

运动回归理性：新时代大学生体育生活方式形塑机制研究

王春顺，乔凤杰

(清华大学 社会科学学院，北京 100084)

摘要：全民健身背景下国民如何形塑健康生活方式成为重要命题。采用案例研究方法，从社会实践视角切入，搭建“实践场域—实践资本—实践惯习”的理论分析框架，探究大学生体育生活方式形成及其形塑机制。发现，大学生体育生活方式形成的实践归因联结了学校教育、家庭资本、社会关系与身体价值之四重维度，并且权衡实践中的参与便利性、相对自主性以及较强目的性而形塑个体的发展认知，因此大学生在学校、家庭与社会场域的体育实践形成身体惯习，奠定学校体育传统、家庭体育资源、社会体育活动、自我身体构建的实践基础，进而揭示大学生体育生活方式的形塑机制，即基于理性认知的体育实践，让运动回归生活。

关键词：体育生活方式；大学生；场域；资本；惯习；学校；家庭；社会

中图分类号：G80-05

文献标志码：A

文章编号：1008-3596 (2024) 01-0049-07

1 问题的提出

体育生活方式是社会生活方式的分支，是人类主体通过体育实践参与形成的一种生活方式。目前我国人民群众对健康和体育运动的需求，随着社会发展水平和经济发展质效的提升而日益增长。尤其是21世纪以来，国民体质健康问题愈发突显，逐渐引发国家与社会对日常生活方式的反思与追问。目前，我国大约超三成的大学生体质健康存在问题，而缺少体育锻炼与未形成健康生活方式是关键根源^[1-2]。2021年教育部数据显示，全国大学生身体素质与健康状况呈现下降趋势，而长期以来的大学生体质下滑趋势并未得到有效遏制^[3]。从国家政策看，近年来颁布的《关

于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》和《“十四五”体育发展规划》，要求“引导学生养成健康生活方式，形成积极向上的健全人格”，“把体育工作及其效果作为高校办学评价的重要指标”，“丰富群众体育生活，推动体育生活化”以及“开发覆盖全生命周期的生活性体育服务”等，无疑为群众体育生活与学生健康促进提供了制度保障。从社会结构看，大学生是未来社会进步的中坚力量，大学生体育生活方式问题关乎国民健康促进和国家民族振兴。若要全面认识、精准揭示及有效促进大学生体育生活方式形成，必须对大学生体育生活实践及其归因有客观了解，对其深层逻辑进行深入剖析。鉴于此，本研究试图回答以下问题：①从社会实践视角看大学生为

收稿日期：2023-06-19

基金项目：2022年度湖北省休闲体育发展研究中心开放基金项目（2022A004）；

2019年度国家社会科学基金西部项目（19XTY009）

作者简介：王春顺（1993—），男，重庆江北人，在读博士，研究方向为体育发展与社会治理。

通讯作者：乔凤杰（1969—），男，河南安阳人，教授，博士，博士生导师，研究方向为体育哲学。

文本信息：王春顺，乔凤杰. 运动回归理性：新时代大学生体育生活方式形塑机制研究[J]. 河北体育学院学报，2024，38（1）：49-55.

何形成体育生活方式?②在社会实践中大学生如何形成体育生活方式?③大学生体育生活方式形塑机制是什么?

