发展三个维度的顶层应对,为在推进中国式现代化进程中积极探索老年体育发展提供思想借鉴。

1 发展老年体育的前提是重塑观念

1.1 摒弃偏见,重新认识“老年”

1.1.1 “老年”的界定并非一成不变

《中华人民共和国老年人权益保障法》将老年人的年龄起点标准界定为60周岁。尽管对老年定义判断依据主要基于生物学因素,但“老”本质上具有社会文化属性,是人为定义的社会性概念。我国的退休政策就呈现了这一文化寓意的边界弹性,根据规定“女性工人50岁退休,女性干部和职工55岁退休,男性60岁退休,特殊工种另有规定”。一方面,现行退休政策延续自20世纪50年代,1949年时中国人口平均预期寿命仅为35岁,伴随经济社会快速发展、医疗卫生水平显著提升,时至今日中国人口的平均预期寿命已经延长至78岁,在退休年龄仍旧不变的情况下,由此界定的“老年”大幅缩短了生命周期中的生产时段,延长了“老年”的阶段。另一方面,很多人将退休视为一种制度形式上的“老”,退休年龄被普遍认为是老年人的起点,退出职场即进入老年阶段。从人类社会发展进步角度看,当一个社会进入高度发展状态后,“老年”的界定并非一成不变,新时代应具有新的内涵。

1.1.2 新时代应有新的“老年观”

中国的“老年观”长期停留在消极的层面,对“老”的片面理解和文化偏见,无形中将老年人等同于被供养人群,将其视为社会和家庭的负担,将人口老龄化视为阻碍社会发展进步的负面因素,“老”似乎成为社会发展的对立面,是中国社会经济发展进程中必须解决的问题。事实上,老年人群体内部存在较大的异质性,健康的低龄老年人虽然已经进入传统标准的退休阶段,但健康和教育等人力资本基础仍处于良好状态。根据世界卫生组织统计数据,2019年中国60岁人口平均余寿和健康余寿分别提高到21.1年和15.9年,较2000年增加2.7年和1.9年^[1];第七次全国人口普查数据显示,2020年低龄老年人生活能自理的比重高达99.02%,低龄老年人口文盲率仅为6.37%,平均受教育年限高达7.75年^[2]。

这些传统观念中的老年人不仅不需要被供养,反而仍具备劳动能力、享有较高生活质量和实现自我价值的能力,能够继续创造社会财富并提升个体获得感,实现社会价值和个体价值的高度统一。

1.1.3 应全面肯定老年阶段的生命价值

老年是阶段,年老是增龄。“老”仅仅是人在生命历程中进入老年阶段,“老年人”的本质是人,“人”的属性是中性的,老年人也应该是中性的,不应将疾病、贫弱、消极等标签一以贯之地贴在老年人身上,视其为阻碍社会发展进步的对立面,老年人的一切需求与婴幼儿、青少年一样没有好坏对错之分。充分认识老年是生命的重要阶段,是发展老年体育最基础、最根本的价值观。能否对老年人及人口老龄化现象持有正确的看法和观点,决定了老年体育发展的潜力和所能达到的高度。体育既是一种积极向上的健康促进活动,同时也应是一种积极正面的文化现象,不能在面向青少年时强调体育是一种积极的教育方式,面对老年人时就将其矮化为祛除病症的手段,这种定位本身就带有偏见和歧视。对于老年人而言,体育的价值除“健康”之外,还有“参与”和“保障”两个层面。“参与”即为老年人在体育参与上应享有机会平等的权利,这种权利不会因为增龄而被忽视,不会因体弱、疾病、残疾、衰退、功能缺损而被剥夺。“保障”则是发展老年体育应建立完整且系统的工作框架,设计基本的行动策略,明确应对方向、政策设计、理论研究和实践步骤。积极应对人口老龄化不能缺少体育的助力,发展老年体育应对“老年”的认知域拉回到正确的位置,将对“老年”的认知视界拉宽到生命全过程,将其与儿童、青年、中年群体一视同仁,对老年体育的强调不再孤立指向健康层面,而是成为对处于老年阶段的个体生命价值的全面肯定。

1.2 把握规律,准确认识“老龄社会”

1.2.1 从人口发展视角认识“老龄社会”

人口老龄化是人口发展的动态过程,是持续且不可违背的客观规律。老龄社会是人口老龄化发展到一定程度形成的社会形态,是人口老龄化的规律性结果^[3]。老龄社会是一种新型的人口社会形态,人口年龄结构是老龄社会形态演变的关键。人口学家根据人口年龄结构变化的不同程度,将人类社会划分为年轻社会、成年社会和老龄社会等人口社会

