

中美日大学生休闲体育现状对比

于英, 王爽

(辽宁师范大学 体育学院, 辽宁 大连 116029)

摘 要: 对中美日 30 所高校学生休闲体育开展的现状进行调查比较, 结果显示: 中美日大学生在野营和徒步旅行上参与人数都达到了 60% 以上; 在定向越野、航海、潜泳和攀岩上参与人数低于 20%。大学生参与休闲体育的频率, 在“1 年 5~6 次”上中国略高于美日, 而在高频率“最少 1 个月 1 次”、“几乎每天参加”、“最少 1 周 1 次”上中国低于美日; 整体而言, 美国和日本大学生休闲体育的开展情况好于中国。

关 键 词: 休闲体育; 大学生; 中国; 美国; 日本

中图分类号: G80-05 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2011)02-0091-03

Comparison of current conditions of leisure sports between Chinese and US college students

YU Ying, WANG Shuang

(School of Physical Education, Liaoning Normal University, Dalian 116029, China)

Abstract: The authors investigated and analyzed current conditions of development of leisure sports by college students in 30 institutes of higher learning in China and the United States, and revealed the following findings: the percentages of Chinese and US college students participating in camping and hiking were all higher than 60%; the percentages of Chinese and US college students participating in orienteering, sailing, swimming and rock climbing were lower than 60%; the frequency of Chinese college students participating in leisure sports was higher than that of US college students in terms of “5-6 times a year”, lower than that of US college students in terms of “at least once a month”, “almost everyday” and “at least once a week”; in general, the condition of development of leisure sports by US and Japanese college students was better than that by Chinese college students.

Key words: leisure sports; college student; China; the United States; Japan

随着以信息技术和互联网为特征的后现代社会的到来, 人类的生活方式已经发生了根本性的变化。这种变化体现在体力劳动的减少、余暇时间的增多及物质条件的丰富, 由此也加重了现代文明病对人们身心健康的侵扰, 这就促使人们更积极地寻找健康的生活方式。休闲已成为一种社会发展的文明标志, 经济与社会的高速发展为休闲体育的开展奠定了基础。高校体育是学校体育的最后一个阶段, 是学校体育和社会体育的连接点, 休闲体育的开展从一定意义上说是推动我国休闲体育开展的重要力量。

目前对休闲体育的理解不一: 休闲体育是在相对自由的社会生活环境和条件下, 人们自愿选择并从事的

各种形式的体育活动的统称^[1]; 运用体育活动进行休闲是社会休闲方式的重要方式之一, 就内容而言, 休闲体育就是利用各式各样的体育活动来度过休闲时光^[2-3]; 被用作休闲的体育活动与被用作其他方面的体育运动有所不同, 它是人们资源选择并乐于实施的, 以满足人们的不同需要而进行, 不需要被社会认可, 也不要求同一, 活动的方式和规则可能完全由活动者自行确定, 相互认同^[4]; 休闲体育集竞技性、表现性、娱乐性和教育性为一体, 通过身体运动谋求个体身心健康发展, 来丰富文娱生活, 发展人的志趣、才能和个性^[5-6]。

本研究通过对相关专家的咨询, 选择了比较有代表性的野营、自行车运动等 12 个休闲体育项目, 设计

了《大学生休闲体育现状调查表》，对中美日 3 国大学生休闲体育发展现状进行调查(采用分层抽样，从中国 39 所“985 工程”大学中随机抽取 10 所；从美国排名前 60 的公立大学中随机抽取 10 所；从日本排名前 20 的公立大学中随机抽取 10 所。从此 30 所学校中随机抽取 1 200 名本科生为研究对象(其中中国 500 名，男 260 名，女 240 名；日本 340 名，男 180 名，女 160 名；美国 360 名，男 200 名，女 160 名)。共计发放问卷 1 200 份，问卷回收率 96%，有效率 94%。问卷设计的效度检验采用专家法；问卷的信度检验采用再测法，两次测定间隔时间为 15 d，两次测量结果的相关系数 $r=0.79$ ， $P<0.01$ ，两次问卷高度相关，有较高的可信度。采用 Excel2003 和 SPSS11.5 软件对调查的数据进行整理，通过分析了解中美日大学生体育休闲的现状，旨在促进中国大学生休闲体育的发展。

1 中美日高校大学生休闲体育的项目

从表 1 中可以看出，大学生参与休闲体育项目前 4 位的，中国的是自行车运动 71.9%、徒步旅行 69.4%、野营 63.2%、钓鱼 46.1%；美国的是钓鱼 89.9%、自行车运动 88.9%、野营 84.8%、徒步旅行 60.2%；日本的是野营 73.8%、徒步旅行 61.1%、钓鱼 60.4%、轮滑 45.4%。在野营、徒步旅行项目上，三国的参与人数都超过了 50%。中国、美国、日本参与人数最多的项目是自行车运动、钓鱼、野营。原因：中国是自行车大国；美国家庭集体出游钓鱼具有相对的普及性；日本是岛国，建立了很多设备完善、安全的野营基地。在定向越野、航海、潜泳项目上，3 国大学生的参与人数都较低，不到 20%。原因：3 国高校的体育课程都设置了定向越野的选修课，航海及潜泳具有一定的难度和危险性，从而造成参与人数较少。