2 文献综述与理论框架

2.1 生成体育生活方式的实践场域

场域理论认为,基于位置之间客观关系的网络和构型就是“场域”,若将行动者所处的位置与其自身的位置感相联系,便最终形成实践的场域形式^[4]。从社会实践的视角观察可发现,学校、家庭和社会是大学生体育生活方式生成的主要实践场域。首先,学校是个体接受体育教育与进行体育参与的主阵地。小学阶段的学校体育教师、场地器材以及活动环境等^[5],中学阶段的学生体育锻炼时间、场地、方法、项目等^[6],大学阶段的学生体育自我效能、体育价值观、社会人际支持、媒介支持、气候条件、体育场馆设施及便利性等要素,都将影响个体体育生活方式的形成^[7]。其次,家庭为个体体育生活提供时空和秩序保障。在家庭环境对体育生活方式这一习得性行为的影响过程中,家庭资本发挥中介作用,家庭体育支持、示范行为以及促社会化行动等因素也发挥着影响^[8]。不同家庭生命周期中个体的体育生活方式存在较大差异,主要呈现在个体闲暇时间、体育活动时间及次数、体育伙伴、体育消费特点等方面^[9]。从国外家庭体育经验看,给予家庭体育专项经费资助、发布全生命周期与全年龄阶段家庭体育活动指南、提升家庭成员大健康观等,都能促进家庭体育参与^[10]。最后,社会促进个体体育参与活力和动力延续。消解社会性别角色差异能够弱化性别角色规范对个体体育生活方式选择的消极影响^[11],加强社会传媒法制机制建设、转变传媒角色定位、挖掘体育传媒衍生价值等举措,也能预防身体参与层、生活意识层及制度建设层对个体体育生活方式的传播异化^[12]。显然,当以上场域可被控制,协同建构过程就会推动生活方式嬗变,而社会实践将促进个体体育参与活动 and 行为动力的延续,通过实践场域创设体育需求的实践资本。

2.2 发展体育生活方式的实践资本

依据人类社会发展的—般规律,组织或个体要实现发展,必须依赖外界环境和资源,对依存的资源进行整合以解决现实问题。毫无疑问,构建社会实践主体的体育生活方式,需要依赖和整

合隐性或显性的体育资源,进而形成体育参与的实践资本。一是体育实践的身体资本。通常大众体育生活方式的主要问题是身体参与层面欠缺体育锻炼^[13],而解决大众体育参与的关键就是解决“人”这个行为主体问题^[14]。养成良好的体育生活方式能够促进个体的全面发展^[15]。二是体育实践的制度资本。构建基于体育生活方式的学校体育课程标准,能够促进学生的体育生活方式形成,渐进完善学校体育课程的标准评价体系^[16];而官方政策文件指导下的体育实践主体被赋予了行为实践的权利,为其体育生活方式的快速发展与健康有序提供了强有力的制度资本^[17]。三是体育实践的客观资本。如增加家庭社会资本能够促进家庭形成体育生活方式^[8],而培育民间体育合作组织来提高民众的体育组织化程度,也是应对民众体育生活方式变迁的有效手段^[18]。

2.3 延续体育生活方式的实践惯习

“惯习”是一种可持续、可转换的行为倾向系统,往往受到实践主体内在的经验、文化以及情感影响。从布迪厄对惯习理论的阐释看,社会实践场域和资本是形成体育参与行为倾向的前提条件,体育实践惯习是实践主体长期体育实践积累的实践经验,逐渐内化成自身的实践意识,实现指挥调动主体的实践行为^[19]。因而,体育实践场域与资本的外在社会化影响,以及体育实践主体参与体育行为持续性的内在行为倾向,共同构成其养成体育生活方式的结构性形塑力量。在此情境中,实践主体自身持续迁移的体育行为倾向系统,将诱发个体在身心层面形成强有力的生活方式生成机制。一是体育实践时间。体育实践惯习受多方面因素影响,其中时间成本占据重要位置^[20],个体静态活动时间过长严重影响体育生活方式的可持续性。二是体育实践空间。社会转型时期休闲体育与民众之间存在天然的亲和力,不断拓展个体的体育生活空间,是顺应社会及构建健康生活方式的自我表现^[21]。随着民众对城市体育文化和健身手段的日益接受,大众参与体育活动的场所逐渐从私有空间向公共空间过渡^[22]。

2.4 理论框架

基于上述讨论与分析,笔者发现社会行为主体的实践是在一定社会条件下开展的,体育生活方式也总是在一定的体育实践条件下形成的。法

国社会学家提出的超越“结构主义”和“建构主义”的社会实践理论,对于形塑大学生体育生活方式具有较强的适用性与指导性。因此,本研究以社会实践和理性选择理论为立证基础,借鉴布迪厄场域、惯习、资本理论的核心概念,追溯大学生体育生活方式形成的历程,搭建“实践场域—实践资本—实践惯习”的理论框架,探究并揭示大学生作为体育实践主体在学校、家庭、社会以及自我空间的生活方式形塑的机制进路。布迪厄在对社会空间的概念建构中,不仅融入了时间观念,还提出三维空间的结构模式,即社会实践者所拥有的资本数量、资本结构及二者在时间上的演化过程^[23],而社会实践的时间性向度,使其超越结构主义范式的传统桎梏^[24]。本文系统剖析了大学生体育生活方式的生成、发展、延续的背后原因,并借助外部资源链条与内部机制文化的协同作用,探寻大学生体育生活方式形成及形塑机制。

