

· 中小学体育 ·

学生对体育课的喜欢程度与其体质的关系

杜勤

(深圳市体育局, 广东 深圳 518029)

摘 要:通过问卷调查和体质测定结果的统计分析,研究深圳市中小学生对体育课喜欢的程度与其体质之间的关系。结论:喜欢体育课学生的体质合格率高,机能发育和身体素质发展优于不喜欢体育课和对体育课喜欢程度一般的学生;肥胖学生体质合格率和喜欢体育课的比例偏低;喜欢体育课的学生体质状况良好的结果,课外的体育活动也发挥了重要作用。

关键词:体育课; 体质; 课外体育活动

中图分类号:G807 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2004)02-0110-03

Students' fitness and their enjoying in physical education class

DU Qing

(Shenzhen Sport Bureau, Shenzhen 518029, China)

Abstract: Based on the data from questionnaire and fitness measure, the author explored the relationship between the pupils' fitness and their enjoying in the PE class. Conclusion: the pupils who enjoy the class is growing better than those who hate the class with respect to the physique and the function; relatively, few of the fat students keeps good fitness and enjoy the class; extracurricular exercise plays an important role in keeping good fitness for students enjoying the PE class.

Key words: physical education class (PE class); physique; extracurricular exercise

学校体育课是培养学生健康意识、学习体育知识和掌握运动技能的重要课堂,多少年来一直倍受政府有关部门、学校及相关科研部门的重视。自2000年以来,深圳市体育局在开展国民体质测定工作中,结合体质测定项目,专门设计问卷对儿童青少年是否喜欢体育课进行调查。本研究在2000年和2001年国民体质测定工作不断完善的基础上,对深圳市2002年儿童青少年(在6个行政区里,选教学质量、生源和教师队伍好、中、差的中小学校各3所,在各学校内随机抽每个年级1个班。最后经审核,有效统计人数为:7~12岁小学生5083人,其中男2815人、女2268人;13~18岁中学生4139人,其中男2237人、女1892人。共计9222人)。问卷调查和体质测定结果进行分析,旨在揭示学生对体育课的喜欢程度与学生体质之间的关系,为政府有关部门制定相关政策,学校和相关科研部门科学指导和改进学校体育工作提供参考。

1 总的情况

在中小学生的问卷中,小学生喜欢体育课的比例为67.0%,明显高于中学生的63.1% ($U = 3.48, P < 0.01$)。小

学男生喜欢体育课的有1580人,占72.3%,明显高于女生(1140人)的60.8%,中学男生有1306人,占74% ($U = 7.75, P < 0.01$),明显高于女生(862人)的51.6% ($U = 13.61, P < 0.01$)。

随着年龄的增长,男生喜欢体育课比例保持在较高水平,而女学生从7~12岁呈下降趋势,且12岁之后喜欢体育课的比例也较低。从7岁起随着年龄的增长,喜欢体育的学生比例逐渐下降,15岁以后又逐渐回升;男生比女生喜欢体育课的人比例高。

2 体质情况

(1)喜欢体育课的学生体质合格率明显高于不喜欢体育课的和对体育课喜欢程度一般的学生。

从表1可以看到,除小学女生对体育课喜欢与不喜欢、一般喜欢无显著差异外,对体育课喜欢的小学男生、中学男女生体质合格率明显高于不喜欢和一般喜欢的学生。

这说明学生是否喜欢体育课,对学生体质状况的好坏有着重要影响。换句话说,要想保持和提高学生体质水平,首先要让学生爱上体育课、喜欢体育课。

收稿日期:2003-09-16

作者简介:杜勤(1958-),女,副研究员,研究方向:中小学生的体质。

表1 喜欢体育课和不喜欢、一般体质合格率的U检验

分组	喜欢与不喜欢				喜欢与一般喜欢			
	喜欢合格率/%	不合格率/%	U值	P值	喜欢合格率/%	一般喜欢合格率/%	U值	P值
小男	90.4	60.7	4.13	<0.01	90.4	86.1	2.73	<0.01
小女	92.5	88.2	0.92		92.5	91.2	0.97	
中男	92.9	69.3	4.50	<0.01	92.9	82.7	5.97	<0.01
中女	95.8	80.8	4.74	<0.01	95.8	88.5	5.32	<0.01

