

中国式现代化进程中女性体育对女性身体价值的建构研究

宋宗佩¹, 白亮¹, 郭怡², 韩凤月³

(1.台州学院 教师教育(体育)学院, 浙江 台州 317000; 2.浙江大学 教育学院, 浙江 杭州 310058;
3.广州体育学院 体育教育学院, 广东 广州 510500)

摘 要: 身体是展示文化的符号, 是呈现社会性别秩序的媒介, 是展现社会权力关系的载体。运用文献资料、历史分析、逻辑分析等方法, 分析中国式现代化进程中女性体育对女性身体的价值建构。研究认为, 在中国式现代化进程中, 受国家“吸纳—规划”、市场“编码—赋能”与个体“协商—认同”三大动力机制的协同推动, 女性通过广泛的体育实践, 逐步形成了“集体的国家身体”“自主的个体身体”与“和谐的全面发展身体”辩证统一的身体价值图谱, 实现了从历史“失语”到当代“自主”的根本转变。本研究尝试从身体视角解读中国式现代化理论, 以充实其内涵, 并希冀从女性体育角度构建体育自主知识体系, 为全球女性体育的现代化发展提供不同于西方个体赋权模式的中国方案。

关 键 词: 中国式现代化; 女性体育; 女性身体; 身体赋权; 中国方案

中图分类号: G80-05 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2026)05-0067-10

A study on value construction of female body through women's sports in the process of Chinese-style modernization

SONG Zongpei¹, BAI Liang¹, GUO Yi², HAN Fengyue³

(1.School of Teacher Education (Physical Education), Taizhou University, Taizhou 317000, China;
2.College of Education, Zhejiang University, Hangzhou 310058, China;
3.School of Physical Education, Guangzhou Sport University, Guangzhou 510500, China)

Abstract: The human body is a symbol to exhibit culture, a medium for the representation of social gender order, and a carrier for the manifestation of social power relationship. By adopting the methods of literature review, historical analysis, and logical deduction, this paper explores the value construction of the female body by women's sports in the process of Chinese-style modernization. The present study reveals that in the course of Chinese-style modernization, collaboratively promoted by three dynamic mechanisms including national “absorption-planning”, market “coding-empowerment”, and individual “negotiation-identification”, through extensive sports practices, women have gradually formed a dialectical unified body value spectrum among including the “collective national body”, “autonomous individual body”, and “harmonious all-round developed body”, which has achieved a fundamental transformation from historical “aphasia” to contemporary “autonomy”. This research attempts to interpret the theory of Chinese-style modernization from an embodied perspective to enrich its connotations, and also aims to construct an independent knowledge system in physical education from the dimension of women's sports, so as to provide a Chinese solutions different from the western individual empowerment model for the modernization development for global women's sports.

Keywords: Chinese-style modernization; women's sports; female body; body empowerment; Chinese solutions

收稿日期: 2025-11-27

基金项目: 教育部人文社科研究青年基金项目“中国式现代化进程中女性体育的媒介建构及价值研究”(23YJC890033); 浙江省哲学社会科学
研究后期资助项目“当代中国体育媒体传播中的女性形象研究”(24HQZZ048YB)。

作者简介: 宋宗佩(1983-), 女, 副教授, 博士, 研究方向: 体育人文社会学。E-mail: 382564390@qq.com

1 植根于中国体育实践的女性身体现代化

1.1 研究背景与问题提出

身体,不仅是自然的、个体的现象,还与历史变迁、社会行动、符号体系、认同与性别等有关^[1]。体育是一项高度身体化、性别化的活动,其发展历程可以反映女性身体的变化。近现代以前,在神权、族权、王权和父权的交织影响下,中国女性体育和女性身体常遭受制度性和习俗性的排除或伤害^[2]。中国式现代化以来,女性通过广泛的体育实践,将女性身体与民族和国家相联系。在此过程中,女性身体从缠足的禁锢到天足的倡导,从革命时代战斗的身体、建设时代劳动的身体、发展时代为国争光的身体到新时代全面发展的身体,女性身体的价值变化历程堪称一部社会变迁史。本研究从身体视角,尝试分析在中国式现代化进程中,女性体育对女性身体的价值建构过程,解读体育如何推动女性实现从“失语”到自主的根本转变,进而阐述人的现代化这一中国式现代化的核心命题。为此,首先回溯了近现代以前女性在体育中的失语现象,继而以西方女性体育现代化为参照,系统阐释中国式现代化进程中女性体育建构女性身体价值的中国方案。

1.2 历史共性:近现代以前女性身体的“缺位”与“他者化”

近现代以前,以身体能力象征社会权力的体育世界,女性体育部分处于被忽视、排斥乃至歧视的状态,女性身体也呈现出缺位与他者化的特征。缺位意味着女性难以获得平等的体育参与资格,这种状况具有跨文化的普遍性。在儒家文化主导的封建社会,“阳刚阴柔”“男尊女卑”等性别观念^[3],将阴、柔、弱视为女性气质的主要体现^[4]。受此观念影响,女性的体育参与被认为是不符合其身份和道德规范的行为。无独有偶,古代奥运会也明确禁止女性参与及观赛,违者甚至面临极刑^[5]。他者化指女性身体被塑造造成外在于自身的客体,失去了主体意识,被赋予生育、家国或依附性等意义。在斯巴达,女性虽可以接受系统训练,但其目的在于培育强壮的母亲以繁衍健康的后代,或在男子出征时保卫城邦^[6]。中国近千年的缠足之风与欧洲盛行几百年的束腰习俗,均通过极端的身体改造以迎合男性审美,导致女性身体遭受永久性损伤,从根本上剥夺了其运动的能力^[7]。总之,在近现代以前,女性在体育领域呈现为一种历史共性,即身体普遍遭遇系统性排斥与客体化,处于集体失语的状态。然而,在迈向现代化的道路上,中西方却由此分道扬镳,形成了截然不同的发展模式与身体解放路径。

