

湖南省高校新兴健身项目开展的现状

刘伟一, 辜德宏, 王昌友

(湖南师范大学 体育学院, 湖南 长沙 410012)

摘 要: 从项目选择、开展情况及项目开展的主客观制约因素等对湖南省高校新兴体育健身项目进行调查分析。结果显示: 湖南省高校新兴健身项目的开展受到学生的喜爱, 而且能够对学生心理形成良好的影响; 湖南省高校新兴健身项目的开展尚处于低水平、不规范阶段。建议加大对新兴健身项目的宣传, 推动新兴健身项目的普及与规范, 高校应该开设新兴健身项目。帮助学生了解项目的相关知识, 促进这些项目的开展。

关 键 词: 新兴健身项目; 高校; 湖南省

中图分类号: G812.7 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2007)06-0072-03

Current state of the development of emerging fitness events in institutes of higher learning in Hunan province

LIU Wei-yi, GU De-hong, WANG Chang-you

(College of Physical Education, Hunan Normal University, Changsha 410012, China)

Abstract: The author carried out their investigation and analysis from such aspects as event selection, development situation, difficult events, and revealed the following findings: the development of emerging fitness events in institutes of higher learning in Hunan province is beloved by the students, and able to produce good influence on the psychology of the students; the development of emerging fitness events in institutes of higher learning in Hunan province is still at a low level and non normative stage; The authors offered the following suggestions: the promotion of emerging fitness events should be strengthened in order to help the students understand relevant knowledge about the events and to boost the development of these events.

Key words: emerging fitness events; institutes of higher learning; Hunan province

新兴运动类项目是指在国际上比较流行, 国内开展不久或国内新创的, 深受青少年喜爱并适合在学校开展的运动项目^[1]。如攀岩、轮滑、定向运动与野外生存、网球、体育舞蹈等等。随着教育的不断深入, “以人为本”“以学生为主体”的教育思想逐渐树立, 学校体育教育也开始了一场更深刻的变革, 新兴体育项目不断引入学校^[2]。新兴健身项目新奇而有趣, 更得到青年人的喜好。为了更好地适应这一发展趋势, 掌握高校新兴健身项目开展的现状, 更好地总结新兴健身项目在高校开展中出现的问题, 促进高校新兴体育健身项目的进一步发展, 课题组自设问卷进行调查。

参照相关文献, 并结合本课题研究目的, 课题组设计了新兴体育健身项目的调查表, 通过国内专家修订并对效度和信度进行了验证, 在 2006 年 10 月~11 月调查了湖南省的湖南师范大学、湖南大学、中南大学、长沙交通学院、株洲工业大学、湖南科技大学、吉首大学、湖南文理学院、湖南理工学院、湖南城市学院、湖南人文科技学院、怀化学院、衡阳师院、邵阳师范学院、郴州高等师范专科学校、湘南学院等 16 所学校的体育教师和在校学生。发放教师调查问卷 240 份, 回收 218 份, 有效问卷 198 份, 回收率 90.8%, 有效率 82.5%, 其中, 教授 14 人, 副教授 82 人, 讲师 68 人, 助教 34 人; 男教师 113 人, 女教师 85 人。

收稿日期: 2007-06-05

基金项目: 湖南省社会科学基金课题(05y605)。

作者简介: 刘伟一 (1958-), 男, 副教授, 硕士研究生导师, 研究方向: 篮球教学与训练。

发放学生问卷 800 份,回收 747 份,有效问卷 719 份,回收率 93.3%,有效率 89.8%,其中,男生 367 人,女生 352 人;一、二年级 503 人,三、四年级 216 人。为了进行信度检验,时隔 12 天进行第二次问卷调查,两次调查结果相关系数为 0.87。信度检验结果证实:本调查问卷的结果是可靠的。