3 研究设计

3.1 研究方法

首先,依据罗伯特·K. 殷的观点^[25],若面临以下情况时,适宜采用案例研究方法:一是研究者似乎无法对研究对象实施控制;二是研究重点是针对当前出现的现实问题;三是着手解决“怎么样”和“为什么”的关键问题。本文对大学生体育生活方式形塑机制的研究符合上述情况,故采用案例研究法。其次,鉴于大学生体育生活方式形塑机制的研究尚处于起步阶段,使用案例研究有助于深描大学生在社会实践运动中回归理性的全过程,识别形塑体育生活方式的因果关系^[26],揭示大学生体育生活方式形成的核心要素、理论逻辑与实现机制。同时,若形塑大学生体育生活方式涉及多主体协同发力,案例研究有助于深入理性运动的复杂演变中探索其内在机理。

3.2 案例选择

本文遵循案例研究方法对个案选择的的目的性和典型性原则,一则要求案例本身对于研究问题具有较强的代表性,二则要求选择的案例有益于发展或构建理论。本研究主要聚焦于社会实践视角下的运动回归理性,这就要求选择的案例须符合大学生体育生活方式形成的自主能动性和社会历史性的多重背景,也能够充分呈现形塑机制的

全过程。

一方面,本文利用研究者个人的社会关系网络,在C市多所高等院校进行实地调研,采用“滚雪球”方式与预调研对象进行联系并取得同意后,选取已形成体育生活方式的19名大学生进行半结构式深度访谈,这些典型案例背后呈现了大学生体育生活方式形成的不同实践归因,暗含体育生活方式的社会形塑机制,基于案例的深入分析并结合理论工具,剖析形塑大学生体育生活方式的理论逻辑与实践机制。另一方面,综合参考国内学者有关体育人口、体育行为及体育生活方式形成的界定标准^[27-29],将在过去2年及以上时间中具有较为稳定持续的体育行为的研究对象纳入考察行列。对选取的案例对象均辅以参与式观察研究,同时全部案例均涵盖大学生体育生活方式形成的横向生活环境和纵向生命历程,对案例收集的质性材料展开逐层分析和系统凝练,力求揭示新时代大学生体育生活方式的形成及其形塑机制。

4 案例分析与机制发现

4.1 学校体育实践的教育形塑机制

学校的公共体育空间在学生体育实践中占据重要地位,特别是在我国的教育教学体系之内,体育与健康课程在大中小幼各学段的强制实施,以及学校相对完善的体育教育文化、场地设施与资源保障,都直接或间接强化了大学生日常生活中的体育实践行为。高等教育是教育的最高层级,大学生是具备一定社会适应能力和自我认知水平的实践主体,能较好地理解体育运动促进健康的作用、价值与意义,也能接受大学的体育与健康课程学习,以及参与课后体育活动。

(1) 便利的参与条件为大学生体育实践提供物质保障。供应充足的运动场地设施是学校的职责与义务,为满足学校正常体育教学、训练以及赛事活动的开展,学校会以师生数量为基数遵循一定的指标要求配置运动场地设施。“健康中国”蓝图的规划目标也指出,到2030年学校体育场地设施与器材配置达标率达到100%。满足体育教学需求之外,高校配置的体育场地设施与器材设施还为大学生课余体育生活提供必要的支持,让大学生随时随地参与体育锻炼成为可能。此外,各高校提供的智能体育场馆预约系统、学生体质健康测试预约系统以及体育类人工智能辅助