形态^[4]。年轻社会和成年社会合称为前老龄社会,老龄社会还可以进一步划分为老龄化社会、中度老龄化社会和超级老龄化社会^①,分别是指人口老龄化水平超过10%、20%和30%的人口社会形态。上述人口社会形态的划分可以从更加具象且可视的人口发展视角审视社会变迁。

1.2.2 老龄社会形态下社会架构的多维变迁

虽然人口社会形态基于人口年龄结构进行划分,但是并不局限于人口变量,还包括人口年龄结构和多维社会架构之间的互动过程,在老龄社会形态下社会架构将发生多维变迁。一方面,在经济社会架构上,不同人口社会形态下的主导型生产要素存在差异性。年轻社会时期劳动力供给充足,但少儿抚养负担重,劳动参与率和生产效率均不高;成年社会时期劳动力供给依然充足,抚养负担下降,在资本驱动下,劳动力要素被充分调动至生产领域,劳动参与率提升,生产效率改善;老龄社会时期劳动力供给大龄化、减量化,但科技赋能的作用加强,生产要素的配置效率快速激活和大幅提高,经济增长动能迭代升级。另一方面,在文化社会架构上,不同人口社会形态下的文化类型也存在差异性。年轻社会时期“人到七十古来稀”,长寿成为一种社会期望和文明追寻,实现了长寿预期的老年人口积累了丰富的技能、经验和阅历,被社会所推崇,形成奉行老年崇拜的“前喻文化”;在成年社会时期,处于人口年龄结构中间层的劳动力人口是社会生产的主力,老年人口退居社会舞台的边缘,形成奉行青年崇拜的“后喻文化”;在老龄社会时期,占有绝对规模的老年人逐渐从舞台边缘重新走向中央,但是与年轻社会时期不同,老龄社会时期的老年人口不是在技能、经验和阅历方面的绝对权威,而是在普遍老龄化的趋势下追求年龄平等的社会资源共享,全社会逐渐形成一种强调代际公平和谐的“同喻文化”^[5]。

1.2.3 客观看待老龄社会的机遇和挑战

2000年,我国人口老龄化水平超过10%,标志着我国进入老龄化社会;2023年,我国人口老龄化水平增至21.1%,正式迈入中度老龄化社会。根据联合国《世界人口展望2024》中的方案预测数据,预计到2035年,中国人口老龄化水平将超过30%,届时中国将成为超级老龄化社会^[6]。中国已成为世界上老龄化速度最快的国家,从进入老龄化社会到成

为超级老龄化社会,将仅仅用时35年,这在人类历史上史无前例,经济层面正从“未富先老”走向“随老而富”,社会层面正从“未备先老”走向“边备边老”,健康层面正从“未康先老”走向“康老同行”,区域层面正从“农村先老”走向“城乡共老”^[7]。尽管中国进入老龄社会有其必然性,但也不必“谈老色变”。满足老年人生存发展需求是民生问题,解决老龄社会问题本质上是发展问题,发展的目的是满足绝大多数老年人的幸福感、获得感、参与感和成就感。新时代老龄社会的发展亟须从“养老”转向“助老”,为“老有所养”“老有所为”“老有所乐”等现实需求创造有利环境,推动老年人力资源和人力资本开发。积极构建助老型社会,需要国家、社会、家庭和个人合力而为。从这一视角审视老年体育,当务之急是要思考如何促进老年体育稳定、可持续、创新发展,如何协同推进人口老龄化战略、健康中国战略、体育强国战略多管齐下,夯实积极应对老龄社会的资源储备。

1.3 重塑观念,科学认识“老年体育”

1.3.1 人口老龄化是发展老年体育的驱动力

中国将长期处于老龄社会形态,其中一个很显著的特点是未来30年将呈现典型的低龄老龄化态势。在未来30年,我国60~69岁低龄老年人口将占老年人口总数的38%~56%,数量在1.5亿~2.2亿之间^[6]。根据《2020年全民健身活动状况调查公报》,2020年低龄老年人中每周参加1次及以上体育锻炼的比例为52.4%,经常参加体育锻炼的比例为29.5%,已成为体育参与的主力群体,不仅为进入高龄阶段提前储备健康资本,更将可能成为老年体育消费的主体^[8]。老年人的体育参与热情正在催生巨大的体育服务需求,并逐渐发展为一种新的体育形态,成为发展老年体育的驱动力。如此规模的老年人口在人类历史上绝无仅有,如何满足老年人体育需求并非一个新问题,但却是未来体育事业可持续发展不可回避的问题。随着低龄老年人口规模增加、人口寿命延长、养老标准提高、健康需求增加、价值认可度提升,老年体育服务需求压力将与日俱增,如何提升体育综合治理能力也将是一个不得不面对的现实挑战。