1 学生参与最多的新兴健身项目

根据调查可知,高校学生参与最多的 5 项新兴健身项目依次为,轮滑(294 人次)、网球(209 人次)、有氧健身操(203 人次)、体育舞蹈(203 人次)、跆拳道(192 人次)。可见,这几个项目在各高校中开展情况较为良好。但是,高校学生的参与项目是否跟他们的愿望有明显的差距,我们可以通过几个数据的对比来了解。首先,高校学生最为了解的 5 项新兴健身项目依次为,轮滑(459 人)、跆拳道(409 人)、街舞(396 人)、体育舞蹈(364 人)、网球(356 人)。而对其他新兴健身项目了解的学生很少。比如:电子竞技、拓展运动等。说明要推动新兴健身项目的开展,需要通过多种途径让学生了解运动项目。其次,高校学生最为喜欢的 5 项新兴健身项目依次为轮滑(368 人)、街舞(343 人)、跆拳道(318 人)、网球(304 人)、野外生存(287 人)。说明:高校可以根据学生的兴趣爱好,有针对性地选择开展这几个项目。第三,高校学生最希望开设的 5 项新兴健身项目依次为街舞(349 人)、瑜伽(337 人)、野外生存(307 人)、网球(302 人)、跆拳道(297 人)。说明高校学生对于以上几种新兴健身项目有强烈的参与欲望,能够很好地促进这些项目的开展。

可见,高校学生最了解的 5 项、最喜欢的 5 项与参与最多的 5 项新兴健身项目比较一致。很可能因为学生了解了该项目的知识与特点,能够领会该项目的独特魅力。而高校学生参与最多的 5 项新兴健身项目与他们的最希望开设的 5 项有一定差距。可能因为学生对于很多新兴项目不甚了解,而学校又没有开设,学生没有掌握这些新兴项目基础知识,而且没有便利的参与途径,因此,他们只能是退而求其次了。

2 学生参与新兴健身项目的目的与方式

由调查结果显示,首先,高校学生接触新兴健身项目的渠道依次为朋友(27.3%)、同学(25.4%)、媒体(25.2%)、教师(23.6%)。这表明:现阶段体育教师忽视了对于新兴体育健身项目相关知识的传授,因此,在体育教学过程中,教师应该加强新兴体育健身项目的有关信息和知识的传播。对高校学生参与新兴健身项目的目的调查结果依次为,个人爱好(40.2%)、

锻炼身体(28.7%)、发展个性(18.1%)、展示自我(12.8%)。从数据可以看到,多数学生仍然是以个人爱好为进行体育锻炼的动力,以锻炼身体为目的参与健身项目的人数仅为 28.7%,这表明在体育教学过程中,引导学生体育锻炼的兴趣,培养他们养成自觉锻炼身体的观念仍然是体育教学工作的重点。对高校学生参与新兴健身项目的方式调查结果,志同道合者一起(61.0%)、俱乐部方式(21.2%)、单独参与(17.7%)。这表明高校学生仍然习惯于有同伴一起参与新兴体育健身项目的活动。在高校中发动学生自发组织某项运动项目协会,将有利于促进志趣相投者共同参与新兴体育健身项目。对高校学生参与新兴体育健身项目的频率调查显示,1 周 1 次的学生占 54.6%、2~3 次的学生占 32.1%、3 次以上的学生占 13.3%。说明:高校学生已经开始把参与新兴体育健身项目作为丰富自己业余生活的重要组成部分。

调查结果还显示,高校学生每次参与新兴健身项目的时间为 30~60 min 占 41.8%、60 min 以上占 30.5%、10~30 min 占 21.5%、10 min 以下占 6.1%。而每次参与时间在 30 min 以上的学生达 72.3%。另外,82.2% 的学生喜爱参加的新兴健身项目。说明绝大多数高校学生喜欢新兴健身项目,并且,能够保证充足的锻炼时间。调查还显示高校学生参与新兴健身项目后的心理体验为,感觉更加活泼开朗的占 26.4%、自我成就感强的占 24.6%、毅力增强的占 24.4%、自信心提高的占 24.3%。说明参与新兴体育健身项目有利于学生养成良好、积极的心理。

据统计,高校学生参与新兴体育健身项目时有专人进行指导的占 55.9%、没有专人进行指导的占 44.0%。说明新兴体育健身项目的普及与规范仍需要加强专业师资队伍的建设。而 76.7% 的高校教师所在学校的新兴健身项目的开展并没有经过专门培训的教师队伍来承担。这说明为了更大程度地在高校中推广与规范新兴体育健身项目,学校应该加大相应项目师资队伍的建设或者根据师资队伍结构开展新兴体育健身项目。

