

彭祖山体育康养产业发展策略研究

陈凤丽^{1*}, 晋利利^{2#}, 卢 军²

¹成都艺术职业大学体育学院, 四川 成都

²四川工商学院体育学院, 四川 成都

收稿日期: 2025年3月15日; 录用日期: 2025年5月17日; 发布日期: 2025年6月19日

摘 要

本研究采用文献资料法、逻辑分析法等, 首先从区位、资源、人才等方面分析彭祖山体育康养产业发展的优势, 然后从产业、产品等方面分析其发展的劣势, 其次从政策、市场等方面分析其发展的机遇, 最后从区域竞争、安全风险等方面分析其发展的威胁。基于此, 本研究提出彭祖山体育康养产业发展的策略: 推动产业协同, 打造特色产品, 完善保障机制及赋能智慧康养。

关键词

彭祖山, 体育康养产业, SWOT分析

Study on the Development Strategy of Sports and Recreation Industry in Pengzu Mountain

Fengli Chen^{1*}, Lili Jin^{2#}, Jun Lu²

¹Chengdu Vocational University of the Arts, Physical Education Institute, Chengdu Sichuan

²Sichuan Technology and Business University, Physical Education Institute, Chengdu Sichuan

Received: Mar. 15th, 2025; accepted: May 17th, 2025; published: Jun. 19th, 2025

Abstract

This study adopts the literature method, logical analysis method, etc. First, it analyses the advantages of the development of the sports and recreation industry in Pengzu Mountain from the aspects of location, resources, talents, etc.; then, it analyses the disadvantages of its development from the aspects of industry, products, etc.; then, it analyses the opportunities of its development from the aspects of policy, market, etc.; and finally, it analyses the threats of its development from the aspects

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 陈凤丽, 晋利利, 卢军. 彭祖山体育康养产业发展策略研究[J]. 体育科学进展, 2025, 13(3): 259-264.

DOI: 10.12677/aps.2025.133035

of regional competition and safety risks, etc. Based on the above, this study proposes strategies for the development of the sports and recreation industry in Pengzu Mountain: promoting industrial synergy, creating special products, improving the protection mechanism and empowering smart health and elderly care.

Keywords

Pengzu Mountain, Sports and Recreation Industry, SWOT Analysis

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

《“健康中国 2030”规划纲要》中指出，应积极促进健康与养老、旅游、互联网、健身休闲、食品融合，催生健康新产业、新业态、新模式[1]。基于此，体育康养产业的高质量发展肩负着重要的时代任务。本研究以彭祖山为个案，探究其体育康养产业发展的可行性并提出相应的对策。

2. 彭祖山体育康养产业发展的 SWOT 分析

2.1. 彭祖山体育康养产业发展的优势(S)分析

2.1.1. 区位优势

彭祖山景区位于四川天府新区、成都平原南面，眉山市彭山区东北部，成乐公路以东，府河东岸，地处成都至乐山、内江、自贡、雅安、凉山的核心地带，区位优势十分独特，有眉山北大桥和成都后花园之称。其交通便捷，与成昆铁路、成乐高速公路、国道 213 线、省道 106 线、岷江水道相邻。北距成都市 50 km，双流国际机场 30 km，黄龙溪古镇 12 km，离彭山县城仅 4 km，南去乐山 80 km。

2.1.2. 资源优势

(1) 自然资源得天独厚

彭祖山景区面积约 2333 亩，海拔高度 610 米，垂直高差 158 米，位于岷江和府河交汇处，藏风聚气，形成了天府聚宝盆的吉祥意象。彭祖山四周群山环抱，中心孤峰耸立，山势奇特，山与山之间构成了神秘奇绝、举世无双、天然立体的地形地貌，酷似道家、医家、易学家和气功家们推崇备至的“阴阳太极图”。景区面朝彭祖山，以长寿梯为中心，左为阴，右为阳，形成天然立体太极地貌。另外，彭祖山采气场位于地球上神奇的纬度带——东经 103 度，北纬 30 度超强磁场，这里是彭祖山天地间灵气、天地间气场、天地间阴阳气最集中的地方。

