

# 体育素质教育对大学生锻炼动机强度变化的影响

李 伟

(周口师范高等专科学校 公体部 河南 周口 466000)

**摘 要** 对贯彻《中共中央国务院关于深化教育改革,全面推进素质教育的决定》,承担中国体育科学学会“21世纪中国学校体育发展研究”全国性重点课题的3所高等院校,两年来实施体育素质教育课程实践影响大学生体育动机强度的变化效果进行了统计学研究,结果表明:实施体育素质教育,对促进大学生锻炼动机强度在深层次、多结构的良好变化发展方面具有显著性意义,大学生体育动机强度正趋于理性化、个性化和整体化的全面发展完善阶段,已基本奠定了学校体育的多元化教育基础,具有较强的发展趋势。

**关 键 词** :体育;素质教育;动机强度;大学生

中图分类号:G807 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2002)04-0067-03

## Study on the change of college students' training motive intensify affected by physical quality education

LI Wei

(Public Physical Department Zhoukou Teachers College, Zhuokou 466000, China)

**Abstract** Putting into effect the decision on deepening educational reform and pushing quality education in an all-round, by the State Council of the Central Committee of the Communist Party of China, three collages have undertaken the national major project about study on physical development in Chinese colleges during 21st century of physical science society of China. Now a statistics research has been conducted on the result of the change of college students training motive intensity affected by physical quality education during the recent two years. It proved that putting into effect the physical quality education has notable meaning for promoting college students' training motive intensity deeply on all sides. College students' training motive intensity is at the developing stage of reason, individual character and science. It has laid a polybasic educational foundation for sport training in college and has a strong developing trend.

**Key words** :physical education; quality education; motive intensity; college students

本研究对河南省参加中国体育科学学会“21世纪中国学校体育发展实验性研究”全国性重点课题的3所高校大学生两年来实施体育素质教育实践效果进行评价,为进一步深化体育教学改革提供依据和参考。

## 1 研究对象与方法

### 1.1 研究对象

河南省周口师范高等专科学校、南阳师范学院、河南大学2000级男女大学生实施“体育健康课程教学园区模式”教学的22个班级660名学生为素质教育班级(A),同时选取采用原教育部规定教学大纲内容进行常规教学班级22个班级660名学生为对照班级(B),A、B教学班级学生男女人数总计1320名。

### 1.2 研究方法

**量表测评法**:研究选用Prentie, W·E·Fitness and wellness for life, 1999,体育锻炼动机强度评价量表共计20个评定因素,各因素分为5个强度等级,总体强度评价也分为5个强度等级。

## 2 结果与分析

### 2.1 大学生体育锻炼动机强度的个体因素

从调查表1对学生1~7项因素5个强度层次的分布状况比较分析,素质教育班级(A)男女大学生的动机强度分布趋于理性化、个性化和整体化,并具有良好的可持续发展的基础,参加体育锻炼对减轻体重、获得运动成功、增长充足力量、提高柔韧性等要求是因人而宜,体育能增加健康的认识不再是一概而论的粗放型。对照班级B反映的信息状况则具有盲从性、单一性和概念式的动机强度不合理分布,并存

在逆反心理倾向,部分学生因不能满足个体运动需求失去信心,动机强度统计显得偏低和无序。

从表1因素8~14统计,素质教育班级有76%的大学生具有较强以上动机,在主题位置上参与自己喜爱的运动感觉良好,有良好的表象,能够减缓工作、学习压力,提高效率。有81.5%的女大学生对运用体育手段来消除学习紧张影响的动机在较强以上层次。82.1%的大学生追求通过体育的竞争、合作、失败、成功来塑造和改善自己的人生观。有61.5%的大学生已经掌握通过感觉良好的体育手段来发泄情绪

的合理方法。而对照班级只有46.1%的学生动机强度在较强等级以上水平。

在15~20项影响大学生心理、生理和社会动机的因素方面,体育能降低发病率和抵御疾病,A、B教学班级均俱较强的动机。但在塑造良好形体、改善体态的审美因素动机强度层次上有显著的差异,由于对照班级常规教学模式的局限性,社会交往的动机强度偏低,素质教育班级该因素动机强度在较强以上等级,男生是72.0%,女生是74.1%。

