

健身气功融入老年健康服务产业的发展策略研究

郑佳喜*, 罗 敏#

湖南商务职业技术学院体育课部, 湖南 长沙

收稿日期: 2024年10月15日; 录用日期: 2024年11月12日; 发布日期: 2024年11月19日

摘要

健身气功是中国传统体育文化的重要组成部分, 将其融入老年健康服务产业不仅是积极应对人口老龄化挑战的必然要求, 更是传承与弘扬中华民族传统体育文化的使命担当。本文运用文献资料法和逻辑分析法, 对健身气功融入老年健康服务产业的价值体现、现实困境及发展策略进行深入剖析与讨论。认为将健身气功融入老年健康服务产业是弥补该产业体育服务短板、提升老年人生活质量、传承弘扬传统体育文化的逻辑使然。然而, 目前此过程还存在政策支持力度不够、专业人才匮乏、产业发展规模不足、社会力量参与有限等现实困境。故提出了强化政策支持与引导、搭建专业人才培养框架、完善与拓展产业链体系、扩大健身气功组织基础等发展策略, 以推动健身气功在老年健康服务产业中的深度融合与创新发展。

关键词

健身气功, 老龄化, 老年健康服务产业

Research on the Development Strategy of Integrating Fitness Qigong into the Elderly Health Service Industry

Jiaxi Zheng*, Min Luo#

Physical Education Department of Hunan Vocational College of Commerce, Changsha Hunan

Received: Oct. 15th, 2024; accepted: Nov. 12th, 2024; published: Nov. 19th, 2024

*第一作者。

#通讯作者。

Abstract

Fitness qigong is an important part of Chinese traditional sports culture, and its integration into the geriatric health service industry is not only an inevitable requirement to actively cope with the challenges of population aging, but also a mission to inherit and carry forward the traditional sports culture of the Chinese nation. In this paper, using the literature and logical analysis methods, the value embodiment, realistic dilemma and development strategy of integrating fitness qigong into the geriatric health service industry are analyzed and discussed in depth. It is believed that integrating fitness qigong into the elderly health service industry is a logical way to make up for the shortcomings of sports services in this industry, improve the quality of life of the elderly, and carry forward the traditional sports culture. However, at present, this process also has insufficient policy support, lack of professional talents, insufficient scale of industrial development, limited participation of social forces and other practical dilemmas. Therefore, it is proposed to strengthen policy support and guidance, build a framework for professional talent cultivation, improve and expand the industrial chain system, expand the organizational base of fitness qigong and other development strategies to promote the deep integration and innovative development of fitness qigong in the elderly health service industry.

Keywords

Fitness Qigong, Aging, Elderly Health Service Industry

Copyright © 2024 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

2010 年全国第六次人口普查数据显示, 我国 60 岁及以上老年人口规模达 1.77 亿, 占总人口比例的 13.32%。而 2020 年全国第七次人口普查, 该数字已跃升至 2.64 亿, 增幅高达 8642 万, 老年人口占比攀升至 18.72%, 且仍有进一步加剧的趋势[1]。在人口老龄化加剧的背景下, 老年群体的健康问题, 如慢性疾病、身体机能衰退、心理健康问题等, 正日益成为社会各界关注的焦点[2], 也催生了社会对老年健康服务需求的急剧增长。为积极应对人口老龄化带来的老年健康服务产业的缺口问题, 2019 年国家卫生健康委员会等 8 部门联合颁布的《关于建立完善老年健康服务体系的指导意见》指出, 要根据老年人的健康特点和服务需求, 构建包括健康教育、预防保健、疾病诊治、康复护理、长期照护、安宁疗护的综合连续、覆盖城乡的老年健康服务体系, 以精准对接老年人多样化的健康服务需求[3]。在此政策框架下, 健身气功作为传统的健康养生活动方式, 在促进老年人身心健康、预防疾病、丰富老年生活, 以及提升生活质量等方面均具有重要的作用和价值[4]。因此, 探究健身气功融入老年健康服务产业发展体系, 不仅是应对当前社会人口老龄化迫切需求的积极响应, 更是提升老年人福祉、促进其全面发展的重要举措, 其重要性和价值不言而喻。