设备,并结合KEEP、悦跑圈等App平台,能够更便捷地为大学生参与体育锻炼提供帮助与指导。

(2)完善的制度设计为大学生体育实践营造文化氛围。以H大学为例,其实施体育学分制及辅修第二专业制度,在大学公共体育课程结构和设置方面,全面考虑课程目标设置、学习过程、考核过程,在公共体育课程的选课、排课、预约学习与测试等方面,为学生提供了多项自主选择权。利用互联网技术实现了考核过程的方便快捷。同时,学校重视课外体育活动与赛事组织,基本实现每学期课外体育锻炼全覆盖,不仅帮助大学生完成学校规定的学分修读任务,还帮助他们顺利“解锁”多项新的运动技能(访谈资料:HMQ)。在H大学的课外体育活动中,除常规的春秋季节学生运动会外,还开展篮球“三大球”联赛和乒羽网“三小球”联赛,以及校园马拉松、啦啦操大赛、趣味运动会、拔河比赛、跳绳比赛、学生体测技能大赛等赛事活动。在新冠疫情期间,该校依托线上平台组织了“宅家微运动”“校园21天健康跑”等活动,通过带动大学生群体参与体育锻炼,在增强体魄过程中打赢防疫“攻坚战”。H大学还借助体态评估与功能筛查实验室、运动与健康实验中心等机构,以及校园马拉松跑团等社团,协同开展系列校园体育文化节活动,全面营造校园体育锻炼的文化氛围,为大学生体育参与提供了有利环境。

4.2 家庭体育实践的资本形塑机制

家庭场域与大学生体育生活之间也有着密切联系,是影响大学生参与体育活动的重要因素。经过长期观察发现,大学生体育锻炼、体育消费、运动竞赛等体育参与行为及其生活方式的形成,一定程度上受家庭体育实践资本的影响。

(1)隐性家庭体育资本影响大学生实践需求。家庭里浓厚的体育锻炼氛围,不论是父母等家庭成员的体育参与行为,还是具有亲属关系的人员的体育参与惯习,都将对大学生个体的体育实践形成教育示范和引领作用^[30],而有着家庭体育实践基础的大学生进入学校后,除了延续家庭体育生活习惯外,还会自主选择适宜自己的体育行为方式。亲属关系的影响,往往会激发大学生的体育实践需求,在日常接触及参与过程中逐渐形成对体育锻炼的喜爱(访谈资料:ZCX)。比较典型的是家族习武之风的传承与弘扬,通常

武术世家的大学生也会将习练武术作为日常生活方式(访谈资料:YY)。此外,家庭体育价值观念是家庭参与体育生活实践的內隐性驱动力,并通过亲缘关系传递给家庭成员进而影响其体育参与行为。

(2)显性家庭体育资源影响大学生实践行为。从资源依赖角度看,体育资源供给是决定体育实践的关键因素,有效降低家庭体育实践对外部体育资源的依赖程度,满足家庭体育实践的资源需求能够稳定推动家庭体育实践。通过家庭体育消费支出供给家庭体育实践需要的体育类服务或产品等资源,能够实现对家庭成员参与体育锻炼的资本保障,促进家庭成员体育生活方式的有效形成。比如,在每年家庭支出中有固定的家庭成员体育消费支出,用于购买运动服装、鞋包、健身器械等硬性资源,或者购买体育赛事门票、健身课程、运动技能培训班等软性资源,都将不同程度地促进家庭成员体育实践行为(访谈资料:LLW)。

4.3 社会体育实践的关系形塑机制

马克思曾指出“全部社会生活在本质上是实践的”,“人与人的社会关系是在人与人具体‘交往过程中实现的’。”大学生的社会体育实践是其交往消费和资源链接的重要载体。在经济发达与物质丰富的现代社会,全民健身与全民健康逐渐成为社会生活的价值主流,大学生的社会关系或人际关系状况关涉其生活质量。可以说,社会场域铸造大学生健康生活的体育实践资本,社会体育实践影响着大学生社会生活的体育观念、行动准则以及情感世界等方方面面。

(1)基于社会体育实践的人际关系更加稳固。大学生参与社会体育实践,其目标并非仅仅停留在体育实践自身的功效层面,维系良好的社会关系或人际关系,也是大学生社会体育实践的重要目的之一。这种较强的目的性无疑强化了大学生体育实践的社会行为,促进了大学生体育生活方式的形成和稳固。如区域周期性的马拉松赛事为大学生社会体育实践提供了交流舞台,大学生通过赛前、赛中、赛后的系列活动有助于形成稳固的人际关系网络(访谈资料:LY)。大学生借助各种体育资源网、运动服务媒介、赛事活动平台等渠道,在参与社会体育实践中构建良好的人际关系网络,在提升大学生体育参与兴趣的同时,还丰富了日常社交手段;在形成对于社会体