景区属亚热带湿润气候区，气候温和，空气潮湿，雨量充沛，冬无严寒，夏无酷暑，春暖秋凉，风力偏小，年平均日照 1293.7 h，无霜期年平均 308 天，年平均降雨量 983.4 mm，年相对湿度平均为 82%；景区内森林覆盖率达 63%，适合修身养性[2]。

(2) 文化资源底蕴丰富

彭祖是古代最长寿的老人、中华养生文化创立者，也是中华厨界祖师爷、中华武术文化鼻祖及中国历史上最早的性学大师。彭祖文化，是一种古老的汉族民俗文化，主要体现在彭祖养生之道和彭祖养生术上。彭祖根据所处的社会、自然环境之变化，结合衣、食、住、行、运动、药物调整，云游四方所得，

总结出一套自成体系的长寿养生理论与技法。其大致内容可分为彭祖摄养术，彭祖导引术，彭祖服气术，彭祖房中术等和彭祖烹调术几个方面。(见表 1)

Table 1. Pengzu health culture resources
表 1. 彭祖养生文化资源

类型	核心内容
彭祖膳食养生文化	《中国烹饪史略》中称彭祖“是我国第一位著名的职业厨师”，至今被尊为厨行的祖师爷。彭祖膳食养生，重在通过饮食或药饵的调养来补益人体之精气神明，调整人体内部的阴阳五行关系，使整个人体系统和器官功能协调平衡，从而达到健康长寿之目的。彭祖膳食术之精要，主要是“谨和五味”“药食同源”和“饮食有节”。
彭祖气功养生文化	彭祖导引行气术，它被认为是中华武术的雏形、武术气功的奠基石，是一种实用型健身养生大法。彭祖导引术招式共有 9 式，简单易学，分为长寿养生导引、长寿养疗导引法、彭祖寿仙导引三部分。彭祖的导引功法对人民祛病延年、强身健体具有很大的功效，后世的五禽戏、易筋经、八段锦、太极拳等武术功法和套路是由此演变发展而来的。
彭祖鼓乐养生文化	彭，本为击鼓而发生的声音。《说文解字》曰：“彭鼓声也，从，彡声”。文字学家认为“彡”为鼓之象形。击鼓而舞有两大功能，一为以舞而通神，增加方国的战斗性，鼓舞士气；二为以舞来锻炼身体，在鼓声彭彭的节奏中，熊经鸟伸，以御疾病。

2.1.3. 人才优势

彭祖山体育康养产业发展的人才优势主要表现在：一是眉山市分布的四川工商学院、四川城市职业学院、四川大学锦江学院均开设了体育、健康、护理等与体育康养相关的专业，培养了大量体育康养后备人才；二是 2023 年眉山市成立了健身气功协会，聚集了大量研究与练习健身气功的专家，为彭祖山体育康养产业的发展提供了一定的智慧支持。

2.2. 彭祖山体育康养产业发展的劣势(W)分析

2.2.1. 产业规模效益较差

彭祖山体育康养产业规模效益较差主要表现在：(1) 尽管彭祖山自然资源和彭祖膳食养生文化资源开发较好，但是仅仅依托传统的观光旅游业和餐饮业难以支撑彭祖山体育康养产业的整体发展，并且当前以“彭祖养生膳食”为品牌的餐饮业覆盖范围较小，尚未形成一定的规模效益；(2) 当前彭祖气功养生文化、彭祖鼓乐养生文化等体育康养核心资源开发力度不够，尚未形成相关的产业业态，主体消费内容尚不明确，市场规模较小；(3) 当前彭祖山体育康养关联产业较少，与之相关的“商、养、学、闲、情、奇”等要素产业发展缓慢[3]，品质化体育康养有待提高。

2.2.2. 产品形式较为单一

Table 2. Pengzushan sports and health products
表 2. 彭祖山体育康养产品

产品类型	主要内容
观光产品	彭祖居、彭祖仙宫、彭祖文化中心、彭祖祠、彭祖书院、不老阁、齐山双佛、慧光禅寺
餐饮产品	彭祖养生羹、仙山灵汤、羊方藏鱼、彭祖长寿面、鱼籽海苔薄脆、养生金秋粉蒸肉、仙山双雄煲、齐山石锅鲍鱼、彭祖养生汽锅鸡、彭祖金汤水煮虾、双色虾球、手撕麻辣鸡、石锅地三鲜、九九长寿梯、极品全家福、黑松露口袋包、黑龙潭胖头鱼、芙蓉牛脊髓、彭祖茶
体验产品	采气场、禅茶院子、朝山会、彭祖祭祀大典