2. 健身气功与老年健康服务产业的概念内涵

2.1. 健身气功的概念内涵

健身气功是以增进身心健康为目的, 以自身形体活动、呼吸吐纳、心理调节相结合为主要运动形式

的民族传统体育项目[5]。作为中国传统健身文化的重要组成部分,健身气功起源于古代华夏时期,是彼时百姓在日常生活中通过舒缓有节奏的身体活动和呼吸模式来缓解身心疲劳的一种方法。经医学名士如华佗等人在模仿动物活动以及融合吐纳、归气等医学特征的基础上,改良形成了如五禽戏、导引术等健身方法,使健身气功得到了快速发展。而后,随着健身气功在医学、儒家和现代武术等不同领域的不断演进,形成了包括八段锦、易筋经、六字诀、五禽戏、大舞、导引养生功十二法、马王堆导引术、十二段锦、太极养生杖以及民间的自编功法等健身项目在内的多元化健身体系[6]。

作为中国传统体育文化项目,健身气功已被证实对老年人群的健康促进具有独特的优势,被认为是维护健康、预防和治疗疾病、延年益寿的秘诀。首先,健身气功作为一种集调身、调息、调心于一体的综合性与整体性锻炼方式,其核心在于个体通过主动激发内在潜能,实现身心功能的全面优化与增进,具有身心并练的特点。其次,健身气功的运动风格柔和绵缓,不仅体现在肢体动作的流畅与舒缓上,还体现在呼吸调控的深、长、细、匀之中,以及意念引导下的精神放松与内心宁静,有效规避了高强度运动可能引发的负面生理反应,进而实现了生理机能的均衡提升与和谐发展。再次,健身气功是通过调控呼吸、动作和意念三者间的相互关系,来改善人体机能,从而达到预防疾病、促进健康、延年益寿的目的,其养生效果非常显著。最后,健身气功注重调心,不仅能够有效调节人的心理状态,缓解现代社会带来的种种压力,提升整体生活质量,更在潜移默化中培养了人的道德情操与内在修养,为社会的和谐稳定与全面发展注入了积极的文化力量。因此,健身气功不仅对于中国传统体育文化项目的传承与发展具有推动作用,更在促进练习者身心健康和提升道德修养等方面具有积极的促进意义。

2.2. 老年健康服务产业的概念内涵

老年健康服务产业是指以满足老年人群体的健康需求为核心,为其提供身体、心理、社会适应等方面健康产品和服务的一个直接或间接生产体系,旨在满足老年人的健康需求,提高其生活质量[7]。其所涵盖的业务范畴包括但不限于:第一,医疗保健服务。专注于老年人群疾病的预防、早期诊断、治疗及康复过程的全程服务与管理,旨在为老年人提供全面的医疗保障;第二,老年健康管理服务。主要是通过健康监测、综合评估与专业咨询等手段,为老年人提供个性化的健康管理方案,以达到疾病预防与控制的目的[8];第三,老年健康保险服务。为老年人提供包括医疗保险、长期护理保险在内的多元化保险产品,以减轻老年人在医疗及护理方面的经济压力;第四,老年护理康复服务。针对患有疾病或身体机能衰退而生活自理能力受限的老年人,提供涵盖日常照护、专业护理、情感陪伴以及康复治疗与训练在内的全方位服务,帮助其恢复或提升身体机能[9];第五,休闲娱乐服务。主要是提供适合老年人的文化、休闲及旅游等活动,丰富老年人的精神文化生活,促进其身心的和谐健康。

随着我国老年人口基数的持续扩大和老年人健康需求的日益增长,催生了老年健康服务产业的蓬勃兴起,使得老年健康服务产业不仅在规模上实现跨越式增长,更在服务的领域和覆盖范围上持续拓宽,逐步向多元化、精细化与智能化的方向发展。表现为,老年人对健康服务的需求不再局限于传统的医疗服务的范畴,而是向老年保健、医疗服务、养老服务、健康管理、心理健康咨询等多个方向发展,从而形成一个复杂而全面的服务生态体系。在此背景下,健康服务内容的细分化成为必然的趋势,以针对不同需求的老年群体,如高龄老人、残疾老人、空巢老人等特定群体提供定制化、个性化及差异化的需求,以实现服务的精准对接与高效满足。并且,随着科技的进步,远程医疗系统、智能穿戴设备等智能化设备与技术在老年健康服务产业中的应用日益普及与深化,在提升服务的便捷性与效率的同时,还显著增强了服务的个性化与精准度,呈现出鲜明的智能化发展特征。这一系列变革不仅丰富了老年健康服务的内涵与外延,更为我国老年健康服务产业向更高质量、更高水平的发展路径奠定了坚实的基础。