1.3 西方参照:女性主义思潮下的理论演进与身体实践

现代化起源于14—15世纪的西方^[8],以理性精神为其精神内核,思想解放是其重要内容^[9]。妇女解放作

为思想解放的重要组成部分,贯穿于西方现代化过程之中。19世纪晚期至20世纪初期,西方科学家用大量的研究证明,女性的体质并不逊色于男性,参与高强度运动也不会损伤女性的身体机能^[10]。这为女性体育的发展和女性身体的解放提供了坚实的理论基础。同时受女性主义思潮的推动,不同女性主义体育理论不断涌现,女性积极为自身争取各类体育权益。如自由女性主义体育理论旨在通过追求制度平等,为女性争取平等的体育参与机会^[11];激进女性主义体育理论指出,男女之间存在差异,要构建专属的运动空间^[12];马克思女性主义体育理论深刻地揭示了资本与权利对女性身体的双重压迫^[13];生态女性主义体育理论批判了过度竞技化对女性身体的损伤^[14];后现代女性主义体育理论提出了体育去性别化发展的想法^[15]。在不同女性主义体育理论的影响下,女性开始积极参与体育,身体逐渐从被规训的客体向能动的主体转变。具体来说,从19世纪初开始,女性开始参与体操、健美操等被认为适宜女性的运动^[16],改善了其身体素质;19世纪末,自行车运动的普及,让女性初步获得了身体的掌控权^[17];20世纪后,女性逐渐进入拳击、健美等传统被认为适宜男性的运动领域,打破了身体柔弱的刻板印象^[18]。分析西方现代化进程中女性体育和女性身体发展轨迹,不难发现,西方女性体育的发展和身体的解放,受女性主义思潮的影响,形成了以个体赋权为特征,依靠自下而上的社会运动,持续突破父权制的束缚。

1.4 关键场域:女性体育作为“人的现代化”的具身体现

中国式现代化建设将人的现代化与人的全面发展作为核心目标^[19],将国家的进步与人民的发展同步推进。对于历史上长期处于弱势地位的女性而言,在现代化建设的潮流中,由于体育的具身属性^[20],使其成为推进女性现代化的重要方式,女性体育也因此成为观测人现代化的关键场域。这是因为,在国家的保驾护航下,广大女性频繁地参与体育。而体育参与不仅助力女性挣脱身体柔弱的枷锁,实现身体的解放,更助力女性走进公共空间,实现社会价值。

女性体育是指女性以身体活动为载体、以身心健康与全面发展为目标^[21],在学校体育、群众体育与竞技体育三大场域开展的各类女性体育实践。其中学校体育是女性系统接受身体教育、奠定女性身体素质基础的初始场域。群众体育是女性通过广泛的体育参与,对女性身体进行日常化建构的实践场域。竞技体育则是以女性优异的竞技成绩为依托,将身体塑造为民族与国家象征的符号场域。三大场域协同,共同形塑了女性身体的价值。此处的身体价值,是指在中国式现

代化进程中,女性身体在体育实践中被建构的、具有独特社会与文化意义的价值。它包含工具性价值(劳动、母职、健康等)、象征性价值(民族精神、审美标准、道德品质等)、主体性价值(自我掌控、自主表达、身体认同等)、社会整合性价值(社会认同、群体和谐、代际传承等)4个相互关联的维度。这些维度在现代化不同时期的体育实践中被不同程度的建构。为系统分析这一价值建构,本研究提出了3个值得深入探讨的问题:(1)中国式现代化的宏观理论在女性体育领域进行了怎样的中观转化?(2)转化之后的中观特征借助哪些机制作用于女性体育实践?(3)不同机制对女性体育实践的长期影响又建构了怎样的女性身体价值?对于以上系列问题的研究,一方面希望从身体视角,解读中国式现代化理论,以丰富其内涵;另一方面希望从女性体育的角度,构建体育自主知识体系,为世界女性体育发展提供不同于西方个体赋权模式的中国经验。

2 分析框架的建构:“特征—机制—实践—价值”的整合模型

中国式现代化是人的现代化的集中体现。在这一伟大进程中,女性体育实践推动了女性身体价值观念的重构。而源自于现代化实践形成的中国式现代化理论,在分析女性体育这一微观实践时,存在过于宏大的问题。为此,本研究基于宏观理论与微观实践,提炼出五大中观结构性特征,作为分析女性体育对女性身体价值建构的框架。但在此框架内,身体价值的生成需要动力系统的推进。因此,基于国家、市场、个人三大主体,提出三大动力机制,为这一价值建构提供了具体的动力路径。

2.1 中国式现代化:以“人的全面发展”为核心的理论体系

中国式现代化,是中国共产党领导下的社会主义现代化^[22],其根本价值在于实现人的全面发展,其实质为人的现代化^[23]。在中国的百余年建设历程里,中国式现代化有着“人口规模巨大、全体人民共同富裕、物质文明与精神文明相协调、人与自然和谐共生、走和平发展道路”的宏观特点^[24]。在实践上,呈现出并联式的发展特征^[25]。它不同于西方现代化历经数百年,表现出线性串联式的发展特征,且以资本扩张为核心,在发展过程中易于引起人的异化与社会的分化^[26]。中国式现代化以人民为中心,致力于国家、社会与人的发展协同推进^[27]。且在国家的系统规划与整体推动下,各领域并联化发展,整体实现现代化。因此,作为以全体人民全面发展为终极关怀的中国式现代化理论,为本研究审视现代化进程中女性体育如何影响女性身体

的价值重构,提供了坚实的理论依据。

2.2 宏观特征的中观转化:五大结构性特征的生成与逻辑

中国式现代化理论植根于中国本土的现代化实践,女性体育实践作为众多实践中的一种,运用该理论分析女性体育实践对女性身体的价值建构具有一定的可行性。但女性体育实践仅是其中一部分,并非全貌,故无法套用中国式现代化的宏观理论直接分析女性体育这一微观实践,需要对宏观理论进行中观转化。因此,立足中国式现代化理论内涵,结合女性体育实践,提炼中国式现代化影响女性体育发展的五大结构性特征,为分析女性体育对女性身体的价值建构提供分析框架。

一是战略规划与整体推进。1840年鸦片战争的爆发,迫使我国开始直面西方现代化的挑战。它不仅是中国近代屈辱史的开端,也是我国被动迈向现代化的起点。在随后百余年的现代化建设中,民族要图存,国家要建设,经济要发展,人民要幸福。不同历史时期,都需要国家扮演有为政府的角色,用一双无形有力的大手,在人口规模巨大的背景下,系统推动各项事业全面发展,以逐步实现全体人民的共同富裕。体育事业也不例外,体育现代化建设也需要国家的战略规划与整体推进,以使体育发展成果惠及全体公民,尤其是广大的女性群体,以避免社会与市场的自发推动,带来的性别不均衡问题。