育实践及其功能价值的具身认知的同时,还能有效降低个体中断体育实践的风险。

(2) 基于社会体育实践的社会关系更加紧密。社会场域中的体育实践往往是社会群体共同完成的,而社会群体性的体育活动参与,不仅能增进社会人际交往、打破自我封闭,还能改变体育实践者的个性特征和行为方式。通过社会体育活动形成的合作与竞争品质,会迁移至社会生活、日常学习与工作之中,从而赋予个体的社会体育实践更广泛的社会意义和价值功能。从关系学角度看,实践者在参与社会体育实践过程中,通过建构合理的实践预期、保持谦虚低调的实践态度,建立起同伴间的信任关系,同时展现自身体育实践能力与综合素养。大学生参与社会体育实践活动,不仅有助于个体体育生活方式的进阶稳固,还通过组织媒介拓展自身的社会关系网络。如C市大学生体育协会通过每年举办各项体育赛事活动,推动该市大学生体育组织健康有序发展,借助同台竞技切磋技艺的交流平台,市内各高校的大学生群体间建立了良好的竞合关系。

4.4 个体身体实践的价值形塑机制

通过学校教育、家庭资本、社会关系三重机制的协同形塑过程,大学生的参与体育实践回归对自我的身体实践。从身体社会学角度看,身体不仅是个体行为或意图呈现的生物性载体,更是联结个体与社会的实践主体。欧文·戈夫曼曾系统阐述过身体是个体参与社会实践的逻辑,社会生活中人们对于共同在场的关注将引起对身体的注意,社会性实践主体的身体呈现状态往往代表着个体日常生活的“面子”和“里子”,自我呈现的身体状态将促使人们产生符合社会规范与审美价值的共通性行为^[31]。可以说,大学生体育实践形成的身体惯习是一种发展性的理性认知行为,也是个体对自我身体的行为规训与表达。

(1) 体育实践塑造身体惯习认知。布迪厄的惯习理论超越了个人与整体主义的二元对立,并将“惯习”大略定义为基于社会实践的一种性情倾向行为系统,这种性情倾向建立于不同的实践场域、资本、文化及价值审美基础之上,个体行为系统也是被社会生活中运转的“实践感”所控制的。社会实践主体的惯习差异导致社会人群参与实践的不同类型,差异化过程也塑造了社会实践主体的不同惯习。基于上文提及的布迪厄融入

时间观念而构建的三维社会空间结构模式可知,大学生在社会实践空间中形成的身体惯习,本质是大学生体育实践的一种发展性认知,亦是体育实践塑造其身体惯习认知。如新冠疫情期间高校对大学生组织的“晨跑打卡送早餐”活动,不仅让学生摆脱了“起床困难”问题,还养成了早起锻炼身体的良好习惯和健康生活方式(访谈资料:WH)。

(2) 体育实践促进自我身体构建。社会民众参与体育实践的初衷,往往是出于个体自身成长、自我发展及适应社会等现实需要。同样,大学生体育实践是一种时间化的社会性行为,即大学生通过调动过去自我身体的实践经历,从事现在的自我身体规训的实践行为,以达成对自我身体构建的实践预期,实现对当下自我体育实践的行为超越与身体呈现。拉美特利曾在《人是机器》一书中指出,社会个体可以通过自我的身体规训,将自己的身体训练成适应社会规则和纪律限定的固定范式^[32]。循以体育实践场域和身体实践空间的互动关系,社会实践主体中身体的规训与表达成为了对自我身体构建的选择性结果^[33]。因此,大学生体育实践中呈现出两种较为普遍的自我身体构建策略:一是就近选择(时间与距离)满足自我身体构建的体育实践场域,二是就高选择(成本与收益)满足身体构建的体育实践场域。随着人们生活水平的不断提高,体育逐渐成为人们对自我身体塑造和社会层级迭代的实践工具,现实中大学生积极参与体育实践,往往想以此打造自己迎合社会审美的身体、形体及健体等符号表达,不断趋向实现自我理想的身体形态和健康状态,由此获得身体规训的实质价值以及人际交往的形象资本(访谈资料:JL)。