3. 健身气功融入老年健康服务产业的价值体现

健身气功在老年健康服务产业中的应用潜力巨大, 它不仅具备显著的经济价值和社会价值, 还有助于推动健身气功相关产业的健康、可持续发展。

3.1. 健身气功融入老年健康服务产业的经济价值

健身气功能够改善老年人的健康状况, 减少常见的慢性病风险, 进而降低老年人群体的医疗支出。这在一定程度上减轻了个人和国家的经济负担; 随着人们对健康的重视度提升, 更多老年人愿意在健身气功等健康活动上花费时间和金钱, 这类消费促进了健康服务、器材等相关市场的发展; 健身气功的推广需要专业的培训师、健康管理人员等, 能够带动相关职业的就业增长。健身气功的普及能够催生新的岗位, 推动相关人才培养, 带动经济增长。

3.2. 健身气功融入老年健康服务产业的社会价值

提高老年人的生活质量, 健身气功不仅有助于老年人的身体健康, 还能提升心理健康, 减少孤独感, 提高生活幸福感; 有效地促进家庭和谐, 老年人健康状况的改善减少了子女的负担, 使得家庭成员间的关系更加和谐; 弘扬中华优秀传统文化, 健身气功作为中国传统养生文化的一部分, 其在老年群体中的推广有助于中华传统文化的传承和发扬。

3.3. 老年健康服务产业发展反哺健身气功的传播

随着政府对老年健康服务产业的关注加深, 相关政策的出台能够为健身气功产业提供良好的发展环境[10]; 健身气功产业相关产品与服务多样化, 可以开发与健身气功相关的产品和服务, 如培训课程、健康管理 APP 等, 从而拓展服务内容, 提高市场竞争力; 促进健身气功的数字化与智能化发展, 运用智能穿戴设备、健康监测技术等实现老年人健康数据的收集和分析, 为老年人定制个性化的健身气功方案, 提高用户体验和服务质量。

4. 健身气功融入老年健康服务产业的现实困境

4.1. 政策支持力度不够

目前引导与支持健身气功发展的宏观政策有《全民健身计划(2021~2025 年)》和《“健康中国 2030”规划纲要》, 前者指出要重点扶持和推广包括健身气功在内的传统体育项目, 并加强场地设施建设, 为推动全民健身活动的开展提供物质基础。后者提出要将健身气功、太极拳等传统运动项目列为扶持项目, 进行相应的扶持与推广[11]。部分地方政府也积极响应政策号召, 在结合本地实际情况的基础上, 制定了更具针对性的实施策略。如北京市社会体育管理中心发布的《2024 年北京市健身气功工作计划》中, 明确提出要加强健身气功功法的推广普及, 促进健身气功高质量发展的具体目标。然而, 通过查阅文献资料发现, 虽然近年来国家和地方政府出台了一些政策文件支持健身气功等传统体育项目和健康服务产业的发展, 但是支持力度还存在很大的不足, 主要体现在政策细化不够、执行力度不一、资金扶持有限等方面, 同时缺失健身气功融入老年健康服务产业的相关政策。这不仅限制了健身气功在老年健康服务产业中的深入应用与融合发展, 也影响了其作为有效健康干预手段在老年群体中的普及与接受度。

4.2. 专业人才相对匮乏

健身气功的习练离不开专业人士的教学与指导, 所以专业人才是制约健身气功普及与推广的重要因素。尽管国家体育总局健身气功管理中心、各级地方体育局以及健身气功协会与社团组织均在致力于加强健身气功社会体育指导员的培训与认证工作, 体育总局健身气功中心印发的《健身气功行动计划

(2019~2021 年)》中明确指出, “要以满足群众多元化健身需求为目标, 在全国建立起健身气功指导员、裁判员、段位制等各类技术培训体系”^[12]。经过数年努力, 截至 2023 年 4 月, 全国培养健身气功社体指导员 26.8 万余名, 健身气功裁判员 2.6 万余名^[13]。但是, 相较于我国庞大的老年人口基数(约 1.77 亿 60 岁及以上人群)及国内外持续增长的健身气功习练者群体(已达 650 多万人, 并呈逐年递增态势), 健身气功专业人才仍显不足, 尤其是既精通健身气功专业技能又深刻理解老年健康服务产业需求的专业复合型人才更是稀缺, 再加上高校中开设健身气功专业的数量有限, 导致该领域专业人才储备相对匮乏^[14], 这在很大程度上制约了健身气功在老年健康服务产业中的有效融入与深化应用。