1.3.2 体育是老龄社会不可或缺的支持性环境

老年人的健康状况是确保其生活质量的基础,

世界卫生组织早在1990年就提出了健康老龄化(Health Aging)的概念,2015年发布的《关于老龄化与健康的全球报告》进一步提出健康老龄化的全新理念,即“旨在努力提升老年人个体的生理与心理功能,使其在与有利的外界环境互动中充分发挥功能”^[9]。报告不仅重新定义了“衰老”“健康”与“健康老龄化”,还提出了全新应对策略“将以疾病为中心的医疗模式转变为以老年人需求为核心的综合关怀模式”。新的理念推动了全球老龄化国家开始关注社会转变进程中治理策略的变革,以及如何满足老年人功能发挥和价值追求,建立主动健康的社会支持性环境。新健康老龄化倡导的健康并非完全没有疾病,多数老年人都或多或少地存在一种或多种健康问题,只要这些问题在低龄阶段得到良好的控制,就可以有效降低其对整个老年期生活质量的影响、提升幸福感,这意味着为低龄老年人创建支持性环境以维持功能发挥尤为重要。目前,老年健康干预有很多着手点,相较卫生健康领域的“被动”策略,体育对健康的改善是主动且多元的,不仅在维持功能发挥、防控慢病、增进健康方面发挥着不可替代的作用,更能促进老年人社会适应能力、社会参与能力和社会心理能力的发展,被称为最经济实惠且有效的健康干预手段。

1.3.3 老年体育是社会问题而非单纯的体育问题

然而,当前在老年体育问题上长期存在“选择性忽视”,对于人口老龄化背景下如何发展老年体育缺乏理论共识和实践探索,老年体育服务的内容和形式也呈“碎片化”,利用效率和服务质量远未达到预期程度,难以满足老年人的体育需求。虽然看似人口老龄化是人口问题、老年体育是体育问题,但问题与问题之间彼此关联,每个问题在不同发展阶段首尾相继、纵横交错。老年体育并非单纯的体育问题,涉及养老、医疗、社会参与、社会公平等诸多方面,本质是“分蛋糕”问题,而满足老年人体育需求也并非仅是体育部门的工作,涉及卫生健康、老龄、民政、发展改革、财政等诸多部门,本质上是“做蛋糕”问题。如何做好老年体育这个“大蛋糕”,需要全社会重塑观念,重新认识老年体育。一方面,老年体育的问题是应对方案无法满足老年人体育需求的问题,是在旧有“老年观”局限下体育发展规划与人口结构变化规律不同步的问题,而不能简单地将老

年人本身视为问题所在。另一方面,老年体育发展的问题是如何建立多维化解之道的问题,是解决老龄治理优化效率落后于老年体育发展要求的问题,而不能将其视为体育部门自身的问题。除此之外,更不能将老年体育界定为特殊人群体育进行规划和设计,因为每个生命个体都必将进入老年期,在老年阶段公平享有体育福利,是体育发展成果代代传递的价值所在,也是中国式现代化进程中以“人民为中心”发展体育事业的根本所在。

2 发展老年体育的基础是遵循规律

2.1 发展老年体育应遵循人口老龄化的基本规律

中国的人口老龄化既符合世界人口发展共性规律又有自身的独特性。人口老龄化是世界人口发展的规律结果,对人类社会产生的影响深刻且持久。近代以来,西方发达国家率先实现现代化转变。1864年,法国60岁及以上老年人口比重首次超过10%,成为世界最早进入老龄化社会的国家,西欧和北欧国家紧随其后,陆续进入老龄化社会。20世纪六七十年代,发达国家几乎全部进入老龄化社会,至今仍然领跑世界人口老龄化进程^[10]。发展中国家和地区人口基数巨大,与发达国家和地区生育率长期走低形成鲜明对比,其人口增速决定着世界新增人口规模,2023年世界新增人口中98.97%来自发展中国家和地区。随着出生队列演进,新增出生人口规模将决定未来新增老年人口规模,发展中国家和地区也将主导未来世界人口老龄化趋势,1951—2023年,世界新增老年人口中来自发展中国家和地区的比重从24.34%增加到84.81%,2050年将增加到95.79%,2100年仍然高达95.15%^[6]。从人口老龄化的发展历程和变化趋势来看,发达国家和地区领跑世界人口老龄化进程,发展中国家和地区将主导未来人口老龄化趋势。中国的人口老龄化发展趋势符合世界人口发展的共性规律,并与发展中国家和地区的人口发展规律同频共振,但中国应对人口老龄化的任务却是最重。2016年5月,习近平在中共中央政治局第三十二次集体学习时,强调“我国是世界上人口老龄化程度比较高的国家之一,老年人口数量最多,老龄化速度最快,应对人口老龄化任务最重”。中国人口老龄化面临着超高水平、超大规模、超快速度的“三超”特征^[4],同时受到不断延长

