

广东高职院校学生课外体育活动现状分析

张玉凤

(广东金融学院 体育部,广东 广州 510520)

摘 要 通过对广东省高职学生课外体育活动开展现状的研究,发现一些体育业余组织规模小、不规范,没有充分发挥作用,课外体育活动开展中存在场地、器材不足,学习时间紧,没有养成锻炼习惯等问题,提出了鼓励组建体育俱乐部、体育锻炼小组,充分利用社会体育资源,为学校体育工作的开展提供良好的物质保证;改变传统的竞技化比赛模式,面向全体学生多开展大众化、趣味性比赛,增加选修课,改革体育课的考核办法,充分发挥学校团委、学生会及各类学生组织的作用,组织丰富多彩的课外体育活动等对策。

关 键 词 高职学生;课外体育活动;广东省

中图分类号:G806 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2006)04-0086-03

An analysis of the current situation of extracurricular sports activities performed by students in advanced vocational colleges in Guangdong

ZHANG Yu-feng

(Department of Physical Education, Guangdong College of Finance, Guangzhou 510520, China)

Abstract By studying the current situation of development of extracurricular sports activities performed by students in advanced vocational colleges in Guangdong, the author revealed the following findings: Some amateur sports organizations are small in scale and non-normative, and do not fully exert their functions; the most obvious problems in developing extracurricular sports activities are the lacks of playground, equipment and learning time, and the absence of exercising habit is also an un-ignorable factor. The author put forwards some countermeasures, such as encourage the establishment of sports clubs and physical exercise groups, fully utilize social sports resources, provide favorable material assurance for the development of scholastic sport, change traditional competitive contest modes, develop more popularized and interesting contests which can be participated in by all students, even by those who have no particular sports skills, add more optional courses, reform methods for physical education course examination, fully exert the functions of Communist Youth League Committee, Student Union and various student organizations, and organize diversified extracurricular sports activities.

Key words students in advanced vocational colleges; extracurricular sport activity; Guangdong Province

课外体育活动是指学生在体育课以外所从事的各种体育活动,大学生课外体育活动作为体育教学的延伸是高校体育的重要组成部分,对于进一步增强学生体质、提高学生健康水平、培养大学生终身体育意识和习惯具有重要作用。

本文通过问卷调查对广东财经职业学院、广东轻工职业技术学院、广东机电职业技术学院、广东工贸职业技术学院、广东交通职业技术学院、广东水利电力职业技术学院、广东科学技术职业学院、广州民航职业技术学院、广东外语艺术职业学院、广东农工商职业技术学院等高等职业技术学院(简称高职学校)的2000名学生(男960名,女1040名)课外体育活动开展现状进行调查(围绕研究内容设计调查问卷并对问卷进行专家效度检验,发放问卷2000份,回收1803

份,有效问卷1713份,问卷回收率和有效率分别为90%、95%),以便发现存在的问题并提出相应对策,探索新时期的高校体育教育工作的新思路、新方法,为贯彻“健康第一”的指导思想、实现素质教育目标、培养高层次建设人才提供的参考。

1 学生参加课外体育活动的动机

体育动机是指推动体育行为主体的人们从事体育活动,并维持这些活动的主观原因和心理状态,它是人们对客观体育需要的主观反映。高职学生有着积极、明确的体育动机,并与自己的身心发展密切联系。表1的调查显示,高职学生参加体育活动的主要动机为增强体质、休闲娱乐、调整

情绪、丰富业余生活、提高运动水平等,其中前 3 位动机的排序男女生并不一致,女生参加体育活动主要为了休闲娱乐、调整情绪,而男生的首要目的是增强体质。另外,由于自身