二是目标协同与并联化发展。在现代化进程中,女性体育在促进国民身心健康发展、推动社会与经济进步、提高民族凝聚力、提升国家形象等方面发挥了积极作用,实现多目标的协同。这与中国式现代化理论中物质文明与精神文明协调发展相契合,是中国式现代化理论的宏观特征在女性体育领域的微观体现。此外,在此过程中,女性在学校体育、群众体育、竞技体育3个领域,也并非串联式发展,而是并联化推进。具体来说,学校体育打基础,群众体育强普及,竞技体育见长效,三者相辅相成,共同进步。

三是和谐共生与可持续发展。人与自然和谐共生、走和平发展道路是中国式现代化理论的重要内容。在女性体育领域,女性通过广泛参与气功、太极拳等民族传统体育以及户外运动,既体验人自身的和谐,也践行人与自然的可持续发展。女篮、女足等团体性项目的普及,以及广场舞、排舞等群众体育的普遍实践,增进了个人与群体之间的交往。而在中国式现代化进程中形成的女排精神,其在国内外的弘扬,也促进了国家之间的相互理解与和平发展。

四是多元协同与网络治理。在女性体育现代化建设中,国家发挥了巨大的推动和主导作用,但仅仅依

靠国家的力量是远远不够的。因为女性体育现代化建设是庞大的系统工程,且时间长、任务重、领域多、难度大、成效慢。因此,需要团结一切可以团结的力量,发挥一切可以发挥的优势。市场作为现代化建设的中坚力量,个体作为现代化建设的实施者和受益者,需要与国家形成合力,打造多元协同主体,形成网络化治理格局,推动国家治理现代化的建设。

五是社会进步与人的全面发展。社会的进步为人的发展提供动力,人的发展又为社会的进步提供活力。在民族危难、国家建设初期,女性体育的发展内嵌于民族振兴、社会稳定与国家强盛的发展目标之内,助力社会的进步。现代化建设初见成效后,国家的强大、社会的稳定又为女性体育的发展和女性身体的解放,提供了全面的保障和无穷的动力。

2.3 从结构到实践:驱动身体价值生成的三大核心动力机制

以上结构性特征有着差异化的要求,其中战略规划与整体推进、目标协同与并联化发展,均需依靠国家主导,以落实顶层设计与资源整合。相比之下,多元协同与网络治理,则要依托市场,以便动员社会力量,拓展女性体育的参与途径。而实现和谐共生、可持续发展、社会进步、人的全面发展等价值,发挥女性的主体性显得尤为重要。所以,中国式现代化建设需要发挥国家、市场和个人这三大主体的作用,凭借国家的“吸纳—规划”机制、市场的“编码—赋能”机制以及个体的“协商—认同”三大核心动力机制,影响女性体育实践,重新定义女性的身体价值。上述三大动力机制的提出,分别参考了国家统合主义、实践理论与结构化理论,从而建构出国家的宏观制度、市场的中观场域与个体的微观行为这3个分析层次。

一是国家“吸纳—规划”机制。该机制参照了斯密特国家统合主义理论的核心逻辑,国家要维护整体利益,一般通过制度化渠道,会自上而下把社会组织“吸纳”进决策体系,然后通过规划来有效的整合与调控^[28]。本研究着重对它的制度设计与组织形态的分析价值加以关注。在此分析框架里,“吸纳”指国家将女性体育发展目标整合进“强国保种”“为国争光”等国家叙事当中;“规划”指国家借助制度设计建构起规则框架,再借由各级妇联、女性体育协会之类的组织,达成层级化网络的组织化传导。

二是市场“编码—赋能”机制。该机制依据布迪厄的实践理论,认为场域是符号斗争的空间,资本经社会承认转化为符号资本这一过程就是“编码”,其结果内化为惯习。行动者借助资本积累以及策略的实施,改变自身的位置,并重新塑造惯习,这就是所谓的“赋

能”^[29]。本研究着重探究其在符号生产及参与路径方面所起的作用机制。在体育场域中,女性身体是最核心的文化资本。市场依照消费社会的符码规则,借由媒体和消费文化把女性的身体与自律、悦己等符号联系起来,以此来重塑其社会形象,不过这或许也会造成新的身体规训。“赋能”指市场拓展女性参与的可及性、自主性以及表达空间,从而让她们实现资本增值并提升自身的位置。

三是个体“协商—认同”机制。该机制基于吉登斯的结构化理论,认为结构指规则与资源,社会实践不断实现结构的生产和再生产,即为结构化。行动者具有反思能力,在具体情境中调用规则与资源,即为“协商”;对现代性的反思,推动主体积极建构自我认同,是为“认同”^[30]。本研究聚焦于其在策略实践与认同建构层面的生成过程。在女性体育实践中,女性对国家和市场话语进行策略性解读与创造性转化,通过持续的具身实践与社群互动,建构积极的自我认同与意义归属。

四是三大机制的关系:“嵌套—协同”的动力系统。三大机制之间并非平行或隶属关系,而是形成了“嵌套—协同”的动力系统。具体来说,国家通过顶层设计提供制度保障,为市场与个体划定行动的边界。市场通过符号编码与资本供给等,为女性个体的发展拓展参与的空间。个体则通过策略性协商与自我认同的建构,反哺国家与市场。三大机制协同发力,共同推动女性体育对女性身体的价值建构。

3 历史演进:体育实践中三大机制的演变与身体价值的重塑(1840年至今)

3.1 国家“吸纳—规划”机制主导下的身体启蒙与集体塑造(1840—1978年)

1840—1978年国家主导了女性体育的发展。它通过意识形态吸纳与行政规划,将女性身体从礼教束缚中解放出来,服务于民族振兴和国家发展。

1)近代启蒙期(1840—1921年):“吸纳”萌芽与“规划”初试。

1840年后,民族生存危机迫使中国开启早期现代化的探索。女性体育被纳入“强国强种”的民族主义叙事,女性身体由此获得国家存续与民族发展的价值,国家的“吸纳”机制开始萌芽。在国家正式介入之前,民间力量已推动女性身体观念的改变。比如维新派成立“不缠足会”,积极倡导“天足”与强身健体的理念^[31];又如部分教会女塾以“天足”为入学条件^[32],从制度层面冲击了缠足陋习。这一实践虽不是国家主导,但它以“天足”作为入学条件,强制取消缠足这一身体

