

# 环境保护与体育运动的可持续发展

王宁

西安高新科技职业学院, 中国·陕西 西安 713700

**摘要:** 随着体育运动的广泛普及, 目前参加体育运动的人数迅速增长, 体育活动的范围越来越广, 给生态环境带来了很大的压力。体育活动与生态环境保护的矛盾日益突出, 涉及政府机构、环保团体和体育团体等各方主体。体育活动属于健康的生活方式, 与环境保护相同, 二者均需要遵循可持续发展的思想, 营造良好的生态环境。体育活动可以与生态环境形成共生关系, 为更好地维持共生关系, 论文着重对体育活动与生态环境保护的关系进行了论述, 并在对可持续发展理念的指导下, 如何实现对生态环境保护与体育活动的有机结合进行研究。

**关键词:** 环境保护; 体育运动; 关系分析; 可持续发展

## Environmental Protection and Sustainable Development of Sports

Ning Wang

Xi'an High tech Vocational College, Xi'an, Shaanxi, 713700, China

**Abstract:** With the widespread popularity of sports, the number of people participating in sports is rapidly increasing, and the scope of sports activities is becoming wider, which has brought great pressure to the ecological environment. The contradiction between sports activities and ecological environment protection is becoming increasingly prominent, involving various entities such as government agencies, environmental protection groups, and sports organizations. Sports activities belong to a healthy lifestyle and, like environmental protection, both need to follow the concept of sustainable development and create a good ecological environment. Sports activities can form a symbiotic relationship with the ecological environment. In order to better maintain this symbiotic relationship, this paper focuses on the relationship between sports activities and ecological environment protection, and studies how to achieve an organic combination of ecological environment protection and sports activities under the guidance of sustainable development concepts.

**Keywords:** environmental protection; sports activities; relationship analysis; sustainable development

## 1 引言

体育运动的开展, 可以有效改善群众的身体活动状态。但是, 随着体育活动的开展, 也会对当地的生态环境造成一定的影响。开展体育运动、建设体育场馆、生产体育用品、以及与体育运动有关的交通区域, 均有可能对生态环境产生直接或间接的影响。在坚持可持续发展理念时, 为了减轻体育与生态环境的矛盾, 需要采取行之有效的措施, 保障体育活动与生态环境之间的协调性, 使体育相关设施建设均能够满足生态环境的要求。

## 2 体育运动对环境的影响

### 2.1 体育设施建设对环境的影响

目前, 各种类型的奥林匹克运动会都在如火如荼地进行着, 体育活动的举办在一定程度上, 会对当地的生态环境造成影响。在法国阿尔贝维尔举办的第十六届冬奥会中, 比赛给各界都留下了深刻的印象。这是由于为成功举办本届奥林匹克运动会, 损毁 30 多公顷林地, 致使上万种动物和植物丧失生存基础, 并伴随着当地物种的锐减, 引发了严峻的生态危机。

近几年, 随着体育运动逐渐走向大众化、大型化和生态化, 越来越多的体育场馆随之建成。因此, 人们对自然空间的需求也越来越大。此外, 针对一些附属设施的建设, 将简单脆弱的人工生态系统摒弃后, 采用复杂丰富的自然生态系统来替代, 导致生态系统在过度开发的同时, 难以承受污水、垃圾等环境污染问题。

### 2.2 体育活动对环境的影响

运动和环境密不可分。在体育运动的大众化和生态化发展的背景下, 目前的健身活动已经从单纯的运动场馆, 转向了广袤的自然环境, 运动的空间也逐渐从单一的陆地生态环境, 逐渐转向了海洋、陆地、天空等全方位的立体环境, 将很多生态问题引入自然环境中, 导致生态环境逐渐退化。

因此, 体育活动的主办人员需要谨慎选择新场地和新地点, 并根据适宜性的生态环境开发原则, 选择合适的建设地点。对于交通条件的建设, 主办方均需要将其作为中心问题来看待, 同时还需要重视对废旧物品的处理。为了实现体育事业的可持续发展, 需要从环保、生态平衡的观点出发, 深入研究体育运动和环境之间的关系<sup>[1]</sup>。

### 3 环境保护对体育运动的重要性

#### 3.1 环境污染对体育运动的危害

中国部分地区的空气污染物浓度较高,若是长期在污染浓度较高的空气中进行体育运动,会对人体造成负面影响。空气污染物的出现,主要来自化石燃料的燃烧,其中主要包括臭氧、二氧化硫和一氧化碳等物质。当在高污染地区运动时,可以通过获取有用信息,如温度、湿度和空气污染程度等,通过仔细规划各项活动,并综合考虑污染产生的日均性和季节性波动,尽量减少潜在的问题。