彭祖山体育康养产品形式较为单一主要体现在：(1) 产品类型较少，主要包括观光产品、餐饮产品及体验产品；(2) 产品结构有待改善，主要以观光产品和餐饮产品为主，以“体育康养活动”为核心的体验产品较少；(3) 产品之间的关联度较差，缺乏产品组合；(4) 产品附加价值较小，主要以景区观光门票和餐饮付费为主要收入，盈利模式单一。(见表 2)

2.3. 彭祖山体育康养产业发展的机遇(O)分析

2.3.1. 政策机遇

2022 年 2 月，国务院发布《“十四五”国家老龄事业发展和养老服务体系规划》中明确提出要大力发展银发经济，发展壮大老年用品产业。2023 年 9 月，国家体育总局发布的《关于以重大体育赛事为契机组织开展体育消费促进活动的通知》提出：要深入推动体育与文化、旅游、康养等产业融合发展。2024 年 1 月，中国首个支持银发经济发展的专门文件《国务院办公厅关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》中就涵盖发展民生事业(如扩大老年助餐服务、拓展居家助老服务等)、扩大产品供给(培育银发经济经营主体、推进产业集群发展等)、聚焦多样化需求(强化老年用品创新、打造智慧健康养老新业态等)等多方面内容。这些政策为彭祖山体育康养稳步推进提供了政策支持。

2.3.2. 市场机遇

一方面，我国康养市场容量达 10.0 万亿元以上，且随着银发经济的爆发，正逐步进入黄金发展期，体育康养作为其中的重要组成部分，市场空间也将不断拓展。一方面，随着人口老龄化进程加快。截至 2023 年末，我国 60 岁及以上人口已达 29,697 万人，占全国人口的 21.1%，与 2022 年相比，占比增加 1.3%。按照国家卫生健康委的测算，2035 年左右，60 岁及以上老年人口比重将超过 30%，迈入重度老龄化阶段。因此，民众对于健康和养生的需求已不再局限于单纯治病疗养，而是表现在体育锻炼康复、医疗诊治、康养保健三融合的产业融合新模式上，体育康养的市场需求日益增多[4]。

2.4. 彭祖山体育康养产业发展的威胁(T)分析

2.4.1. 区域竞争威胁

截至 2018 年末，我省评定省级森林康养基地 223 处、省级森林康养人家近 500 个、省级森林自然教育基地 70 处、森林康养国际合作示范基地 11 处，建设森林康养步道近 2000 余公里。除了规模巨大的森林康养产业之外，四川省其它康养产业类型也较为丰富，比如峨眉山的温泉康养、七曲山的中医药康养、青城山的道教养生康养、攀枝花的阳光康养等。多样化的康养产业势必会给彭祖山体育康养产业的发展带来竞争。

2.4.2. 安全风险威胁

随着我国人口老龄化不断加剧，慢性病的快速扩展，参与体育康养的市场人群势必变得多样化和复杂化。一方面，消费者的个人生命安全风险需要提供更加完善的基础服务设施以及保障体系；另一方面，体育康养产业的特殊性在面对“生命安全”与“健康维护”等负面影响时将会面临更大的舆情危机。

3. 彭祖山体育康养产业发展的策略

3.1. 推动产业协同

充分发挥彭祖山的区位优势以及资源优势，加强区域产业布局，构建彭祖山体育康养全产业链：第一要优先发展气功健身休闲、健身气功赛事以及其它康养活动等体育康养主导产业；第二要集中发展旅游、教育与培训、会展、文创等关联产业，餐饮、住宿、交通、商业、文娱等要素产业，金融、地产、中介、传媒、通信、物流等辅助产业。从而推动彭祖山体育康养产业协同发展。(见图 1)。