的人口平均预期寿命和不断降低的生育率的双重影响,“长寿化”和“少子化”双轮驱动,造就了中国人口老龄化的独特性。

与人口老龄化持续加深同步的是老年体育参与需求日益高涨。研究显示,中国经常参加体育锻炼的老年人口总体规模将持续增长,“十四五”末期达到8 471万人,到2035年达到1.9亿人,2050年达到2.6亿人。其中,60~69岁的低龄老年人口经常参加体育锻炼的总体规模,在2035年将达到1.34亿人,2050年将达到1.68亿人^[11]。这些数据表明更多的老年人选择通过体育锻炼的方式谋求主动健康,体育锻炼的需求层次也将发生根本性变化,不再局限于生理上的强身健体,更扩展至对自我实现的需求。现阶段规模庞大且体育参与需求高的低龄老年人将持续增龄,意味着未来的老年体育需求将出现年龄结构老化的新特点,高龄老年人参与体育锻炼的比例持续增加,可能面对比低龄老年人更高的身体心理调适、角色认知、功能适应等需求,对健康支持体系的依赖程度也将更高,对老年公共体育服务的供给提出新的要求,是政府相关部门无法回避的重要问题。因此,合理规划体育资源,增加老年公共体育服务供给,提升老年公共体育服务的质量,将体育纳入养老服务体系,在更为经济有效的老年健康干预策略中发挥体育的作用,是未来一段时期体育部门亟需攻关的重大课题。

党的二十届三中全会提出“聚焦提高人民生活品质继续把改革推向前进”,在发展中保障和改善民生是中国式现代化的重大任务。满足老年人生存发展需求将是最大民生问题,老年体育必然位列其中。习近平强调:“我们党推进全面深化改革的根本目的,就是要促进社会公平正义,让改革发展成果更多更公平惠及全体人民。”体育强国建设奋力前行、体育事业蓬勃发展、全民健身公共服务体系正在向高水平迈进,体育发展的成果应为全体人民所共享,老年人也必然位列其中。中国减贫工作取得非凡成就,完成了消除绝对贫困的艰巨任务,但贫困不仅是收入问题,还包括个体发展所必需的最基本的机会和选择权利,而这恰恰是引导人们走向健康生活、享有尊重的关键变量,健康状况差、社会融合度低、幸福感和获得感不足将可能成为老年隐形贫困的新特征,体育在消除老年隐形贫困上大有作为、潜

力无限。发展老年体育关系到老年人生活品质的提升、关系到社会公平公正的实现、关系到新时代杜绝老年隐形贫困的发生,而能否发展好老年体育的基础在于是否遵循人口老龄化的基本规律、充分认识老年人的基本特征,以及是否尊重老年人日益高涨的体育需求。

2.2 发展老年体育应顺应老龄社会的发展趋势

老龄社会形态不同于人口老龄化规律,老龄社会是人类社会发展的必然趋势,是由人口老龄化推动演变的必然结果。当前,人类社会已经进入老龄社会的首个阶段,且老龄社会形态不断深化。2002年,世界人口老龄化水平首次超过10%,标志着人类社会进入老龄社会的第一阶段,即老龄化社会,开启人类社会发展的新型人口社会形态;世界人口老龄化水平将在2044年首次超过20%,届时人类社会将进入老龄社会的第二阶段,即中度老龄化社会^[6]。尽管世界各国和地区存在进入老龄社会的时间差异,但最终进入老龄社会是人类社会发展的大势所趋,亟待提前治理人口年龄结构与多维社会架构之间的失衡问题,从积极应对人口老龄化转向积极应对老龄社会问题。

从社会发展规律判断,中国步入老龄社会符合人类社会发展趋势,同时也是中国式现代化的必经阶段。西方的现代化具有串联式特征,工业化、城镇化、农业现代化、信息化浪潮顺序发展,其后才缓慢经历人口老龄化。中国式现代化具有并联式特征,工业化、城镇化、农业现代化、信息化在较短的时间周期内高度叠加,与人口老龄化趋势激烈碰撞,老龄社会已成为中国式现代化的必经阶段,其演进过程呈现了中国式现代化的基本特质。一方面,中国的健康事业取得了显著成就,人口平均预期寿命从新中国成立之初的35岁,延长到当前的78.6岁,高于世界的平均水平,趋近主要发达国家的平均水平^[12],长寿化趋势不断加强,老龄社会形态进一步加深,奋进中国式现代化的新时代必然是长寿文明时代^[13]。另一方面,党的二十大报告指出中国式现代化是人口规模巨大的现代化,基于总人口规模巨大所演进的老年人口规模必然巨大,这塑造了中国老龄社会的人口规模基础。2035年,中国进入超级老龄化社会时,老年人口规模将达到4.19亿人^[6],中国式现代化进程必然经历老年人口规模巨大的老龄