条件和身体素质的差异,为数不少的学生把通过体育考试作为参与体育活动的动机,尤以女生居多,占 1/3,这也在某种程度上反映出体育课的应试教育影响。

表 1 高职学生参加课外体育活动的动机

对象	增强体质			休闲娱乐			丰富业余生活			调整情绪			提高运动水平			通过体育考试			人际交往			减肥健美		
	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序
男生	632	77.12	1	552	67.30	2	543	66.20	3	521	63.56	4	230	28.00	5	172	21.00	6	164	20.00	7	91	11.12	8
女生	537	60.32	4	607	68.20	1	577	64.81	3	580	65.15	2	441	49.60	5	404	45.40	6	163	18.32	8	268	30.10	7
合计	1169	68.36	1	1159	67.78	2	1120	65.50	3	1101	64.39	4	671	39.24	5	576	33.68	6	327	20.99	7	359	19.12	8

2 影响学生参加课外体育活动的因素

在动机支配下进行体育活动满足需求与欲望的同时,主、客观因素不同程度地影响大学生参加课外体育活动。

由表 2 可知,影响广东高职学生参加课外体育活动的因素是多方面的,场地器材不足、没有时间、缺少经济支撑等因素处于主导地位。研究发现学生们普遍反映场地器材不足,与其他学者在类似研究中得到的结果基本一致,这种

场地设施建设滞后于高校扩招规模的现状不能及时改变将影响高校办学质量。没有养成锻炼习惯是另一个应引起足够重视的因素(占 53.27%),54.1% 的女生认为自己没有养成健身习惯。可见,在体育教育过程中要重视帮助学生(尤其是女生)形成终身体育观念、养成健身习惯。此外,网球、羽毛球、游泳等项目消费较高,在一定程度上限制大学生的参与,造成预期愿望与实际行动间的差异。

表 2 影响高职学生参加课外体育活动的因素

对象	场地器材不足			没有养成习惯			缺少指导			缺少组织管理			没有时间			没有掌握锻炼方法			缺少经济支撑			对体育无兴趣		
	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序	人数	%	排序
男生	509	62.10	1	429	52.30	2	374	45.60	3	329	40.13	4	313	38.20	5	247	30.12	6	170	20.70	7	123	15.00	8
女生	545	61.20	1	482	54.10	2	430	48.30	3	384	43.20	4	340	38.20	6	357	40.10	5	225	25.30	7	179	20.13	8
合计	1054	61.64	1	911	53.27	2	804	47.00	3	713	41.70	4	653	38.20	5	604	35.32	6	395	23.10	7	302	17.66	8

3 学生参加课外体育活动的组织形式

高职学生课外体育活动的组织形式一般有单独参加、自由组织、班级或学校统一组织、体育俱乐部组织等形式。

由表 3 可知,58.20% 的男生更喜欢以自由组织的方式参加体育活动,而女生(占 62.38%)倾向于被动参加统一组织的体育活动,主要由于女生在健身习惯养成、锻炼方法掌握等方面与男生存在较大差异。调查还发现,25% 的学生不满意学校课外体育活动的管理状况,认为学校在组织、开展课外体育活动中发挥的作用不够,所组织的比赛竞技性太强,没能面向全体学生。健身俱乐部的发展还不成熟,日常参加俱乐部活动的大学生仅占 29.30%,实际上大学生们比较热衷于参加体育俱乐部、体育锻炼小组等组织的各项活动,并希望在活动过程得到专门指导。

表 3 高职学生参加课外体育活动组织形式

组别	单独参加		自由组织		学校组织		俱乐部组织	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男生	194	23.68	477	58.20	437	53.30	249	30.40
女生	162	18.20	311	34.90	555	62.38	252	28.32
总体	356	20.81	788	46.08	992	58.01	501	29.3

4 学生在课外体育活动中参与的项目

运动项目是高职学生课外体育活动的具体行为表现。在调查问卷备选的 16 项体育活动中,男、女生的选择存在比较大的差异。

经调查,高职学生参加课外体育活动所选项目列于前 10 位的依次为:篮球、羽毛球、跑步、排球、足球、散步、滑(旱)冰、乒乓球、跳舞、游泳。男女生的选项差异主要表现在,男生更喜欢竞争激烈,运动强度大的篮球、足球等项目;而女生倾向于参加趣味性、身体接触少、易于参与的项目,如羽毛球、跑步、排球、滑(旱)冰等。还有一部分大学生希望参加攀岩、定向运动、越野等惊险、刺激,具有挑战性的户外运动。