4.3. 产业发展规模不足

健身气功产业是涵盖所有与之直接或间接相关的经营主体与活动的总称, 具体可分为 3 大板块, 包括核心产业, 如健身气功的教学与培训等; 中间产业, 如健身气功器材的生产与销售等; 周边产业, 如健身气功文化产品开发等^[15]。近年来, 得益于国家政策的积极引导与市场需求的快速增长, 我国健身气功产业出现蓬勃发展的态势。但是, 相较于其他成熟的体育产业体系, 其产业发展的整体规模仍显不足^[16]。一方面, 健身气功产业链的完整性与各环节间的协同效应亟待加强, 产业链中诸如教学培训体系、器材研发生产、赛事组织策划等关键环节, 尚未形成高效、紧密的联动体系, 各环节间的协同效应未能充分发挥, 制约了产业整体效能的提升^[17]。另一方面, 健身气功产业在老年健康服务领域的深度布局与创新探索尚显不足。多数相关企业仍局限于提供基础的健身气功培训、用品销售及表演赛事等服务, 未能充分利用中医、养老、旅游、康养等具有广阔合作前景的产业资源, 实现跨界融合与资源整合^[18]。不仅限制了健身气功产业链条的延伸与价值链的拓展, 也阻碍了其在老年健康服务产业中的普及与应用。

4.4. 社会力量参与有限

当前, 健身气功在老年健康服务领域的推广主要依赖于政府层面的推动, 相比之下, 养老机构、社区组织、企业事业单位以及社会其他各界力量的参与显得较为薄弱。尽管国家体育总局健身气功管理中心、各级地方体育局以及健身气功协会均已采取积极措施, 在全国范围内构建了包括 26 个省级和 1211 个地县级健身气功协会在内的广泛网络, 并设立了超过 3.3 万个健身气功站点, 但是这些站点的功能普遍较为单一, 缺乏社会力量的参与和有效的市场运营机制以及自我持续发展的能力, 难以支撑其向产业化、规模化方向转型的迫切需求^[19]。同时, 社会各界健身气功在宣传推广方面存在明显不足^[20]。尽管在老年群体中已积累了一定的认知度, 但与瑜伽、体育舞蹈等健身项目相比, 其市场宣传与推广的力度仍显逊色, 难以有效拓宽受众基础, 限制了其市场潜力的充分挖掘。这种过度依赖政府引导、缺乏社会力量参与多元化运作模式的现状, 不仅制约了健身气功在老年健康服务领域的深入渗透, 也阻碍了其产业化进程中的多元发展路径探索。

5. 健身气功融入老年健康服务产业的发展策略

5.1. 强化政策的支持与引导

相关政策的制定与实施能为健身气功在老年健康服务领域的普及与深入应用奠定坚实的基础。所以政府部门应高屋建瓴, 制定并实施专项政策文件, 明确健身气功在老年健康服务产业中的重要地位与作用, 加大扶持力度, 并规划出切实可行的操作方案和支持路径。一方面, 强化跨部门协作机制, 促进健身气功在老年健康服务领域的发展与应用, 如加强自然资源与规划部门、城管部门、体育和教育部门以及基层政府的协调与合作, 确保公园、广场、学校、社区活动中心等公共资源能有效服务于健身气功活动的开展, 为老年群体提供更加便捷、适宜的锻炼环境。另一方面, 积极引导并鼓励养老机构、社区组

织、健身俱乐部、企事业单位等社会力量参与其中,形成多元化的投资主体与运营体系。并通过专项资金扶持、税收减免、土地使用优惠等激励政策,对开展老年群体健身气功活动的组织和个人给予支持,激发市场活力,促进健身气功在老年健康服务产业中的拓展与应用。此外,为确保政策措施的有效实施,有必要建立相应的政策执行监督机制,对政策实施过程进行全程跟踪与评估,及时发现并纠正执行偏差,为健身气功在老年健康服务领域的长期发展提供保障。