规范,为后来的国家规划积累了制度形式经验。此外,女生入学后,教会女塾还开设体操课程,并组织课余体育活动与比赛等^[33]。以上学校体育实践开创了中国近代女子体育的先河,它将女性身体当作可教育的身體,使女性从家庭私域进入公共教育领域。同时期,近代报刊积极报道女子体育,极力传播“改柔弱之风”的进步观念^[34],且以秋瑾为代表的女性知识分子,也在通过演说、办报等形式,积极宣扬“尚武强身”“尚武报国”的先进理念^[35]。总之,以上舆论动员为国家的“吸纳”奠定了意识形态的基础,女性身体也从家族私事上升为国家大事,其价值从柔弱转向强健与战斗。然而,民间的力量毕竟有限,要实现女性体育参与的全面普及还有赖于国家的介入。1907年清政府陆续颁布了《女子小学堂章程》《女子师范学堂章程》,首次以法令的形式,规定女子学堂设“体操科”,且禁止缠足,这是国家首次从制度方面对女性身体进行系统规划。随着各类女子学校对法令的普遍实践,国家的制度规划落实到女性日常的身体实践中。女性通过广泛的放足和体操训练等,逐渐将身体可强健、可报国的价值内化为自我认知,并自觉付诸实践。在这一历史时期,国家“吸纳—规划”机制,经由民间的制度先例、舆论的广泛动员、国家的法令规划、组织的强制实践以及个体的身体内化,将女性身体吸纳进公共和国家叙事。通过这一机制,女性身体被承认为可教育、可强健、可战斗的公共资源,“集体的国家身体”价值形态也由此萌芽。

2)革命动员期(1922—1948年):“规划”的组织化与身体的革命化。

1921年中国共产党成立时,我国正面临内忧外患。阶级解放和民族解放两座大山,迫使一切进步力量必须团结起来,一致对外。中国共产党也深刻认识到,妇女解放不仅是阶级解放的应有之义,也是民族解放的重要力量。在此时代背景下,我党借助制度层面的系统规划和实践层面的全面落实,将广大妇女动员起来,在实现自身解放的同时,推动民族的独立和国家的发展。在制度层面,通过制订有关妇女的各项规章制度以及组建各级妇女组织等形式,将女性纳入革命队伍中去。比如,1922年中共二大颁布了《关于妇女运动的决议》,该决议帮助妇女获得政治和经济的权力,并助力女性打破封建礼教的束缚,为后续女性平等参与体育奠定了坚实的制度基础。随后,各级政权和群众体育组织积极设立妇女工作部门,并将放足、体育等身体实践纳入妇女部门的工作内容^[36],这些举措为女性广泛的体育参与提供了组织保障。1932年中

共湘鄂赣省委还明确指出要“开办妇女训练班,还宣传剪头放足。”^[37]在此过程中,女性体育作为训练班的重要内容,成为推动妇女解放的重要手段。总之,从推行妇女制度、建立妇女组织到开办妇女训练班等,我党通过一系列举措,把女性从家庭中解放出来,将女性的个体身体整合进集体的革命力量。

实践层面,党将女性体育与军事训练紧密结合,以塑造女性身体的革命能力。例如,在革命根据地的各类学校,对女学生普遍开设体操、体育游戏等课程,并将军事技能训练融入其中,旨在提升女学生的身体能力和军事素质^[38]。对于部分优秀的女子专业运动队,党赋予其“尖兵”称号,以此号召广大女性通过体育锻炼增强革命的战斗力量。此外,在党的号召下,我国广大女性群众大量加入红军与赤卫军,不仅日常出操进行身体锻炼,还在三八妇女节等特殊时期,参与赛跑、刺枪等军事与体育活动^[39]。在党的带领下,通过系统的组织化动员,女性借助广泛的体育与军事训练,将身体从柔弱转向强健,完成了从“被保护者”到“战斗主体”的身份转换。这一时期,国家规划机制开始系统运作,党通过制订相关制度、建设组织网络、增强军事体育能力等方式,将女性身体建构为革命身体,投身于国家独立与民族解放之中。

3)制度奠基期(1949—1978年):“规划”的制度化发展与“国家化身体”的强化。

1949年新中国成立后,内部百废待兴,外部面临封锁孤立,国家发展举步维艰,建设也从战时动员转向常规发展。在此背景下,国家急需通过各类法律和规划的制订与完善,推动各项工作的顺利开展,女性体育工作也不例外。1954年我国颁布《宪法》明确规定,妇女在各方面享有同男子平等的权利,为女性拥有平等的体育参与权奠定了坚实的法律基础。在国家根本大法的保障下,国家体委、教育部、全国妇联、总工会等相关部门将女性体育发展列入各部门发展规划,随后工间操、课间操、各类运动会等体育活动在全国范围内普遍开展。女性借助以上方式,广泛参与到体育活动中,呈现出健康、强壮、积极、乐观的新女性形象。且在此过程中,女性增强了身体素质,为服务国家建设奠定了强壮的身体基础。此外,在国家集训体系的扶持下,女性竞技体育有了突破。例如:1957年郑凤荣打破了女子跳高的世界纪录,1961年邱钟惠夺得了中国首位女子乒乓球世界冠军。这些辉煌成绩,扭转了我国“东亚病夫”的国际形象,提升了新中国的国际声誉,增强了民族的凝聚力。总的来说,在国内体育领域的女性撑起了“半边天”;在国外她们成为打破偏见、为国争光的国家名片。这段时期,国家规划机制通过宪法保障、部门规划、群众普及与竞

技突破等方式,将女性体育系统纳入国家建设与国际竞争之中,女性身体的价值也被进一步建构为集体的国家身体。

3.2 国家“规划”与市场“编码”双轨主导的身体张力与价值分化(1979—2008 年)

改革开放后,国家工作重心转向经济建设。在体育领域,举国体制下的国家“规划”机制持续作用,并重点聚焦于奥运战略。同时,市场“编码—赋能”机制快速兴起,女性身体价值在“国家符号”与“市场资产”之间形成显著的张力。此阶段对应“多目标协同与并联化发展”与“多元协同与网络治理”等中观结构特征在转型期的初步展开,女性的身体价值也呈现出多元分化态势。