5 学生参加课外体育活动的次数与时间

高职学生参加课外体育活动的次数和时间是衡量学校课外体育锻炼开展情况的重要指标,本次调查结果距离全民健身计划、学校体育工作要求有一定差距。

由表 4 可见,“经常”和“有时”参加课外体育活动的大学生达 84.4%,每周参加 3 次以上体育活动的学生仅占 39.24%,更有 15.96% 的学生根本不参加课外体育活动,以女生居多(22.3%)情况不容乐观。其主要原因:一是为数不少的高职学生没有养成锻炼习惯、缺少健身意识;二是学校的体育

设施配备不足,不能满足高职学生的课余体育活动需求。

表 4 高职学生每周参加课外体育活动次数

组别	无		1~2次		3~4次		5次以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男生	75	9.20	380	46.30	288	53.10	77	9.40
女生	198	22.30	386	43.40	225	25.30	80	9.00
总体	273	15.96	766	44.80	513	30	157	9.24

表 5 的调查结果表明,高职学生每次锻炼花费时间在 30 min 以上的,男生占 63.90%、女生占 51.88%。另一个值得注意的问题是,高职学生参加体育活动的较短,每次锻炼的时间少于 30 min 的占 42.32%,这对他们身体机能的变化和体质的增强的影响并不明显。

表 5 高职学生每次参加课外体育活动时间

组别	10 min 以下		10~30 min		30~60 min		60 min 以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男生	49	6	247	30.10	420	51.20	104	12.70
女生	71	8	357	40.12	362	40.68	100	11.20
总体	120	7	604	35.32	782	45.73	204	11.93

6 结论与建议

(1)广东高职学生参加课外体育活动的动机明确,希望通过课余锻炼来增进身心健康、丰富业余生活,并以此为途径不断完善和发展自我。进一步了解、掌握广东高职学生的体育动机、体育需求,根据不同性别、专业等特点积极予以引导,尤其要调动女高职学生参与体育活动的积极性。

(2)高职学生倾向于参加有组织的课外体育活动,尤其是女生更习惯于被动参与。一些体育俱乐部等业余组织规模小、不规范,没有充分发挥作用。各高校通过组织定期大规模的体育活动形成良好的氛围,唤起高职学生的参与意

识。鼓励组建体育俱乐部、体育锻炼小组等吸引更多的学生参加体育锻炼,帮助高职学生掌握锻炼方法、养成健身习惯。

(3)课外体育活动开展中最突出的问题是场地器材不足,学习时间紧、没有养成习惯也是不可忽视的重要因素,同时学生希望参加体育活动过程中有专门指导。高校要加大对体育设施的建设、投入力度,充分利用社会体育资源,为学校体育工作的开展提供良好的物质保证。每周安排固定的体育活动时间和专门辅导。改变传统的竞技化比赛模式,面向全体学生多开展即使没有体育特长也可参与的大众化、趣味性比赛。

(4)高职学生在课外体育活动中选择的项目基本以传统的球类或简单易行的跑步等项目为主,男女生在运动项目的选择上差异性较大。增加选修课,改革体育课的考核办法,多给学生选择的机会。

(5)广东高职学生体育人口距离全民健身计划、学校体育工作的要求差距还很大,高职女学生在课外体育活动中所表现出的问题尤为突出。充分发挥团委、学生会及各类学生组织的作用,组织丰富多彩的课外体育活动。

参考文献:

- [1] 国家体委政法司. 体育经济政策研究[M]. 北京:人民体育出版社,2001.
- [2] 谢琼桓,刘德佩,白君玲. 2010年中国社会体育的战略构思[J]. 体育科学,1997,17(5):1-5.
- [3] 曹可强. 略论我国体育产业发展的优先领域[J]. 天津体育学院学报,1997,12(4):7-10.
- [4] 杨铁黎,张建华. 中日两国体育产业的现状、问题及对策[J]. 体育科学,1997,17(5):16-21.
- [5] 卢元镇. 中国体育社会学[M]. 北京:北京体育大学出版社,1996.

[编辑:周威]