5.2. 搭建专业人才培养框架

构建专业人才培养框架不仅能够促进健身气功的推广和普及,还能推动老年健康服务产业的创新发展,为健身气功融入老年健康服务产业奠定坚实基础。搭建专业人才培养框架要以满足老年人多元化健身需求为目标,遵循政府主导、高校支撑、社会参与的原则,构建全方位、多层次的人才培养体系,着重培养包括健身气功专业人员(如健身气功社会指导员、裁判员等)和老年健康服务产业专门人员(如健康管理师、运动处方师等)的复合型人才,为健身气功在老年健康服务产业中的融入与应用提供支撑。政府层面,继续深化健身气功站点中心的辐射带动作用,推动健身气功社体指导员和裁判员等专业人才的培训工作。并通过设立专项基金、人才资助项目等多元化渠道,培养既精通健身气功专业技能又熟悉老年健康服务产业的复合型人才;高校层面,鼓励高等院校开设健身气功相关专业或课程,结合教育实习或专业实践的培养模式,培养理论与实践并重的专门人才;社会层面,深化与医疗机构、养老院、康养中心等老年健康服务机构的合作,共同探索培养健身气功技能与老年健康服务产业的跨界人才路径,以促进老年健康服务产业的拓展与升级。

5.3. 完善与拓展产业链体系

完善与拓展产业链体系是健身气功融入老年健康服务产业发展的关键。其中,完善健身气功产业链体系的措施包括:积极促进健身气功项目标准化建设,如健身气功功法、器材、服装、场地等;健全完善健身气功站点联赛、单项功法竞赛、国际性赛事、地方特色赛事活动体系,提高赛事的市场化运作水平;鼓励健身气功的创新与发展,如结合老年人身体特点和需求,开发相适配的基础功法、养生功法等课程与器材。并引入智能穿戴设备、大数据、在线教学等科技手段,提升健身气功教学与管理水平[21];强化上游健身气功产品研发、中游健身气功教学与服务、下游健身气功衍生品开发的联动与协同,壮大健身气功产业发展规模。拓展健身气功产业链体系的措施包括:研发健身气功运动处方、建立处方数据库,并以运动处方为核心,研发适宜老年人的可穿戴化智能设备,构建以大数据为基础的老年人健身气功健康干预、评估与反馈于一体的信息平台,推进健身气功康养服务体系的建设;联合企事业单位,打造健身气功特色健康养老社区、旅游度假村等形式,丰富老年健康服务内容,推动健身气功与养老及旅游产业的融合发展[22];加强与中医养生、康复理疗等医疗机构的合作,建立以健身气功为核心,以健康教育、预防保健、康复护理等为手段的老年健康综合服务体系,共同推动健身气功在老年健康服务领域的应用。

5.4. 扩大健身气功的组织基础

扩大健身气功的组织基础,不仅可增强健身气功的社会影响力和普及度,还能为老年健康服务产业注入新的活力,推动老年健康服务产业的发展。一方面,明确组织建设的具体目标和任务,建立健全各级健身气功协会和站点网络,持续强化健身气功组织建设。并制定科学的组织管理制度、评价体系和监督机制,不断提高组织化程度和规范化服务水平;加强组织内部的沟通与协作,促进跨部门、跨领域的深度融合与交流,共同推动健身气功在老年健康服务产业中的发展。另一方面,通过组织各类健身气功宣传、活动、比赛和展示等多元化、全方位的宣传推广策略,扩大健身气功在老年人群中的影响力和参

与度。如利用电视、广播、互联网等各种媒体渠道,广泛宣传健身气功的知识和练习方法,提高公众对健身气功的认知和了解和对老年健康的促进作用,以及对传承和弘扬中华优秀传统文化的意义;在社区、村委会等地方设立健身气功活动场所,并组织志愿者进行辅导,营造良好的氛围。同时,在公园、广场、养老院等老年人聚集场所,定期开设健身气功课程,举办知识讲座和健身气功展演或比赛等活动,让老年人学习和体验健身气功的益处,促进健身气功在老年健康服务产业中的发展与应用。

6. 结语

本研究在剖析健身气功与老年健康服务产业概念内涵的基础上,对健身气功融入老年健康服务产业的价值逻辑、现实困境、发展策略进行了探讨。健身气功作为中国传统体育文化的重要组成部分,在促进老年人身心健康、预防疾病、提升生活质量等方面具有不可替代的作用。而将健身气功融入老年健康服务产业不仅是积极应对人口老龄化挑战的必然需求,更是传承与弘扬中华民族传统体育文化的使命担当。在此过程中,政策的支持与引导、专业人才的培养、产业链的完善与拓展、组织基础的扩大等关键要素均不可或缺,共同构成了推动健身气功在老年健康服务产业中有效融入与深化应用的坚实基石。未来,随着全民健身和健康中国战略的持续深化,以及国家对老年健康服务产业的高度重视,健身气功在老年人群中的普及程度和接受度有望进一步提升。社会各界需协同努力,共同推动健身气功在老年健康服务产业中的创新发展与广泛应用,为实现健康老龄化贡献更多力量。