表 1 中美日高校大学生休闲体育参与情况¹⁾

国家	野营	自行车	徒步旅行	钓鱼	定向越野	航海	打猎	漂流	轮滑	攀岩	潜游	滑雪
中国	63.2	71.9	69.4	46.1	8.4	9.6	7.6	30.4	16.9	15.3	18.2	15.9
美国	84.8	88.9	60.2	89.9	8.6	15.6	40.1	20.3	55.6	24.5	10.6	39.8
日本	73.8	45.2	61.1	60.4	8.3	18.6	15.6	29.9	45.4	22.6	13.6	16.5

1) 多项选择

从表 1 可见，美国大学生在钓鱼、野营、自行车运动、滑雪、打猎、轮滑的开展上要明显好于中国和日本。日本大学生在野营、钓鱼和轮滑项目上虽然参与人数少于美国，但却大大多于中国，中国大学生仅在徒步旅行和潜泳项目上参与人数高于美国和日本，这反映了休闲体育在中国高校中开展情况还有很大的空间。

从总体上来说，美国高校休闲体育的开展好于中国和日本。分析其原因：首先，美国休闲体育起步较早。早在 1918 年，美国联邦教育局就将休闲教育纳入高中教育中，随后，美国休闲教育的范围不断扩大^[7-8]。日本的休闲体育起步仅次于美国。而中国在 1983 年才开始提出休闲体育的理论。其次，中国的经济水平也是造成中国高校休闲体育开展落后于其他两国的一个重要因素^[9-10]。再者，是社会制度的不同和文化的差异。美国的学生更注重于个人的快乐，侧重于增加乐趣，为了休闲而享受体育的快乐；日本更注重于好友相聚，在享受休闲快乐的同时进行广泛的社会交流；而中国学生的学业负担都比较重。有研究表明，

学业负担较重是影响大学生休闲体育开展的重要因素之一^[11-12]。

2 中美日大学生参与休闲体育的频率

从表 2 可以看出，3 国大学生在“最少 1 个月 1 次”和“1 年 5~6 次”的参与人数都占有比较高的比例，这一类人群反映了大学生总体参与休闲体育频率的趋势。在“几乎每天”、“最少 1 周 1 次”、“几乎不或从来不参加”这 3 个选项上的参与人数较少。在“1 年 5~6 次”中，中国大学生占 44.1%，高于美国的 34.3% 和日本的 34.2%。这是由于中国大学的寒暑假时间相对较长；而美国和日本的寒暑假期间都有集体讲座，而且是有学分规定的。而在“最少 1 个月 1 次”中，美国和日本略高于中国，在“几乎每天”和“最少 1 周 1 次”中，美国和日本高于中国。在“几乎不或从来不参加”中，中国大大高于美国和日本。这反映出从整体而言，美国和日本大学生参与休闲体育的积极性是高于中国的，中国还有相当一部分大学生没有参与到休闲体育中去。

表2 中美日三国高校大学生参与休闲体育的频率

国家	%				
	1年5~6次	最少1个月1次	几乎每天参加	最少1周1次	几乎不或从不参加
中国	44.1	24.2	2.6	11.2	17.9
美国	33.3	29.8	12.8	15.6	8.5
日本	34.2	30.1	10.2	15.9	9.6

3 结论与建议

中美日大学生休闲体育开展较为普及的是野营、自行车和徒步旅行这3项运动,而定向越野、航海和潜泳则开展均不理想。中国大学生参与休闲体育的频率,在“1年5~6次”略高于美日,而在“最少1个月1次”、“几乎每天参加”、“最少1周1次”低于美日;整体而言,美国和日本大学生休闲体育的开展情况好于中国。

我国应积极学习国外的先进经验,用休闲体育理论帮助大学生树立正确的娱乐观,各高校可根据自身条件充分利用我国丰富的休闲运动资源,开发适合大学生的休闲项目,形成具有我国特色的大学生休闲体育,推动休闲体育发展。

参考文献:

- [1] 曾静. 高校休闲体育存在的问题及对策研究[J]. 洛阳理工学院学报: 社会科学版, 2009, 24(3): 92-94.
- [2] 罗林. 休闲体育的认识深化及在我国的发展研究[D]. 苏州: 苏州大学, 2005: 21-25.
- [3] 于可红. 从休闲的界定论休闲体育[J]. 中国体育科技, 2003, 39(1): 23-27.
- [4] 卢锋. 休闲体育学[M]. 北京: 人民体育出版社, 2005: 10.
- [5] 于涛. 论休闲体育的文化背景[J]. 西安体育学院学报, 2000, 17(1): 13-15.
- [6] 陈融. 休闲体育兴起的文化意义[J]. 体育文化导刊, 2002(2): 12-13.
- [7] 杨学军. 中美两国部分青少年学生余暇体育的比较分析[J]. 上海体育学院学报, 2003, 27(3): 81-86.
- [8] Carlson D. Ready-to-use: outdoor recreations spot illustrations[M]. Mineola, Newyork: Dover Publications, 1985.
- [9] Pilgrim J J, Jenkins J M. Outdoor recreation management[M]. London & New York: Routledge, 2006.
- [10] Gilbertson K, Bates T, McLaughlin T, et al. Outdoor education: methods and strategies[M]. Champaign, IL: Human Kinetics, 2006.
- [11] 许玲. 从美国休闲体育看我国高校体育教育改革与创新[J]. 体育文化导刊, 2007(3): 76-77.
- [12] 韩衍杰. 对我国高校大学生余暇体育现状的调查研究[J]. 北京体育大学学报, 2003, 26(4): 504-506.