当空气中的微粒被人体吸入,会对身体产生许多有害影响。例如,刺激呼吸道、降低血液的携氧能力等。对于患有心血管疾病的人,当长期暴露于污染的空气中时,会引起局部缺血和心绞痛等问题。个人暴露在污染物中的程度或剂量,与空气中污染物的数量、与污染物的接触时间以及呼吸的空气量有关。因此,在极端条件下,采用室内锻炼属于最好的选择<sup>[2]</sup>。

#### 3.2 环境保护对体育运动的意义

体育运动和环保息息相关。体育比赛一般都会要求设置某些特殊的装备和场地,而该类设施又会对当地的自然环境造成一定的影响。例如,在开展部分球类活动时,也有可能发出声响,从而影响附近的住户及动物。此外,部分景点、公园举办的户外运动,也会对植物及野生生物的生存环境造成破坏,容易对环境带来不利的影响。

所以,在体育活动开展期间,应采取相应的环保措施。首先,对仪器的选用与应用应做出最大改进。例如,在体育馆的建造中,可以使用竹子、秸秆等可再生的材料,从而降低对环境的污染力度。其次,在体育馆及运动场周围,可以通过栽种草坪及花草,营造绿色、环保的环境条件,用于吸附空气中的二氧化碳及其他有害气体。例如,足球等球类项目,可选用绿色环保的球具,大部分为天然橡胶或生物可降解材料,以降低化学物质对环境的污染。最后,部分体育团体也可以举办“清洁行动”,激发运动员和人民群众对环境的关心,用实际行动保护环境。另外,在多数体育场中,特别是许多球场中,均采用LED照明设备,不仅可以节约能源,并且能够达到防水的效果,属于运动和环境相结合的杰出贡献。

### 4 实现环境保护与体育运动可持续发展的路径

#### 4.1 加强绿色体育场馆建设与管理

在体育场馆的建设过程中,为了实现绿色和可持续发展目标,可以采取以下措施。

首先,需要加强能源管理。通过对电力设备和光照系统的优化与完善,积极采用节能灯具、智能照明系统等手段,提高能源的利用率。同时,通过加强对能源监控和管理,确保能源得到合理分配与充分使用。

其次,积极推广和利用可再生能源。在建设体育场馆

的过程中,可以考虑多种节能设施。例如,安装太阳能电池板、风力发电装置等,基于自然资源的支持,提供足量的清洁能源,不仅能够减少体育运动对传统能源的依赖,还能够为场馆建设提供持续的能源供应。

再次,交通规划和管理优化。在体育场馆中,通常聚集大量的观众和运动员。因此,通过观察周边的交通环境,做好合理规划显得至关重要。通过建设公共交通站点,打造完善的自行车停车设施,进一步鼓励观众和运动员使用绿色、持续化的出行方式。

最后,加强水资源管理。在体育场馆中,通常具有大量的用水需求。例如,在冲洗厕所、灌溉草坪等环节,均需要有足够的水源支持。在建设雨水收集系统时,运用合适的节水设备,可以实现对水资源的合理利用,有效减少对水资源的浪费。

除了上述措施之外,在体育场馆的运营管理期间,还需要不断的改进。通过引入先进的管理技术和管理理念,旨在提升场馆的管理水平,获得良好的服务质量,使体育场馆能够持续发挥作用,为广大观众和运动员提供有效服务。

#### 4.2 推广环保型体育活动

##### 4.2.1 体育运动开展与自然区域生态环境保护

部分运动项目需要在自然环境中进行。例如,自然、风景、乡村等区域。在自然区内,通常具有生态环境良好、地形地貌多样、生物种类繁多等特点,且生态环境具有良好的缓冲作用和恢复能力。所以,在自然区域开展体育活动时,一般都不会出现太大的矛盾问题,也不会有过多的影响。但是,在部分自然区域,由于体育运动的发展,表现出了独特的魅力,造成过度集中与频繁开展的问题,对生态环境造成了很大的影响。所以为了平衡经济发展和生态环境保护的矛盾,可以通过加强对生态环境的宣传教育,提供关于生态环保的知识,把体育活动从天然地区转移到人造地区,把体育运动吸引到具有较好的缓冲力和弹性的自然区,建立健全的破坏生态环境的惩罚办法,运用法律、法规、规章制度等实施强化约束<sup>[3]</sup>。

当自然环境较为脆弱时,与体育活动的矛盾会更加突出。因此,在自然区域开展体育运动时,需要特别注意开展的体育运动类型、强度和范围,了解天然地区所需的生态环境缓冲能力和弹性状况。如果所举办的运动项目受到了严重的影响,或有可能对生态环境造成损害,则必须立即停止,并对其做好评估,然后才能够决定是否继续进行。生态环保部门要加强和体育运动开展方的联系,双方需要进行更深层次的协作,在天然地域的选择上,尽可能地将具有较好的生态环境缓冲能力和恢复能力的地区作为主导,引导体育活动的规划与实施。