社会阶段。

我国既具备实现该阶段的长寿文明基础,也具备人口规模基础,老龄社会下如何形成有利于体育发展的人口条件、适宜的政策体系、巨大的体育发展红利,必须科学认识、主动适应和积极应对。辩证看待体育将长期处于老龄社会的新常态,既不回避问题,也不盲目发展,积极适应人口老龄化持续加深的趋势,跳出体育看老年体育,在国家战略体系下协同推进老龄社会时期的跨领域全民治理。在少子化和老龄化并存的背景下,体育发展既面临新的挑战,也蕴含新的机会^[14]。一方面,长期以来,中国经济改革与社会变革并驾齐驱,客观上加速了养老方式转变,在新的社会支持体系下亟须探索一种适应于现代社会动态平衡的新型养老方式。公共福利和公共支持体系也亟待完善和健全,在长寿时代与中重度老龄化的叠加的国情下,推进老年体育发展战略布局,协同设计“体一医一养”协同发展框架,或将可以为新型养老提供另一条可行的实践路径。另一方面,实现健康老龄化已成为推进中国式现代化与人口高质量发展不可忽视的重要环节。作为主动健康的核心要素,体育不仅是国际共识的老年健康促进策略,也是推进老龄社会纵深发展的关键变量,这为开展新型体育治理提供了实践环境,推进以满足老年体育需求为核心、以体育适老化改革为导向、以发展体育银发经济为契机的体育治理体系建设和治理能力提升,应尽快提上日程。

3 发展老年体育的首要任务是做好顶层设计

3.1 提前预判人口老龄化和老龄社会对老年体育的中远期影响

发展老年体育的基础是遵循人口老龄化规律和老龄社会形态演进规律,客观地提前预判人口老龄化和老龄社会对老年体育的中远期影响。中国老年人口规模日渐巨大,意味着参加体育活动的老年人口规模将持续增长。从年龄分层呈现的需求端来看,我国60~69岁低龄老年人口将在2033年迎来规模峰值、转升为降,在基本实现社会主义现代化的周期内,低龄老年人口基数较大,尤其是在“十三五”期间规模始终超过2亿人,蕴藏着活跃型的老年体育市场潜力^[6]。70~79岁中老年人口将在2043年左右迎来规模峰值、转升为降,但在21

世纪中叶仍有1.65亿人以上的超大规模,蕴藏着健康型老年体育市场潜力;80岁及以上高龄老年人口在整个21世纪上半叶持续增加,2045年左右将首次突破1亿人^[6],蕴藏着辅助型老年体育市场潜力。在实现到2035年建成“体育强国”和“健康强国”的征程中,发展老年体育具有十分坚实的人口基础和持久动力。

第一,老龄社会阶段的体育发展将出现两个增加。“一增”是适老类运动项目参加人数显著增加。预计到2030年左右将有超过1亿规模的老年人以步行的方式进行锻炼,到2050年经常参加舞蹈、跑步、健身操项目老年人口规模也将达到1.23亿人^[11]。另“一增”主要表现为适老化场地需求增加。随着经常参与体育锻炼的老年人口整体规模不断攀升,各类体育场地需要容纳的老年人口规模持续扩大,预计公园、广场类需要容纳的老年人口规模将在2031年左右突破1亿人,到2050将达到约1.83亿人^[11]。老年人的社交圈层相对集中,活动范围以居住地为半径向外辐射,将对空间布局和场地建设提出更高要求。

第二,老龄社会阶段的老年体育应重视六个问题。一是,老年体育活动供给欠精准,最需要的群体并未得到优先保障。长期以来“中高收入群体”和“高知人群”是体育活动参与的受益者,而最需要通过体育参与增进健康、提高生活品质的贫困老人、文盲老人、独居老人或留守老人等处于不利地位,公共体育服务保障政策以兜底为原则,错位分配资源不仅与服务的初衷相偏离,还将增加社会不平等的风险从而激发社会矛盾。二是,重视健康需求评估,忽视了体育的社会价值。将体育的功能定位于“生理人”逻辑,相关政策长期聚焦老年人健康改善与体质提升,忽视体育在其社会融入与融合中的价值,“社会人”的需求对改善健康的作用更加显著。三是,家庭支持的路径不清晰。居家养老是中国主流养老方式,家庭支持有效促进老年体育参与已被普遍认可,但老年体育如何融入家庭养老支持体系的路径和机制仍不清晰。四是,强调服务供给却忽视对服务利用动力机制的把握。以行政手段“自上而下”地供给体育服务是我国老年体育的典型特点,但体育服务是一种建立在经济发展和社会文明基础上且饱含伦理和情感的“产品”,对如何缓解老年人