表1 大学生体育锻炼动机强度调查

序号	因素	素质教育班级(A)										对照班级(B)									
		男生					女生					男生					女生				
		很强	强	较强	弱	很弱	很强	强	较强	弱	很弱	很强	强	较强	弱	很弱	很强	强	较强	弱	很弱
1	减轻体重	16.7	17.0	18.8	24.5	23.0	2.00	23.6	24.5	20.0	11.8	25.5	23.0	13.9	25.5	13.0	13.91	2.7	18.8	21.5	33.0
2	运动成功	20.3	23.6	23.9	18.8	13.3	26.0	20.0	27.9	21.8	4.2	36.4	25.2	19.1	6.1	13.3	20.0	16.7	18.2	22.4	2.7
3	力量充足	26.1	28.0	20.3	14.2	11.5	21.2	23.0	33.3	17.2	5.1	38.2	27.3	14.8	10.6	9.1	20.3	15.8	11.5	24.8	27.6
4	增加能量	26.7	23.6	20.9	17.3	11.5	28.8	29.0	25.2	12.4	4.5	24.5	16.1	12.1	20.9	26.4	26.4	18.8	25.8	15.2	13.9
5	增进健康	37.9	21.8	17.0	12.7	10.6	47.2	29.4	16.7	3.6	3.0	22.4	24.5	22.7	20.3	10.0	37.9	21.8	17.0	13.3	10.0
6	改善机能	34.5	24.2	18.8	12.4	10.0	37.3	30.3	20.6	9.7	2.1	20.9	24.8	16.1	23.0	15.2	15.8	19.4	31.2	15.5	18.2
7	提高柔韧性	24.5	24.5	20.6	17.0	13.0	33.3	33.0	19.1	10.0	4.5	9.1	16.7	14.5	29.7	30.0	12.1	4.8	29.4	25.2	28.5
8	感觉好	32.7	23.6	20.3	12.4	10.9	30.9	31.2	23.9	8.2	5.8	14.5	18.2	16.4	24.2	26.7	11.5	13.3	23.0	26.4	25.8
9	良好表象	21.8	19.1	25.8	15.2	18.2	20.9	28.5	29.4	15.8	5.5	30.3	25.5	18.2	14.2	11.8	32.7	19.4	15.8	11.2	20.9
10	减缓压力	26.1	28.0	20.3	14.2	11.5	28.2	27.0	28.2	13.0	3.6	33.3	24.2	15.8	12.7	13.9	18.8	18.5	12.7	21.5	28.5
11	提高效率	35.2	20.0	17.6	15.8	11.5	35.8	31.8	20.6	8.2	3.6	28.8	26.7	24.8	7.9	11.8	31.8	29.1	21.2	11.2	6.7
12	消除紧张	26.1	21.2	19.1	18.2	15.5	30.6	29.4	21.5	16.1	2.4	16.7	13.0	18.5	26.4	25.5	10.3	12.1	25.2	24.8	27.6
13	改善人生观	26.1	23.7	19.7	18.5	12.1	28.2	32.1	21.8	12.4	5.5	15.2	17.6	13.3	27.3	26.7	17.3	17.0	16.4	27.8	21.5
14	发泄情绪	22.4	18.5	20.6	19.1	19.4	20.3	21.5	26.7	21.8	9.6	12.1	26.4	7.6	25.8	28.2	33.3	28.5	20.6	9.4	8.2
15	降低发病率	27.3	21.5	18.2	16.4	16.7	32.2	26.0	20.0	10.9	8.8	22.7	18.2	12.7	19.4	27.0	44.8	30.6	12.7	3.9	7.9
16	提高睡眠质量	30.6	23.0	18.5	16.4	11.5	45.5	22.4	23.0	8.8	0.3	18.5	19.1	15.8	19.7	27.0	29.1	23.6	16.7	18.5	12.1
17	塑造良好形体	28.8	23.0	19.4	16.4	12.4	34.5	33.3	23.0	7.0	2.1	30.6	18.8	6.1	22.4	22.1	33.3	29.4	12.7	15.5	9.1
18	抵御疾病	36.4	23.6	16.1	11.5	12.4	47.6	33.6	13.9	2.4	2.4	28.2	23.3	13.0	20.0	15.5	51.5	39.4	6.4	1.5	1.2
19	改善体态	28.8	20.9	22.4	16.1	11.8	25.8	20.3	27.9	21.8	4.2	17.9	13.0	20.3	24.5	24.2	18.8	22.1	27.0	15.8	16.4
20	增加社会交往	8.5	23.3	23.3	22.1	12.7	17.2	32.7	24.2	17.2	8.5	7.6	16.1	17.0	16.4	23.0	12.1	21.5	17.3	27.0	22.1

%

## 2.2 大学生体育动机强度的总体因素

体育素质教育相对于常规传统模式教育而言,对大学生体育动机强度的影响是全方位多层次的,体育素质教育突出了全体性、全面性、差异性和发展性的教育特点,学生主题地位明确,培养环境宽松,自主性强,氛围浓郁,对大学生的成长、成才和发展提供了可施展的空间。大学生体育动机强度5个等级层次的累积百分比统计显示,素质教育班级男生分别是27.36、22.6、20.0、16.4、13.48,男对照班级为23.67、20.88、15.64、19.80、20.02,女生素质教育班分别是30.68、27.92、23.58、12.92、4.89,对照班女生是24.59、20.73、18.97、17.62、18.09,两类班级男女生总体动机强度分布也存在很大区别。