(2)喜欢体育课的中学生肺活量、身体素质平均值高于不喜欢、喜欢程度一般的中学生。

根据统计,喜欢体育课的中小学生的肺活量、身体素质(握力、背力、50 m跑、立定跳远、立位体前屈、1 000 m跑)平均值略高或高于不喜欢和对体育课喜欢程度一般的学生。小学男女喜欢体育课、不喜欢体育课和对体育课喜欢程度一般之间的肺活量、部分身体素质差异不显著($P < 0.05$)。但是随着年龄的增长,在中学男女生中,喜欢体育课的学生,在肺活量、力量素质方面明显好于不喜欢体育课和对体育课喜欢程度一般的学生($P < 0.01$ 或 $P < 0.05$)。

从反映人体机能发育的肺活量·体重、肺活量·身高指数来看,喜欢体育课的中学生略高于不喜欢体育课、对体育课喜欢程度一般的学生,特别在喜欢体育课和对体育课喜欢程度一般的中学男生之间,差异有极显著性($P < 0.01$)。

这表明适量的体育锻炼对学生的生长发育有着积极的促进作用。因此,要想学生的身体发育水平得到不断提高,上好体育课是关键。学校体育课的教学理念、教学内容、授课形式和方法等等,应适应学生的兴趣爱好和价值趋向,真正做到以学生为主体,为培养学生的健康意识,增长学生的体育知识和增强学生的体质而服务。

(3)标准体重特重者喜欢体育课比例低。

在本研究的对象中,在有效标准体重统计的9 121名学生里面,有607名学生的标准体重为特重,占了6.6%,其中回答“是否喜欢体育课”的有521名。根据统计,标准体重特重者喜欢体育课的比例低,特别是小学男生和中学女生与包括标准体重特重者在内的整体小学男生和中学女生比差异显著(见表2)。根据进一步的统计得知,标准体重特重者不但喜欢体育课的比例明显低于整体,而且体质合格率也明显低于整体(见表3)。

表2 整体喜欢体育课与标准体重者体育课喜欢率的U检验

分组	整体喜欢率/%	特重者喜欢率/%	U值	P值
小男	72.3	57.4	4.31	<0.01
小女	60.8	53.3	1.52	
中男	73.9	66.9	1.95	
中女	51.6	36.6	2.48	<0.01

表3 整体喜欢体育课与体重特重者体质合格率的U检验

分组	整体喜欢率/%	特重者喜欢率/%	U值	P值
小男	90.52	65.64	11.37	<0.01
小女	92.72	65.77	9.93	<0.01
中男	89.63	64.31	9.37	<0.01
中女	91.28	59.76	9.30	<0.01

这说明在这些肥胖学生中,有近一半的人不喜欢体育课,而正因为肥胖学生不喜欢体育课,缺乏运动,体质合格率明显低于整体水平,因此,激发肥胖学生对体育课的兴趣,积极引导他们参加体育活动是关键。

(4)喜欢体育课的中小学生,课外活动中爱好体育活动的比例也明显高于不喜欢体育课和对体育课喜欢程度一般的学生。

在问卷调查的“课外你最喜欢玩或做什么?”的多项选择中,有3 278人次喜欢体育课的中小学生选择了“体育活动”。其中,喜欢体育课的小学男生有1 028人次(占24.2%)选择了体育活动,明显高于不喜欢体育课学生选择的4.3%($U = 4.98$ $P < 0.01$)和对体育课喜欢程度一般学生选择的11.1%($U = 10.76$ $P < 0.01$)。同样,有关小学女生和中学女生的统计结果也是如此(见表4)。

表4 对喜欢、不喜欢和一般学生的课外体育活动率U检验

分组	喜欢与不喜欢				喜欢与一般喜欢			
	喜欢合格率/%	不合格率/%	U值	P值	喜欢合格率/%	一般喜欢合格率/%	U值	P值
小男	24.2	4.3	4.98	<0.01	24.2	11.1	10.76	<0.01
小女	20.0	1.0	4.73	<0.01	20.0	8.0	11.40	<0.01
中男	29.9	7.0	4.18	<0.01	29.9	13.6	11.10	<0.01
中女	22.1	0.7	6.16	<0.01	22.1	7.9	13.19	<0.01