日益多样化的体育需求与老年体育发展不平衡、不充分之间的矛盾,解决体育服务利用效率低的问题应予以重视。五是,重视有形的服务发展,忽视了无形的社会心理建设。以政策“倒逼”提升老年人体育参与度,进而实现健康转变和生活品质提升,这一政策逻辑虽不无可能,但由观念到行为的转变更符合行为发展规律,只有全民转变对老年的偏见并接纳老龄社会,才是需求与供给的双向奔赴。六是,体育服务供给、需求、利用关系失衡。供给内容不匹配,“供给差”和“需求差”同时并存;供给资源不对称,高档社区与“老旧小”社区在指导、服务、设施上存在差距;供给内容不清晰,服务内容“碎片化”;服务利用效率低,政府的持续投入与老年体育的“获得感”不成正比。

第三,老龄社会阶段的老年体育应向低龄覆盖。一方面,在中远期步入老年期的“70后”(20世纪70年代生人,下文以此类推)和“80后”出生队列人口对不同体育项目的接触远多于“50后”和“60后”出生队列人口,动机也更加多元化,在实现健康功能的基础上,还对参加体育活动的体验感和社交获得感有更高要求,未来的体育场所设施配置、体育活动创新设计、体育项目重新布局、体育指导的全面覆盖,都需要适应新生代老年人口的需求,提前进行适新改造和智慧更新^[15-16]。另一方面,发展老年体育不是只考虑老年人群,因为人在老年阶段的生命状态取决于生命历程中的一切经历,增加生命全过程的体育参与、降低晚年劣势累积效应,对于提升我国老年人群生活品质、实现健康老龄化的战略目标具有重大意义。因此,未来老年体育政策设计要从影响因素的广泛性、系统性和整体性出发,制定覆盖生命历程和体育全程的策略,并关注政策实施的整体性,确保各个生命阶段体育政策的有序衔接。

3.2 以发展银发经济为契机推进老年体育服务业发展

发展老年体育应依托体育产业,以体育产业助力银发经济是体育领域应提前谋划的改革方向。发展银发经济是经济领域的适老化改革,2024年1月,国务院办公厅印发《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》,提出“组织开展各类适合老年人的体育赛事活动”和“加强球类、棋牌等活动场地建设,支持体育场所错峰使用”等提升老年体育服务质量

的具体举措。加快发展老年体育服务业,事关老年人健康福祉与社会和谐稳定,老年体育服务既是体育产业的重要组成部分,也是银发经济的重要组成部分,对于高质量实现中国式现代化、高水平建设健康中国和体育强国具有重要意义。我国老年人口规模巨大,蕴含着巨大的老年体育消费需求,但目前老年人日益多样化的体育需求与老年体育发展不平衡、不充分之间的矛盾凸显,体育服务供需不对称和利用效率低的问题一直未能有效解决。新时代新征程应着力破解老年体育服务发展过程中的难点和问题,助推银发经济发展,增进老年人福祉。

作为现代生活消费的重要部分,体育服务消费是打造社会消费新增长点的新赛道。我国老年体育服务业发展起步相对较晚,且初期经济效益相对淡化,老年体育产业链各环节商业化开发有差异,老年体育经济在国民经济体系中占比相对偏低。扩大老年体育服务的消费规模,既是推动体育产业高质量发展的重要动力,也是银发经济发展的重要推动力。随着生活质量的提高,老年人体育服务消费行为不再局限于购买体育用品,还衍生出很多新兴体育服务消费类别。《2022国民健身趋势报告》指出,老年人在体育健身方面消费不断提升,2020年人均体育消费已超千元,越来越多的老年人愿意为健身买单^[17]。随着老年人群体逐渐壮大、整体健康意识增强以及老年友好的全民健身模式导入,老年人的体育服务需求也随之上升。老年赛事活动、运动促进健康、体医养融合、体旅康养融合等方向潜藏着巨大的经济潜力,老年体育服务对塑造经济增长新动能的重要性将不断提升。

通过扩大和创新老年体育服务供给,不仅可以提高老年人健康水平、增进社会参与度、提升自主养老能力、推动老年劳动力资源的再开发,还可能为经济社会发展注入新动力。积极应对人口老龄化,培育经济发展新动能,在银发经济时代如何让老年体育服务叫好又叫座,仍需从以下五个方面发力。第一,从顶层设计上将体育服务纳入医养结合体系,建立体育服务、养老服务和医疗资源三方的有效配套衔接制度。将体育服务纳入养老服务机构服务范围,鼓励有资质的体育服务机构与养老机构合作,明确新建养老机构必须同步规划体育服务内容。第二,加大对体育服务进社区的政策支持力度,将体育