基金项目

新时期体育 + 养老产业融合体系构建与实证研究 2022 年度湖南省教育厅科学项目(一般项目) (22C1037)。

参考文献

- [1] 国家统计局. 中国人口普查年鉴[EB/OL]. <https://www.stats.gov.cn/sj/pcsj/rkpc/7rp/indexch.htm>, 2024-04-15.
- [2] 刘丽君. 农村老年人健康相关生命质量的影响因素、作用机制及管理对策研究[D]: [硕士学位论文]. 南宁: 广西大学, 2017.
- [3] 老龄健康司. 关于建立完善老年健康服务体系的指导意见[EB/OL]. <http://www.nhc.gov.cn/lljks/s7785/201911/cf0ad12cb0ec4c96b87704fbbeb5bbde.shtml>, 2019-11-01.
- [4] 尤杏雪. 健身气功·六字诀对老年人生存质量影响因素的研究[D]: [硕士学位论文]. 北京: 首都体育学院, 2009.
- [5] 政策法规司. 健身气功管理办法[EB/OL]. <https://www.sport.gov.cn/gdnpss/content.jsp?id=28059060>, 2024-08-28.
- [6] 李锐, 卢伯春. 健身气功对人体身心健康影响的研究进展[J]. 中国老年学杂志, 2022, 42(18): 4638-4644.
- [7] 张再生, 邵辉. 老年健康产业发展的思路与对策——基于战略性新兴产业视角[J]. 中国卫生政策研究, 2014, 7(3): 1-6.
- [8] 张智梁. 沈阳市社区老年健康管理的问题研究[D]: [硕士学位论文]. 沈阳: 沈阳师范大学, 2020.
- [9] 张海波. 以社区“老年健康之家”为基础的老年健康保障服务体系研究[D]: [硕士学位论文]. 天津: 天津大学, 2012.
- [10] 王泽善, 闻靖, 李星, 等. 高校健身气功推广与发展现状研究——以天津市高校为例[J]. 搏击(武术科学), 2013, 10(12): 96-98, 104.
- [11] 张素雯. 健身气功国际化推广与国家形象构建的研究[D]: [硕士学位论文]. 苏州: 苏州大学, 2019.
- [12] 国家体育总局. 健身气功行动计划(2019-2021 年) [EB/OL]. <https://www.sport.gov.cn/qgzx/n5402/c910872/content.html>, 2019-06-03.
- [13] 刘昕彤. 全国健身气功管理工作会议召开[N]. 中国体育报, 2023-04-20(02).
- [14] 马腾超. 健身气功·八段锦在高校的开展现状与问题分析[J]. 当代体育科技, 2024, 14(6): 90-93.
- [15] 安小可. “健康中国”背景下昆明健身气功与康养旅游开发融合研究[J]. 武术研究, 2020, 5(9): 84-85.

-
- [16] 张擎, 柴王军. 体育产业高质量发展面临问题与实现路径[J]. 湖北体育科技, 2020, 39(5): 398-401.
 - [17] 宋昱, 夏雪, 郭政. 健身气功融入和促进我国健康服务产业发展策略[J]. 上海体育学院学报, 2020, 44(4): 84-94.
 - [18] 宋亚佩, 范铜钢. 健身气功产业化发展困境与策略[J]. 湖北体育科技, 2021, 40(4): 308-312, 318.
 - [19] 郭旭, 司红玉. 新时代健身气功文化的价值、困境及路径研究[C]//中国体育科学学会. 第十三届全国体育科学大会论文摘要集——专题报告(体育史分会). 郑州: 郑州大学, 2023: 3.
 - [20] 包随军. 陕西省健身气功站点运行模式及发展路径研究[D]: [硕士学位论文]. 西安: 西安体育学院, 2021.
 - [21] 庞俊娣. 基于大数据智能分析的运动反馈系统在中学体育教学中的应用研究[J]. 当代体育科技, 2019, 9(32): 115, 117.
 - [22] 任波. 体育产业与城市化耦合发展机理及其效应研究[D]: [硕士学位论文]. 上海: 上海体育学院, 2021.