##### 4.2.2 在自然环境中开展环保型体育活动的方法

在自然环境中,为了有效开展环保型体育活动,可采用的方法多种多样。为了选择适合的场地,需要以对环境影

响较小的自然场地为主。例如,公园、海滩、森林等。在一般情况下,随着体育运动的开展,应避免在生态敏感区域、受保护地区进行。为有效减少废弃物的产生,可以鼓励体育运动参与者自带水瓶和餐具,以能够重复使用的材料为主,避免使用一次性塑料制品。通过设置垃圾回收点,并确保活动结束后能够认真清理场地,且相关人员能够自觉将垃圾带离。通过尽量选择环保型的体育项目,并且需要具备环境友好型的特征。又如,徒步旅行、骑行、皮划艇等,在该类体育活动中,不仅能够锻炼身体,还可以减少对环境的影响。在组织开展清理活动时,可以定期到开展体育运动的区域,由活动参与者开展清理活动,如海滩清理、森林垃圾收集等,有效保护和改善自然环境。

#### 4.2.3 制定相应的规章制度和管理措施

在自然区进行体育运动时,可以对天然区域的使用进行明确界定,并制订具有约束力的规则,保证体育运动的统一开展,并充分发挥规章制度的约束功能。例如,人行道上只能行人通行,机动车、非机动车均不可通过。在体育运动开展过程中,应采取切实有效的管理措施,如限制场地,限制时间,限制设施,限制人流等。当自然地具有一定的缓冲能力和弹性时,可通过有目标地拓展体育供给计划,将体育活动人群从生态环境脆弱的自然区中引导至其他无风险区域。

另外,政府还可以通过立法层面,建立相应的法律、法规,引导体育界积极参与环境保护工作。政府可以要求场馆做好环保检查工作,随着比赛的开展,避免对周边环境产生明显影响。政府也可以采取激励和宣传等办法,组织运动员和运动队伍加强对环境的保护,并利用体育信息平台推广环保工作,通过研发电子游戏的方式,利用足球游戏,使更多青少年了解环境保护的重要性。

#### 4.3 培养运动员和观众的环保意识

科学技术的不断进步,日常的生产、生活,对生态环境的影响逐渐加大。因此,在今后的发展过程中,加强生态环保教育是一项重要的工作。早在1977年,教科文组织宣布:“生态环境保护教育,应该是一个全方位的、终生的教育过程,要让每个人都积极参与进来,共同维护人类与生态环境的和谐共生。”

生态环境保护教育,对促进体育运动的可持续发展具有重要作用,在体育领域,需要将积极进行环保教育作为重要职责。在体育活动的开展过程中,应尽量避免或减少对生

态环境造成的破坏。因此,需要通过共同努力,在生态环保教育的过程中,不仅需要培养体育参与人的环保习惯,使其具有生态环境友好型的态度,同时也需要对体育参与人进行指导,使其对生态环境保护的规划和法律措施具有深入的了解,并且能够做到自觉执行<sup>[4]</sup>。

在各种体育社团和俱乐部的日常活动中,需要把生态环保教育纳入到日常生活中,并针对教练员、职工、运动员和其他受训人员,定期开展生态环境保护教育。尽管体育界的从业人员在体育运动人群中所占的比重很小,但是在进行生态环境保护的教育时,却需要担负起特别的职责,不但要积极地发动生态环境保护的教育,而且需要做到以身作则,带动其他团体一起行动。体育社团、社团等要充分利用各类体育资源,并通过多种途径,对广大群众进行环保教育、宣传等工作。

通过对群众的生态环保教育,可以很好地解决体育活动与生态环境的矛盾。在各种体育活动中,需要积极营造有利于环保的环境。例如,在运动场地内,应适当增加垃圾桶的数目,减少垃圾遍地的情况。在体育领域,通过开展生态环保教育,基于理论联系实际的有效途径,增强教育效果。在此基础上,通过构建高质量的生态环保教育体系,在举办各种体育比赛和活动的过程中,将环保教育融入其中。

## 5 结语

环保问题的产生,应得到全社会的关注,并在体育活动中积极解决。当前,国内外都已针对体育活动引起的环保问题,提出了相关的对策与措施。通过归纳所有的危险性,在坚持不懈地研究进程中,进一步强化环保效果。

#### 参考文献:

- [1] 罗艳蕊,董翠香.环境保护与体育运动的可持续发展[J].北京体育大学学报,2022(5):3-4.
- [2] 谢琼桓,冯宝忠.体育运动与环境保护[J].天津体育学院学报,2022(5):4-5.
- [3] 杨雪峰,张杰.体育运动与环境保护的协调理论和发展关系[J].环境工程,2022(3):1-2.
- [4] 刘新蕾.体育运动与环境保护关系研究[J].拳击与格斗,2019(4):148-149.

作者简介:王宁(1984-),女,中国陕西咸阳人,硕士,从事体育教学研究。