1)国家“规划”的持续与聚焦:奥运战略与身体的政治符号化。

1984 年洛杉矶奥运会时,中国代表团实现了金牌“零的突破”,激发了民族自信心。奥运会之后,国家“规划”机制开始聚焦到奥运战略,通过资源倾斜,把女性体育纳入竞技体育优先发展的轨道。1995 年《奥运争光计划纲要》颁布,女运动员得到更多资源投入^[40],体操、跳水等项目有了历史性突破,中国体育出现了“凤”超“龙”现象^[41]。女排“五连冠”后,其拼搏精神与改革开放精神相结合,凝练出“女排精神”,各行各业掀起了学习的热潮,女性身体也从竞技成绩的载体升华为民族精神的象征。1995 年《全民健身计划纲要》同步出台,但体育资源重心仍向竞技倾斜。至此,女性体育在竞技突破与大众普及 2 个层面同步推进,女性身体被双重定位。它既是为国争光的“国家符号”,也是全民健身中逐渐觉醒的“健康个体”。

2)市场“编码”的介入与兴起:身体作为交换价值与个体资产。

20 世纪 90 年代中期,随着社会主义市场经济体制的确立,我国体育事业逐渐走向产业化发展道路,市场“编码—赋能”机制开始介入女性体育对女性身体价值的重构。

一是明星运动员身体的商业化与多元协同的萌芽。伏明霞、王军霞、邓亚萍等我国知名女运动员,凭借自身优异的竞技成绩和广泛的社会影响力,开始承接商业广告、参与商业赛事、成立体育公司等。这些商业行为说明,市场编码机制在我国体育领域发挥作用,女性身体的价值开始从国家荣誉的载体部分转向市场交换的符号。这一过程是国家、市场和个人三大主体协同作用的结果。其中,国家经过系统培养,为市场提供源源不断的体育人才资源库。市场依托广告代言、赛事运营等方式,将女性身体编码为体育、

娱乐、时尚等行业的商业资本。女运动员个人在国家的培养和市场的编码下,主动挖掘自身商业的价值,不断拓展身体价值的边界。

二是消费文化的形塑与多目标并联的显现。这一时期,市场通过发布健身杂志、运动教学视频,甚至创建健身俱乐部等方式,为体育消费提供产品和服务。通过以上供给,女性体育消费者积极地参与体育,塑造了健康、强壮、健美等新女性身体形象。这些形象有别于传统以瘦为美的身体形象,成为引领女性健身的新风尚。上述变化表明,女性体育已经超越单纯锻炼的范畴,成为融合健康管理、理性消费与身份表达等的复合型社会实践。女性身体的价值也从国家符号和健康个体,部分转向国家资产和市场资产。但在此过程中,由于资本对利润的过度追求,女性体育发展也同时伴随着对女性身体的物化与审美的窄化等问题。

3.3 “国家—市场—个体”机制系统协同下的身体自主与全面发展(2009 年至今)

北京奥运会后,特别是中国特色社会主义进入新时代以来,三大机制逐步形成了国家战略引领、市场活力驱动、女性个体自主实践的联动发展格局。前文提炼的五大结构性的中观特征,也依托这一格局,在女性体育场域得以充分体现。

1)国家“吸纳—规划”机制:顶层设计系统化与治理能效提升化。

2008 年北京奥运会,我国取得金牌总数第一的历史最好成绩,对内提升了国家凝聚力,对外提升了国家形象。此后,随着国家的富强稳定与经济的快速发展,人民对健康、美好生活的追求日益显著,全民健身尤其是女性健康逐渐被纳入国家规划。自 2009 年开始,国务院陆续出台《全民健身条例》《关于加快发展体育产业促进体育消费的若干意见》,为全民健身的普遍开展奠定了制度基础。随后,《“健康中国 2030”规划纲要》提出要制订妇女体质健康干预计划,《中国妇女发展纲要》对妇女体育锻炼参与率设定具体目标,《体育法》指明要对妇女参加体育活动的权利给予特别保障。以上系列政策的出台,说明国家“吸纳—规划”机制不仅宏观倡导,还精准干预,形成了从全民健身战略要求、女性专项政策支持到法律条文特殊保障等系统的制度安排。在国家的大力推动下,女性体育在各方面取得了显著进步。如女性体育参与率从 2008 年的 25%增长到 2018 年的 31%^[42]。到 2024 年,女性已经撑起了体育消费的“半边天”^[43]。2025 年女性体质合格率高达 85.2%,高于男性平均水平^[44]。系列数据表明,在后奥运时代女性体育发生了深刻的变化,女性身体的价值已经部分从集体化的身体逐步拓

展为个体化的身体。

2)市场“编码—赋能”机制:数字驱动与“赋能—规训”张力并存。

2013年以来随着移动互联网技术的深度普及与“她经济”的全面崛起,市场“编码—赋能”机制开始通过数字平台,从编码和赋能2个维度深入女性体育,影响女性身体的价值塑造。在“编码”层面,市场中的商业力量会渗透到女性的日常感知以及身份建构之中。2013年小红书、2016年抖音等平台上线以后,市场会把女性体育“编码”成融合自律、悦己与审美的现代生活符号。其中瑜伽与高阶生活品味有关,夜跑是都市女性展现自律身份的一种方式。这些符号编码,实现了对女性身体价值的再定义,将其从追求健康转向身份展演。在“赋能”方面,市场为女性体育发展提供了前所未有的技术支持与场景创新,增强了女性对身体的掌控力。如女性借助智能运动设备,搭配AI算法,生成个性化的训练方案,实现“科技赋权”。此外,孕期与产后健身、飞盘运动、城市骑行等细分服务与社交化项目的涌现,拓宽了女性参与的路径。但任何事情都有两面性,算法推送的同质化内容也易构筑“信息茧房”;媒体不断强化的“直角肩”与“蝴蝶背”等单一审美标准,也形成了新型的身体规训;且市场的“赋能”也可能异化为女性“为焦虑买单”的消费竞赛等。以上两面化的呈现,既是市场“编码—赋能”机制在数字时代的深化,也显示出“赋能”与“规训”之间的内在张力。