另外,由于素质教育班级在教育中增加了监测结构,评价随机、方便,自身信息反馈迅速,体育实践效果不断提高,

这些因素对影响大学生体育动机强度变化发挥了良好的积极作用。

## 2.3 大学生体育动机强度5个层面的显著性比较

人的行为受动机所支配,大学生体育动机强度的水平是影响大学生参加体育锻炼的内部动力。从表2可以看出,两类班级男女生在动机强度5个层面中1、2、3层面差异显著,素质教育启蒙了那些受各种因素影响参加体育锻炼动机不强、积极性不高的学生。平均差值呈负值说明动机强度在很弱、弱两个等级中的比例很小,在4、5层面上的比较,男生没有显著差异,但从两类班级本身5个动机强度层次的纵向分布值分析,素质教育班级学生动机强度层次集中在较强的良好水平位置。而这一阶段的发展具有更高层次的体育特长提高特点,部分大学生因各种自身条件和需求因素,在该层面仍具有很强的动机。这种现象不仅继承常规体育教育思

想的精华,而且也是素质教育培养学生多元化多层次发展的必然结果。

两类班级女生的动机强度在 4、5 层面的比较,  $P < 0.05$ , 具有显著差异。这与性别特性有关,女大学生的直接动机(生理需要)情绪动机(心理需要)比男生更强烈,追求体育愉

悦感和刺激感占主导地位。另一方面,女生个人的运动能力和素质偏低,生活、学习紧张造成较大的心理压力,为缓解这种压力,对体育渴望比男生强烈,因此,女大学生的体育动机强度呈直线上升的趋势,两类女生班级在 4、5 层次强度位置上的比较,素质教育班级占优势位置,差异显著。

表 2 素质教育班级(A)与对照班级(B)体育动机强度的比较

强度等级	$\bar{X}_A$ (男生)	$\bar{X}_B$ (男生)	$\bar{X}_A - \bar{X}_B$	$t$	$P$	强度等级	$\bar{X}_A$ (女生)	$\bar{X}_B$ (女生)	$\bar{X}_A - \bar{X}_B$	$t$	$P$
Ⅰ(很强)	90.30	78.10	12.20	1.657	$> 0.05$	Ⅰ(很强)	101.25	81.15	20.10	2.726	$< 0.02$
Ⅱ(强)	74.60	68.90	5.70	1.508	$> 0.05$	Ⅱ(强)	92.15	68.40	23.70	3.645	$< 0.02$
Ⅲ(较强)	66.25	51.60	14.65	4.810	$< 0.001$	Ⅲ(较强)	77.80	62.60	15.20	2.539	$< 0.02$
Ⅳ(弱)	54.35	65.35	-11.00	-2.218	$< 0.005$	Ⅳ(弱)	42.65	60.45	-17.8	2.946	$< 0.01$
Ⅴ(很弱)	44.50	60.05	-21.55	-3.7051	$< 0.002$	Ⅴ(很弱)	16.15	59.70	-43.55	6.730	$< 0.001$

### 3 结论

(1)素质教育班级男女大学生体育动机强度均呈主线式正向有序性的变化发展状态,对照班级仍然处于主线式正、负向分化状态。突出全面性、全体性、差异性、发展性的素质教育思想,全面推进素质教育,完善学校体育教育新体系,仍是当前的重要任务。

(2)大学生体育动机强度受个体自身实际因素、环境因素的影响,对体育能增进健康、抵御疾病、消除紧张等常规性基础性动机方面具有共同性,对增加社会交往、改善人生观、发泄情绪等高层次因素的动机强度,则具有个体性和性别差异。营造宽松愉悦、竞争性、趣味性强,文化氛围浓厚的体育健康教育环境,激发大学生体育健身热情,发挥学校体育强大魅力和功能,使大学生体育动机强度向更高层次迈进。

(3)体育素质教育对大学生体育动机强度的变化与发展具有积极的影响。大学生体育动机强度的变化与形成正处于理性化、个性化、整体化、科学化发展完善阶段。体育素

质教育已使学校体育走出了旧模式负影响的误区,在改革不断深化、发展过程中将受到大学生的喜爱,为学校教育事业的整体发展,实现中华民族的伟大复兴发挥更大的作用。

### 参考文献:

[1] 赖天德. 素质教育与学校体育[M]. 南京:南京新世纪出版社,2000(4):39-52.  
 [2] 王 凯. 大学生体育兴趣及心理特征影响的调查研究[J]. 体育科学,1985(1):70-73.  
 [3] 李 伟. 构建我国学校体育与健康课程教学园区模式[J]. 体育科学,2001,2(特):150-151.  
 [4] 张子沙. 对我国高校体育素质教育内容的研究[J]. 体育科学,2001,2(1):16-21.

[编辑:李寿荣]