服务补贴纳入各地养老补贴项目之中,强化社区和体育服务机构相结合作为养老服务的新支点。第三,大力发展老年运动康复服务业,将老年运动康复纳入养老服务体系。建立多渠道资金筹措机制,在老年人聚居的社区试点探索政府引导、社会投入、自主运营、专业监管、分级服务相结合的“社区老年运动康复中心”。坚持实用导向,优先培养面向医养机构、养老机构、社区服务中心的专业运动康复人员。第四,进行社区体育设施适老化改造,集中解决住宅小区体育设施的适老化改造问题,增建经济实用的适老健身设施,引进智能化老年健身设备。延伸解决社区体育场地建设和改造问题,加强场地周边无障碍设施建设,拓展半自理老年人室外活动空间,有利于依托社区进行日常康复运动。第五,鼓励老年体育领域创新服务模式,政府重点扶持和培育一批体育服务平台企业,增设更加多样化的老年体育服务内容,加快服务内容从“端菜”向自主“点菜”转变,实现“体、医、养、护”一体化设计、一体化推进的综合功能。

3.3 以社会适老化改革为导向推进老年体育治理能力提升

第一,推进老年体育治理是社会领域适老化改革的重要环节。经济领域的适老化改革是动力基础,还需要社会领域的适老化改革适时配套,推进老年体育治理是其中的重要环节。老年体育治理不仅是体育部门的治理,也是一种综合性的国家治理。党的十九大报告中明确提出实施健康中国战略,积极应对人口老龄化,构建养老、孝老、敬老政策体系和社会环境,推进医养结合,加快老龄事业和产业发展。党的二十大报告明确提出积极应对人口老龄化,完善发展养老事业和养老产业政策机制。老年体育治理是老龄社会治理的重要维度,涉及经济、政治、文化等各个方面,是老龄时代体育善治的投影。中国人口老龄化演变进程超前于老年体育发展进程,老龄社会形态与体育发展处于不同步状态,加剧了推进老年体育治理的迫切性和必要性,积极进行社会适老化改革、构建老年友好型体育发展环境尤为重要。

第二,体育适老化是提升体育综合价值必须占领的阵地。体育适老化不仅限于满足老年体育需求,更是老龄时代体育事业发展不可避免的重要内

容。适老化概念最初的核心是实现宜居目标,即日常所处的生活空间与环境适合老年群体。我国进入老龄化社会后,这一概念的发展开始逐渐从物理空间、社会空间转向治理空间,并逐渐成为社会热点议题^[18]。体育适老化在一定程度上承载了体育空间与社会空间的链接作用,超越了体育发展逻辑,转向以人的全面发展为中心,体现着新时代体育发展的角色定位。面对巨大的老年人口规模、参与热情和消费能力,体育对老龄社会复原力的潜在贡献将是巨大且持续的,体育适老化也将呈现一种全新的社会价值理念,从注重“体育问题”转向“社会问题”应是未来体育部门在老年体育决策上的重要转变,实现主动治理协同综合治理的深度融合。

第三,适老化改革不仅是适老化改造还是治理架构的重新布局。目前,适老化改造仅是聚焦物理层面的改变,扩建适合老年人需要的场地、增加老年体育锻炼所需设施、组织更为丰富的老年体育活动等,满足了老年体育服务需求的“表”。在体育事业发展的政策、法规、战略、行动等诸多层面,将老年人群作为重要角色予以重视,将老龄社会的国情充分考虑在内,把老年人的体育需求融入管理体制和运行机制改革的所有环节,促进全面包容和全员参与的全社会体育适老化转型,才是实现老年体育治理的“里”。推进体育治理向适老化转型是当前面临的一项重要且紧迫的任务,首要的是深化体制机制改革,建立体育部门牵头的跨部门联动机制,通过优化相关政策体系,推进体育、健康、退休、医保、社保和养老服务等全链条的制度设计和相互支撑的服务体系建设。充分发挥有为政府和有效市场相结合的治理思路,推进政府、社会、市场、家庭的责任分担机制,共同推动老年体育的可持续发展。完善体育资源在不同年龄人群之间的有效配置,提升全生命周期内体育资源共享、积累和运用,从健全人口发展和完善服务支撑体系视角推进老年体育的全面发展。

注释:

① 中度老龄化社会又称为深度老龄化社会,超级老龄化社会又称为重度老龄化社会。

参考文献:

- [1] World Health Organization. World Health Statistics 2020: Monitoring Health for the SDGs, Sustainable Development