3)个体“协商—认同”机制:主体性高扬与意义自主生产。

民族的解放、国家的发展与人民的幸福是中国式现代化的内在要求。回味中国式现代化的建设历程,女性作为民族的一份子、国民中的一员,作为独立的生命个体,深度参与到中国式现代化建设中的每一个阶段和领域,体育也不例外。鸦片战争以来,女性通过广泛的体育参与,将身体不断锻造为寻求民族独立的武器、建设国家的力量以及塑造民族认同的符号等。2008年北京奥运会后,尤其是进入新时代以来,国家的稳定与强盛为女性个体的发展提供了新的契机,国家从规划转向服务,市场从编码向赋能转向,个体“协商—认同”机制得以凸显,女性身体也从回应外部叙事的承载性身体,向基于个人选择和意义生产的自主性身体转变。

所谓个体“协商—认同”机制中的协商机制,主要是指在国家的服务与市场的赋能下,女性个体通过策略性的筛选、个性化的解读以及创造性的转化等协商方式,实现自我的个性表达。比如,里约奥运会后

我国著名运动员傅园慧在赛后采访时,随口说出“我已经用了洪荒之力了”,这句率真个性的表达,打破了以往我国优秀运动员害羞、含蓄甚至为国争光的单一叙事。又如,新生代运动员谷爱凌,她不仅是奥运冠军,还是时尚的偶像,更是国际名校的学子,谷爱凌的多重身份展现了女运动员的多重价值。以上案例说明,女性的身体价值正在从集体化的身体向个体化的身体转变。通过协商机制,女性身体价值的主体性和多元性在新时代得以凸显。

所谓“认同”,指女性通过体育实践,主动建构积极的自我认同。这一机制在群众体育领域表现得尤为突出。比如都市女性加入跑团,通过规律性的集体跑步,在工作与家庭的传统角色框架之外,建构起具有社群认同感的“跑者”身份。又如女性健身博主通过新媒体不断传播积极的身体观,推动女性身体审美从“白幼瘦”的单一审美标准向力量美、健康美等多元审美方向转变。借助认同机制,女性的身体价值逐渐从满足外部需求转向满足个体需求。在个体协商与认同机制的共同推动下,我国当今女性体育参与已呈现出鲜明的“悦己”倾向^[45]。具体来说,女性个体通过主动协商,将国家的制度资源和市场的服务资源转化为自我表达的载体,并通过积极的自我身份认同,在体育实践中确认自我的价值。

4 价值图谱:体育作用于女性身体的中国范式

1840年至今,上述三大机制构成了女性身体价值重塑的根本动力。其间,国家从“全面主导”变成“制度保障”,给个体身体提供了很多制度前提。市场从“编码”迈向“赋能”,拓展了个体身体的参与空间。个体从“被吸纳”向“自主”的转变,并且逐渐成长为意义生产的主体。以上三大机制协同作用,塑造了女性身体的三重价值。在民族危亡之际,国家的“吸纳—规划”机制奠基了“集体的国家身体”。改革开放后,个体的“协商—认同”机制催生了“自主的个体身体”。新时代以来,三大机制一起构建了“和谐的全面发展身体”。以上三者并非替代关系,而是交织共存,共同见证了人的现代化。

4.1 集体的国家身体:民族精神的象征与社会整合的基石

中国式现代化建设以来,女性身体并非完全从属于个体本身,而是在个体价值之外,承载着诸多集体的意义。它曾在救亡时期被动员为革命力量;到了建设年代,又以“半边天”的身份嵌入劳动生产;而在当下,它融入了健康中国与体育强国建设,回应着人民对美好生活的向往。这些不同的历史追求,共同将女性身体塑造为“集体的国家身体”。“集体的国家身

体”属于基础性维度,贯穿现代化的全程,但在前期表现的尤为突出。它是指在现代化建设过程中,在国家的吸纳与规划下,女性身体被作为民族、国家与人民等的象征,被赋予公共性,实现了民族振兴、国家发展、人民幸福等多重功能。它为“自主的个体身体”的成长提供了历史土壤,也为“和谐的全面发展身体”铺好了制度前提。

4.2 自主的个体身体:主体性的彰显与现代化的内核

“自主的个体身体”是承上启下的关键维度,偏向身体的主体性价值,指女性在体育实践中获得的、以自我掌控和自我表达为核心特征的身体价值形态。这一维度在改革开放后开始萌发,受市场机制赋能与个体意识觉醒的双重推动,在新时代全面凸显。它既得益于“集体的国家身体”所奠定的制度基础与参与空间,又以其释放的个体活力与创造性,为迈向“和谐的全面发展身体”注入了根本性的主体动力。具体来说,体育成为女性重获身体掌控与生活自主的关键路径。比如,改革开放后健身市场兴起,与计划经济时期以“被组织”为主的体育参与方式相比,女性自主选择参与体育活动的空间显著扩大;迈入数字时代后,伴随着智能设备的流行与个性化训练方案的不断普及,进一步拓展了女性参与体育活动的自主选择空间。此外,体育也成为女性自我定义、自我表达与审美创造的场域。在赛场上,专业女运动员展现独特的个性。在生活中,普通女性在社交平台分享多元的健身形象与运动体验。上述内容,恰与《2025 女性健身洞察报告》所提炼的女性体育发展趋势相契合,即“投资自我、需求多元、追求力量”^[46]。这一趋势表明,女性的运动价值正在从“为他人而练”到“为自己而练”,女性身体的价值也正在从外在的工具性转向内在的本体性,这正是人的现代化在女性体育领域的具体体现。

4.3 和谐的全面发展身体:中国式现代化的价值旨归

“和谐的全面发展身体”居于女性身体价值序列的最高层,是女性身体的工具性、象征性、主体性与社会整合性四重价值维度的辩证统一,集中展现了中国式现代化以“人的全面发展”为核心的价值旨归。它是指女性在体育实践中实现的身心和谐、群己平衡、天人相融的身体价值形态。以上身体形态凸显于新时代后,其生成与发展有赖于三大机制的协同发力。国家“规划”机制为其筑牢了制度基础,市场“赋能”机制拓展了女性身体的参与空间,个体的“协商—认同”机制保障了女性主体性的落地实践。