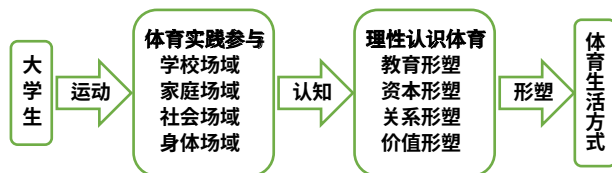


图1 大学生体育生活方式的多元形塑机制

5 结论与展望

新时代大学生参与体育实践是其体育生活方式形成的初始逻辑,而运动回归理性才是形塑大学生体育生活方式的最终机制。本文基于运动促进健康的社会共识,对已形成体育生活方式的大

学生典型性案例进行深度访谈与深入剖析,揭示了学校、社会与家庭三者在大学生的日常生活中的互动构建与紧密联结,解释学校教育、家庭资本、社会关系协同培育大学生体育生活方式的内在机制,以及多重机制协同塑造大学生对自我身体实践的价值共识,进而为大学生体育生活方式形塑提供更坚实的文化资本^[34]。故而,本文为理解大学生体育生活方式形成过程提供了一个新的研究视角,丰富和增强现有体育生活方式理论与实践研究的阐述效力,对促进全民健康生活方式的形成具有参考价值。但仍需关注的是,伴随着大学生在社会生活领域的压力增加和“躺平主义”思潮的影响,当代大学生逐渐脱离现实世界的束缚而走向更易满足的虚拟世界,在此背景下,推动青年大学生对参与体育实践进行理性认知与对自我身体进行形象构建等方面都面临巨大挑战,如何延续并形塑大学生的体育生活方式,无疑是需要进一步持续拓展的研究议题。

参考文献:

- [1] 截至2020年,我国三成大学生体质健康不及格[EB/OL]. (2021-04-24)[2022-11-21]. <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1697883103968189072&wfr=spider&for=pc>.
- [2] 新华社体育. 基层声音: 学生体质状况不佳, 问题出在哪里?[EB/OL]. (2019-11-28)[2022-12-03]. <https://baijiahao.baidu.com/s?id=1651434481682756107&wfr=spider&for=pc>.
- [3] 教育部体育卫生与艺术教育司. 第八次全国学生体质与健康调研结果发布[J]. 中国学校卫生, 2021, 42(9): 1281.
- [4] 宫留记. 布迪厄的社会实践理论[D]. 南京: 南京师范大学, 2007.
- [5] 宋义, 梁建平, 任贞玲, 等. 西部农村留守儿童身心健康可持续发展模式研究: 以重庆留守儿童为例[J]. 中国体育科技, 2012, 48(5): 100.
- [6] 平杰, 舒盛芳, 任杰, 等. 从稳定性特征看上海市中学生体育生活方式的形成程度[J]. 中国体育科技, 2011, 47(6): 112.
- [7] 黄美蓉, 张艳平. 我国大学生体育生活方式影响因素社会生态学审思[J]. 体育与科学, 2020, 41(3): 110.
- [8] 吕海龙, 王凯珍, 刘弘. 家庭体育环境与幼儿体育生活方式: 家庭社会资本的中介作用[J]. 北京体育大学学报, 2020, 43(5): 77.
- [9] 翟伟, 杜照茹. 家庭生命周期视角下的职业女性体育生活方式研究[J]. 成都体育学院学报, 2011, 37(5): 46.
- [10] 陈洪, 杨桦, 梁斌. 英国家庭体育在健康促进中的治理实践及启示[J]. 北京体育大学学报, 2020, 43(4): 82.
- [11] 杨洁, 倪湘宏, 唐炼. 社会性别视域下大学生体育生活方式特征的性别角色差异分析[J]. 武汉体育学院学报, 2017, 51(3): 94.
- [12] 王春顺. 新时代传媒背景下大众体育生活方式嬗变研究[J]. 体育文化导刊, 2018(5): 41.
- [13] 王春顺, 李国泰. 健康中国视域下全民体育生活方式的建成路径探讨[J]. 河北体育学院学报, 2019, 33(1): 51.
- [14] 李仕丰. 体育行为和大众参与体育运动的影响因素: 中国26-55岁城市居民体育生活方式影响因素调查报告[J]. 体育与科学, 2009, 30(4): 83.
- [15] 陈华卫. 大学生体质与体育生活方式相互关系[J]. 体育学刊, 2007(8): 88.
- [16] 杨桦. 基于体育生活方式的学校体育课程评价标准[J]. 上海体育学院学报, 2014, 38(2): 74.
- [17] 余涛, 崔琮, 花家涛, 等. 我国农村体育生活方式的农民话语赋权研究: 以歙县汪满田为例[J]. 北京体育大学学报, 2020, 43(4): 90.
- [18] 余涛, 涂传飞, 余静. 村落体育生活方式的百年变迁及启示[J]. 上海体育学院学报, 2011, 35(4): 58.
- [19] 吴俊. “场域—惯习”视角下大学生学习实践研究[D]. 天津: 南开大学, 2013.
- [20] 王春顺. 社会实践视角下大学生体育生活方式形塑研究[D]. 重庆: 重庆大学, 2022.
- [21] 林雪峰. 社会转型期青少年休闲体育生活方式的构建[J]. 上海体育学院学报, 2011, 35(3): 52.
- [22] 刘志敏, 李洋洋. 我国农民体育生活方式发展特征研究[J]. 沈阳体育学院学报, 2012, 31(1): 57.
- [23] 布迪厄, 华康德. 实践与反思: 反思社会学导引[M]. 李猛, 李康, 译. 北京: 中央编译出版社, 2004.
- [24] 李培林. 理性选择理论面临的挑战及其出路[J]. 社会学研究, 2001, 16(6): 43.
- [25] 罗伯特·K. 殷. 案例研究: 设计与方法[M]. 周海涛, 史少杰, 译. 重庆: 重庆大学出版社, 2017.
- [26] 王辉. 公共管理案例研究的初阶与进阶[J]. 地方治理评论, 2019(2): 174.
- [27] 苗大培. 论体育生活方式[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2004.
- [28] 李文川, 肖焕禹. 体育生活方式的概念界定及其范畴结构[J]. 上海体育学院学报, 2010, 34(3): 33.
- [29] 向祖兵. “惯习”视域下北京市居民体育生活方式形成研究[D]. 福州: 福建师范大学, 2017.
- [30] 付志铭, 黄莉, 梁文峰. 城市青少年身体活动的家

庭影响因素:基于文化资本理论的视角[J].河北体育学院学报,2022,36(3):9.

[31] 吉登斯.社会的构成:结构化理论大纲[M].李康,李猛,译.北京:三联书店,1998.

[32] 严静.身体的自我规训与抗争表达:对阿玲就业流动经历的性别解读[J].妇女研究论丛,2014(3):14.

[33] 李升,李敏.当代青年女性“容貌焦虑”的社会机制分析[J].中国青年研究,2022(4):78.

[34] 郑国华.理性选择与社区体育行为[J].北京体育大学学报,2006,29(9):1164.

Sports Return to Rationality: A Study on the Shaping Mechanism of College Students’ Sports Lifestyle in the New Era

WANG Chunshun, QIAO Fengjie

(School of Social Sciences, Tsinghua University, Beijing 100084, China)

Abstract: Under the background of national fitness, how to shape a healthy lifestyle has become an important proposition. Using the case study method, from the perspective of social practice, the theoretical analysis framework of “practice field-practice capital-practice habitus” is built to explore the formation and shaping mechanism of college students’ sports lifestyle. It is found that the practical attribution of the formation of college students’ sports lifestyle connects the four dimensions of school education, family capital, social relations and body value, and weighs the convenience of participation, relative autonomy and strong purpose in practice to shape the individual’s development cognition. Therefore, college students form physical habits in the sports practice of school, family and social fields, lay the practical foundation of school sports tradition, family sports resources, social sports activities and self-body construction, and then reveal the shaping mechanism of college students’ sports lifestyle, that is, sports practice based on rational cognition, so that sports can return to life.

Key words: sports lifestyle; college student; field; capital; habitus; school; family; society