- Goals[R]. Geneva: WHO, 2020.
- [2] 国务院第七次全国人口普查领导小组办公室. 2020年第七次全国人口普查主要数据[M]. 北京: 中国统计出版社, 2021.
- [3] 金牛, 原新. 银发经济高质量发展: 人口基础、战略导向与路径选择[J]. 河北学刊, 2024, 44(2): 158-166.
- [4] 原新, 金牛. 中国老龄社会: 形态演变、问题特征与治理建构[J]. 中国特色社会主义研究, 2020(Z1): 81-87.
- [5] 党俊武. 老龄社会引论[M]. 北京: 华龄出版社, 2004.
- [6] United Nations, Department of Economic and Social Affairs Population Division. World Population Prospects 2024[EB/OL]. (2024-07-11). <https://population.un.org/wpp/Download/Standard/Population/>.
- [7] 原新. 跨越“未富先老”: 迈向“随老而富”的新篇章[N]. 社会科学报, 2024-07-18(002).
- [8] 国家体育总局. 2020年全民健身活动状况调查公报[EB/OL]. (2022-06-07). <https://www.sport.gov.cn/n315/n329/c24335053/content.html>.
- [9] 王富百慧. 家庭代际关系对城市老年人锻炼行为决策的影响[J]. 上海体育学院学报, 2019, 43(5): 58-66.
- [10] 原新, 金牛. 积极应对人口老龄化国家战略的时代背景与价值意蕴[J]. 老龄科学研究, 2021, 9(1): 1-9.
- [11] 杨凡, 吴蓓蕾, 张琨苓, 等. 中国老年体育活动趋势: “十四五”时期及中长期发展预测[J]. 中国体育科技, 2022, 58(1): 18-23.
- [12] 国家卫生健康委员会. 2023年我国卫生健康事业发展统计公报[EB/OL]. (2024-08-29). <http://www.nhc.gov.cn/guihuaxxs/s3585u/202408/6c037610b3a54f6c8535c515844fae96.shtml>.
- [13] 金牛, 原新. 科学认识和把握中国式现代化的人口维度[J]. 社会发展研究, 2023, 10(1): 38-54, 243.
- [14] 翟振武, 金光照, 张逸杨. 推进老年人体育锻炼战略布局积极应对人口老龄化[J]. 体育学研究, 2022, 36(3): 8-14.
- [15] 王富百慧, 赵玉峰, 张琨苓. 大变迁时代国民体育锻炼行为的“中国实践”——基于年龄、时期、队列的视角[J]. 上海体育大学学报, 2024, 48(1): 26-35.
- [16] 邓万金, 李政, 杜鹏. 老年群体的智慧体育场馆消费体验研究: 模型构建、影响机制与适老化对策[J/OL]. 体育学研究, 1-22[2024-08-03]. <https://doi.org/10.15877/j.cnki.nsic.20240718.001>.
- [17] 刘钰峰, 罗建英. 数字经济赋能老年人体育消费升级的价值意蕴、阻滞困境与实践方略[J]. 沈阳体育学院学报, 2024, 43(2): 117-123.
- [18] 陈德权, 杜天翔. 数字适老化的实践逻辑、概念阐释与实现路径[J]. 电子政务, 2022(12): 101-110.

作者贡献声明:

王富百慧: 提出论文选题, 撰写论文; 金牛: 资料搜集, 撰写论文。

Logic Access and Primary Task of the High-quality Development of Elderly Sports in the New Era

WANG Fubaihui¹, JIN Niu²

(1. China Institute of Sport Science, Sports Social Science Research Center, Beijing 100061, China;
2. School of Public Finance and Administration, Tianjin University of Finance & Economics, Tianjin 300222, China)

Abstract: Developing elderly sports is an important measure to implement the national strategy of actively dealing with population aging, and it is currently in the exploratory stage. To promote high-quality development of elderly sports in the new era, it is necessary to grasp the premise and foundation of the logic access, and actively implement the primary task. Firstly, the logic premise of developing elderly sports lies in reshaping concepts. It is necessary to abandon negative prejudices against the elderly, actively view the elderly and their lives, grasp the laws of population development, and actively view an aging society. Based on this, we should scientifically understand the important value of elderly sports. Secondly, the logic foundation of developing elderly sports lies in following the laws. It is necessary to follow the basic laws that population aging is promoted through the dual drive of longevity and declining birth rates, as well as to adapt to the development trend of aging society as a new form of population society, and vigorously develop elderly sports in the integrated national strategic system. Finally, the primary task of developing elderly sports lies in effective top-level design. It is necessary to scientifically understand and actively adapt to the long-term impact of population aging on elderly sports, and actively respond to the vigorous development of the silver economy and the promotion of the elderly-oriented reform in aging society with effective social governance measures.

Key words: elderly sports; population aging; aging society; silver economy; elderly-oriented reform