一是身心一体的内在和谐,是指女性通过广泛的体育实践,促进身体与心理的协调发展。截至 2018

年我国瑜伽练习者达 2 000 万,女性占 90%^[47],广大女性正在运用瑜伽运动,促进自身的内在和谐。二是人际共融的社会和谐,指女性通过体育参与,与他人或组织建立紧密联系,并以此推动社会的和谐。2022—2025 年间,覆盖全国 3.3 万个行政村的女性社会体育指导员的培训计划,有效诠释了这一内涵。该计划累计培养了 9.4 万名女性,她们不仅传授运动技能,还参与了乡村治理和乡村振兴等^[48]。三是角色整合的生态和谐,是指女性在体育活动中承担多重角色,并以此建构起人与家庭、自然、文化等多领域的共生关系,旨在推动各领域的生态和谐发展。目前,女性在家庭里担当起“体育主理人”的角色,已然成为家庭健康的重要推动因素。比如,自 2020 年我国启动“健康中国母亲行动”,该行动覆盖人群超 15 亿人^[49]。母亲在家庭中承担起家庭体育的指导员、管理员和监督员,积极维护了家庭成员的健康,促进了家庭的和谐,推动了健康中国建设。2023 年女性在户外参与者中占比 59.9%^[50],成为了户外运动的主力军。这表明众多女性已经走出家庭,走向户外,在与自然的深度互动中不断体会生态的和谐。2025 年我国太极拳习练人口达 7 858 万之多,其中女性占 48.6%^[51]。这也说明不同于“传男不传女”的传统武术,在新时代女性已经成为传统体育的重要传承人。广大女性在太极拳的习练中,不断体悟身心和谐,从而传承中华传统体育文化。总的来讲,“和谐的全面发展身体”概念已经超越了“集体的国家身体”所具有的公共性和“自主的个体身体”所具备的主体性。这一发展逻辑,诠释了女性身体价值建构“始于集体、兴于个体、成于和谐”的发展轨迹。

5 中国范式的世界意义

在迈向现代化的道路上,女性体育对女性身体价值的建构,中西方呈现出不同的景观。西方现代化以女性主义社会运动为主要动力,女性通过自下而上的权利抗争,积极争取体育权益,以此推动制度变革。在这一过程中,身体作为个人权利的载体,在集体与个体的对立抗争中,实现从客体向主体的价值转型,其演进逻辑表现为从集体向个体的线性转移。中国式现代化则与之不同,在三大机制的推动下,国家主动规划,市场赋能个体,个体协商认同,形成了三重维度历时演进、共时并存的身体价值图谱,其演进逻辑体现为在集体框架中实现个体价值的发展轨迹。这一具有中国特色的价值建构范式,具有一定的普世意义。

一是有为政府的系统性推进。在百余年的现代化建设中,我国政府一直发挥着有为政府的角色。它通

过制度立法、战略规划、资源动员等方式,系统推进各领域的现代化建设。女性体育的现代化建设也不例外,国家通过“吸纳—规划”机制,为其发展扫除制度上的障碍,营造了支持的环境。这一范式的核心经验在于,国家机制在塑造女性“集体的国家身体”中起主导作用,这为后发国家通过顶层设计,发展女性体育,提供了兼顾效能与公平的新范式。

二是处理“集体—个人”张力的辩证智慧。就像集体的国家身体与自主的个体身体可以并存。我国现代化超越了西方集体与个体之间的对立关系,走出了“在集体中成就个体”的新道路。这条道路显示,集体并非个体的对立面,而是为其提供意义、认同与支持等的赋能性结构。这种“协同共生”的东方智慧,为其他国家提供了文明发展的新路径。

三是“大体育观”的综合发展模式。在现代化进程中,我国体育事业深度融入国家与人的现代化建设,形成了具有复合功能的大体育观。这一模式的形成,正是三大机制协同推进的结果。以女性体育为例,现代化建设以来,女性体育承担了增强国民体质、促进经济增长、提升国家形象、实现人的全面发展等多重使命,其最终的目标是将女性的身体价值建构为和谐的全面发展的身体。这种将体育作为综合性的社会工程系统推进的做法,拓展了体育的价值边界,为世界其他国家尤其是发展中国家提供了可资借鉴的中国方案。

体育作为中华民族伟大复兴的标志性事业,其发展历程是中国式现代化的缩影。女性体育作为体育领域的杰出代表,深刻展现了中国式现代化中人的现代化。自现代化建设以来,在三大动力机制的协同驱动下,女性体育构建了独特的女性身体价值图谱。这一具有中国特色的实践说明,女性体育的发展和女性身体的解放,可以全面融入民族独立、国家建设与人的现代化建设之中。当前,中国的现代化建设仍处于“进行时”。未来在全球化、市场化与数字化交融的新语境下,如何更好地平衡国家战略与个人诉求,如何应对商业资本对女性身体的新规训,如何构建更具包容性的女性体育文化等,这些问题仍需持续的关注和有效的改善。

参考文献:

- [1] 克里斯·希林. 身体与社会理论[M]. 李康,译. 上海:上海文艺出版社,2021:302.
- [2] 谭华,董跃春,李晓可. 中国体育思想史纲[M]. 新加坡:环球出版社,2025:310-311.
- [3] 杜芳琴. 中国社会性别的历史文化寻踪[M]. 天津:天津社会科学出版社,1998:42.
- [4] 佟新. 社会性别研究导论[M]. 北京:北京大学出版社,2011:54.
- [5] 吕圣荣,孙保莉. 奥林匹克运动与妇女[M]. 北京:大众文艺出版社,2000:2-3.
- [6] 崔乐泉. 奥林匹克运动通史[M]. 青岛:青岛出版社,2008:22.
- [7] 程亚丽. 从晚清到五四:女性身体的现代想象、建构与叙事[D]. 济南:山东师范大学,2007.
- [8] 钱乘旦,刘成,刘金源. 世界现代化历程(总论篇)[M]. 南京:江苏人民出版社,2015:15.
- [9] 徐坤. 中国式现代化道路的科学内涵、基本特征与时代价值[J]. 求索,2022,43(1):40-49.
- [10] 夏森. 从传统到现代:妇女体育权的发展历程及其反思[J]. 南京体育学院学报,2009,8(3):66-68.
- [11] HOULIHAN B. Sport and society: A student introduction[M]. London: Sage, 2003: 98.
- [12] 熊欢,沈国芳,韩雪霏. 从“厌女”到“平权”:奥林匹克运动性别平等的历史进程及社会启示[J]. 上海体育大学学报,2025,49(6):10-26.
- [13] 恩格斯. 家庭、私有制和国家的起源[M]. 中共中央马克思恩格斯列宁斯大林著作编译局,编译. 北京:人民出版社,1999:168-169.
- [14] 张宪丽. 生态女性主义视域下的西方女性主义体育理论[J]. 上海体育学院学报,2011,53(5):32-36.
- [15] 熊欢. 身体、社会与体育:西方社会学理论视角下的体育[M]. 北京:当代中国出版社,2011:179.
- [16] 阿伦·古特曼. 妇女体育史[M]. 徐元民,译. 台北:师大书苑,2002:82-83.
- [17] FULLER L K. Sport, rhetoric, and gender: Historical perspectives and media representations[M]. London: Palgrave Macmillan, 2006: 122-125.
- [18] COAKLEY J. Sport in society: Issues and controversies[M]. New York: McgrawHill, 2008: 270-271.
- [19] 唐亚林,周昊. 走自己的路:中国式现代化的理论演进、路径选择与价值追求[J]. 理论探讨,2022,39(5):29-38.
- [20] 刘婷,宋宗佩. 具身认知理论视域下中华体育精神与高校思想政治教育的深度融合研究[J]. 广州体育学院学报,2025,45(6):113-122.
- [21] 徐长红,任海,吕赞. 女性身体观对女性体育的影响[J]. 体育学刊,2009,16(3):29-32.
- [22] 韩保江,李志斌. 中国式现代化:特征、挑战与路径[J]. 管理世界,2022,38(11):29-43.
- [23] 韩庆祥. 论中国式现代化的理论形态[J]. 马克思