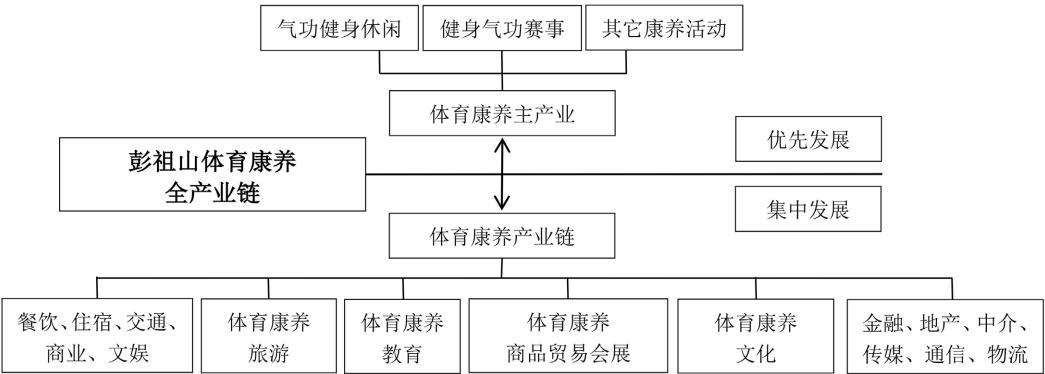


Figure 1. Collaborative development of sports and health industry in Pengzushan
图 1. 彭祖山体育康养产业协同发展

3.2. 打造特色产品

抓住体育康养发展的政策机遇和市场机遇，充分依托彭祖山得天独厚的自然资源和人文资源，打造彭祖山体育康养特色产品，如借助“三月三”朝山会的热潮开展彭祖导引健身气功大赛，将非遗民俗文化与现代体育康养项目相结合形成大众喜闻乐见的健身休闲项目，充分挖掘彭祖气功养生与药食养生的内涵，创新养生体系，促进体医融合等。将“彭祖天下寿”、“世界传奇地，中华长寿乡”的品牌影响力逐步扩大，形成彭祖山体育康养独有的核心竞争力。

3.3. 完善保障机制

紧抓体育康养产业蓬勃发展的契机，发挥眉山的人才优势，以市场需求为导向，培养专业的体育康养人才。立足“人才支持”核心，一方面，强化技术赋能，引入前沿康复技术，让专业人才熟练掌握；技能层面，开展多元实训，打磨实操硬功。服务上，培养人才的暖心服务意识，提升消费者体验；管理方面，塑造卓越管理思维，优化运营流程。全面加强彭祖山体育康养产业发展的保障机制。

3.4. 赋能智慧康养

依托彭祖山独特的自然资源与文化底蕴，引入现代科技手段提升康养服务品质，加强科技融合与智慧康养。开发智能健康监测系统，结合可穿戴设备实时追踪用户健康数据，提供个性化运动与养生方案；运用虚拟现实(VR)和增强现实(AR)技术，打造沉浸式文化体验项目，如虚拟导引术教学、彭祖养生文化全景展示等；建设智慧康养平台，整合景区资源、预约服务、健康咨询等功能，提升游客便利性与体验感。

4. 结语

在全民健身与全民健康深度融合的时代背景下，彭祖山应当抓住机遇，充分发挥自身优势，大力发展体育康养产业，助力全民健身事业的发展以及体育产业高质量发展，为健康中国贡献力量。

基金项目

四川省高等学校人文社科重点研究基地·四川户外营地教育发展研究中心资助项目《“品牌基因”理论视角下户外营地建设研究》(HWYD2024C05)。

参考文献

[1] 中共中央国务院. “健康中国 2030”规划纲要[EB/OL]. 2016-10-25.

https://www.gov.cn/zhengce/202203/content_3635233.htm, 2025-02-02.

- [2] 曾玲, 覃建雄. 四川彭祖山旅游资源特色与产品开发[J]. 国土资源科技管理, 2011, 28(4): 105-108.
- [3] 李燕, 骆秉全. 京津冀全域体育旅游产业布局及协同发展路径研究[J]. 中国体育科技, 2017, 53(6): 47-53+70.
- [4] 马荣超, 潘雪菲. 三明市森林体育康养发展策略研究——基于 SWOT 分析[J]. 武夷学院学报, 2020, 39(1): 26-31.