这表明,喜欢体育课的学生体质状况良好的结果,不仅仅是在体育课上获得的,课外的体育活动也发挥了重要作用。

3 结论

(1)喜欢体育课的学生体质状况良好。

喜欢体育课学生的体质合格率高,机能发育优于不喜欢体育课和对体育课喜欢程度一般的学生,同时身体素质发展也好于不喜欢体育课和对体育课喜欢程度一般的学生,特别是喜欢体育课学生身高平均值略高或明显高于不喜欢体育课和对体育课喜欢程度一般的学生,这再一次说明良好的健康意识、合理的身技能科学的体育课程对青少年的生长发育有着积极的促进作用。

(2)积极引导肥胖学生参与体育活动,增强他们的体质。

在本研究中发现,肥胖学生体质合格率和喜欢体育课的比例偏低,因此,如何针对个体差异开展学校体育教学活动,特别是在现代文明病(其中包括肥胖及由肥胖引起的各种疾病)逐渐年轻化的趋势下,学校应重视转变肥胖学生的体育观,应用各种手段激发他们对体育课的兴趣,积极引导他们参与体育活动,有效地增强他们的体质,使他们终生受益于体育锻炼带来的好处。

(3)重视学生的课外体育活动,提高学生喜欢体育课的程度。

根据问卷调查,喜欢体育课的学生,在课外活动中喜欢体育活动的比例明显高于不喜欢体育课和对体育课喜欢程度一般的学生。这表明,喜欢体育课的学生体质状况良好的结果,课外的体育活动也发挥了重要作用。因此,我们认为科学合理、积极有效地安排好学生的课外体育活动,不但能增强学生体质,而且还能提高学生喜欢体育课的程度,两者相互作用、相互影响。

参考文献:

- [1] 吕树庭. 体育社会测量方法[M]. 广州:广东高等教育出版社,1998.
- [2] 曲宗湖,杨文轩. 现代社会学与学校体育[M]. 北京:人民体育出版社,1999.
- [3] 丛湖平. 体育统计[M]. 北京:高等教育出版社,1998.

[编辑:李寿荣]

第 5 次全国体育学术期刊编辑研讨会暨 第 15 届全国体育院校学报研究会年会纪要

由中国体育科学学会主办,沈阳体育学院承办的第 5 次全国体育学术期刊编辑研讨会暨第 15 届全国体育院校学报研究会年会,于 2003 年 12 月 19~23 日在沈阳举行。来自全国体育学术期刊编辑部及有关方面的代表 80 余人参加了会议。中国体育科学学会副理事长、国家体育总局科教司司长史康成,中国体育战略发展研究会秘书长、原国家体育总局政策法规司司长谢琼桓,中国体育科学学会副秘书长、国家体育总局政策法规司助理巡视员张天白,中国体育科学学会副秘书长、国家体育总局科研所学会处处长祝莉,原中国高校自然科学学报研究会副理事长朱诚以及沈阳体育学院领导参加了会议并做学术报告。中国高校自然科学学报研究会理事长陈浩元向大会发来了贺电。

本次会议的主题是“提高我国体育学术期刊的创新水平,创办一流体育学术期刊”。会议期间,史康成同志做了“体育科学的使命与困惑”,谢琼桓同志做了“关于人文社会科学论文写作的问题”的学术报告。两位领导同志的学术报告深入浅出,理论联系实际,对与会者办好体育学术期刊具

有积极的指导意义。根据会议议程,会议期间围绕“新形势下如何发挥体育学术期刊的重要作用”的主题举行了座谈,与会代表畅所欲言,各抒己见,为提高我国体育学术期刊的整体质量,发挥学术期刊的重要作用出谋献策。张天白同志参加了座谈会,并就体育学术期刊的战略发展问题做了发言。

朱诚同志就“中国体育学术期刊进入国际重要检索系统的对策”、卢石同志就“第 4 版中文体育类核心期刊评定体系、原则与方法”等做了专题发言。

本次大会上,共收到论文 20 篇,经大会审定,有 18 篇论文入选大会报告,通过无记名评分的方式评选了优秀论文。上海体育学院冉强辉、国家体育总局科研所李晴惠等 6 位作者的论文获优秀论文一等奖;武汉体育学院李爱群等 12 位作者的论文获二等奖。

编辑学组

2003 年 12 月 28 日