主义研究, 2024, 30(5): 1-16+76+163.

[24] 徐坤. 中国式现代化道路的科学内涵、基本特征与时代价值[J]. 求索, 2022, 43(1): 40-49.

[25] 黄建军. 论中国式现代化理论体系的内在逻辑[J]. 马克思主义研究, 2024, 30(1): 37-48+163-164.

[26] 牛庆燕. “以人民为中心”的逻辑理路及价值主线[J]. 深圳大学学报(人文社会科学版), 2022, 39(3): 5-14.

[27] 张占斌, 王学凯. 中国式现代化: 理论基础、思想演进与实践逻辑[J]. 行政管理改革, 2021, 13(8): 4-12.

[28] 张汉. 统合主义与中国国家-社会关系研究——理论视野、经验观察与政治选择[J]. 人文杂志, 2014, 38(1): 110-119.

[29] 杨善华, 谢立中. 西方社会学理论[M]. 北京: 北京大学出版社, 2006: 164-180.

[30] 侯钧生. 西方社会学理论教程[M]. 天津: 南开大学出版社, 2006: 381-389.

[31] 高洪兴. 缠足史[M]. 上海: 上海文艺出版社, 1995: 159-162.

[32] 徐明霞. 近代福建教会学校教育研究[M]. 北京: 人民出版社, 2012: 29.

[33] 何晓夏, 史静寰. 教会学校与中国教育近代化[M]. 广州: 广东教育出版社, 1996: 235, 247.

[34] 游鉴明. 超越性别身体: 近代华东地区的女子体育: 1895—1937[M]. 北京: 北京大学出版社, 2012: 147.

[35] 郭学松. 秋瑾尚武思想研究[J]. 体育学刊, 2013, 20(4): 60-63.

[36] 杨兴梅. 身体之争: 近代中国反缠足的历程[M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2012: 274.

[37] 张叔夏, 王兴中, 杨润兰, 等. 湘鄂赣革命根据地文献材料(第二辑)[M]. 北京: 人民出版社, 1986: 33.

[38] 曾飙. 中央苏区体育史[M]. 南昌: 江西高校出版社, 1999: 141.

[39] 福建省体育文史工作委员会, 中共龙岩地委党史资料征集研究委员会. 闽西苏区体育[M]. 华安: 华安印刷厂, 1986: 106-110.

[40] 董进霞, 王一然. 当代社会变革与我国女运动员

身份重塑[J]. 体育文化导刊, 2018(1): 11-15.

[41] 杨桃源. 从“东亚病夫”到中华健儿[J]. 瞭望周刊, 1989(39): 16-18.

[42] 中国妇女研究网. 新时代中国妇女体育的发展与进步[EB/OL]. (2022-02-28)[2026-01-23]. <https://www.cwrs.ac.cn/index.html>

[43] 国家体育总局. 女性撑起体育消费半边天[EB/OL]. (2024-03-08)[2026-01-23]. <https://www.sport.gov.cn/n20001280/n20067608/n20067635/c27544716/content.html>

[44] 国家体育总局. 第六次全国国民体质监测公报[EB/OL]. (2025-12-28)[2026-01-23]. <https://www.sport.gov.cn/n315/n20001395/c29322125/content.html>

[45] 高鹏飞, 石昕妍, 梁勤超. 阅己、越己、悦己: 城镇女性的健身认知及其建构逻辑[J]. 体育学刊, 2024, 31(2): 51-56.

[46] 新浪财经. 2025 女性健身洞察报告力量觉醒成当代女性健身新主流[EB/OL]. (2026-03-08)[2026-03-12]. <https://finance.sina.com.cn/roll/2026-03-08/doc-Inhqhckm7681722.shtml>

[47] 国家体育总局. 体育“她经济”成重要增量[EB/OL]. (2021-03-11)[2026-03-13]. <https://www.sport.gov.cn/n20001280/n20067608/n20067635/c20226021/content.html>

[48] 国家体育总局. 万村女性社体指导员培训计划交流展示大会落幕[EB/OL]. (2025-10-17)[2026-03-13]. <https://www.sport.gov.cn/n20001280/n20745751/c29122420/content.html>

[49] 国家体育总局. 2024 年“健康中国 母亲行动”北京专场活动举办[EB/OL]. (2024-05-30)[2026-03-13]. <https://www.sport.gov.cn/n20001280/n20001265/n20067533/c27777475/content.html>

[50] 体坛网. 《中国户外运动产业发展报告(2022—2023)》发布[EB/OL]. (2023-10-28)[2026-03-13]. http://www.titan24.com/publish/app/data/2023/10/28/495331/os_news.html

[51] 国家体育总局. 习练人口超 7800 万全国太极拳调查数据发布[EB/OL]. (2025-11-24)[2026-03-13]. <https://www.sport.gov.cn/n20001280/n20001265/n20067533/c29237244/content.html>