通过调查,我们可以看到:第一,朋友、媒体、教师仍然是高校学生获取新兴健身项目信息的三大源头。那么,体育教师在教学过程中,应该把对于新兴体育健身项目的观点、态度以及相关知识正确地传授给每一个学生。第二,高校学生参与新兴体育健身项目还比较被动,且容易受同伴的影响。如何使学生养成主动锻炼身体的习惯,仍然是体育教师的工作重点。第三,高校学生大部分喜欢新兴体育健身项目,而且乐于参加其中,如何引导学生的这种兴趣,使之

转化为终身体育锻炼观,是体育教师需要重点考虑的问题。第四,高校体育教师的专业知识需要不断更新,作为传播新兴体育健身项目的具体实施者,体育教师尤其应该掌握新兴体育健身项目的相关知识。

3 高校开展新兴健身项目的困难

影响高校开展难度项目困难因素排序依次为场地器材问题(33.3%)、经费问题(29.9%)、师资问题(29.2%)、学生运动基础问题(18.0)、时间问题(23.9%)、项目自身的技术难度(24.7%)、安全问题(19.0%)。可见,高校要有效地开展这些新兴健身项目,需要重点解决场地、器材问题、经费问题以及师资培养问题。

据调查可知,高校最受学生欢迎但开展难度最大的5项是网球、跆拳道、体育舞蹈、野外生存、轮滑。造成高校这些新兴体育健身项目开展难度大的困难因素主要为,场地、器材、经费、师资等7个主要因素。在这些困难因素中,有两个主观因素:师资和学生运动基础。也就是说,在其他困难因素较难改变的情况下,我们可以主要通过控制和改变这两个因素来克服困难。那么,体育教师应该通过各种渠道充实新兴体育健身项目的知识,提高自己新兴体育健身项目的教学与训练能力。同时,在体育教学中,要采用多种方式发展学生的身体素质,只有发展学生身体素质,提高协调能力,才能提高学生的运动基础,才能更有利于他们参与新兴体育健身项目。

4 制约学生参与新兴健身项目的因素

调查可知,制约高校学生参与新兴体育健身项目的因素,依次为:学校没有开设(27.8%)、经济问题(23.2%)、场地、设施问题(24.8%)、缺乏运动气氛(24.6%)、缺乏共同爱好者(28.5%)、时间问题(28.5%)。这说明学校开设新兴体育健身项目与否,对学生的参与起到重要影响作用。学校开设的同时还需要考虑学生的经济能力以及要配备良好的场地、器材条件。

5 对高校开设新兴健身项目的建议

1)加大对新兴体育健身项目的宣传力度,帮助学生了解项目的相关知识,促进这些项目的开展。媒体和教师为高校学生接触新兴体育健身项目的两大源头,因此,政府应该发挥宣传喉舌的作用,为新兴体育健身项目的开展与推广作好宣传工作。同时,教师应该储备充足的新兴项目知识,以便在教学中给学生灌输新鲜知识。

2)努力改变主观困难因素。在其他困难因素较难改变的情况下,体育教师应该通过各种渠道充实新兴健身项目的知识,提高自己新兴体育健身项目的教学与训练能力。同时,在体育教学中,要采用多种方式发展学生的身体素质,提高他们的协调能力,只有提高学生的运动基础,才能更有利于他们参与新兴体育健身项目。

3)要推动新兴健身项目的普及与规范,高校应该开设新兴健身项目。因为,高校是否开设新兴健身项目对学生的参与起到重要作用,同时,学校开设的同时还需要考虑学生的经济能力以及要配备良好的场地、器材条件。

参考文献:

- [1] 耿培新.普通高中课程标准实验教科书·体育与健康(必修全一册)教师教学用书[M].北京:人民教育出版社,2004:263.
- [2] 杨小红,钟建明.构建高校体育活动体系一体化的初步构想[J].体育学刊,2002,9(5):76-78.
- [3] 王港,吴铁桥.新兴体育运动在北京市高校推广的途径与方法[J].上海体育学院学报,2003,27(5):93.
- [4] 尚志强.浙江省普通高校田径选项课教学现状与对策[J].体育学刊,2005,12(4):85-86.
- [5] 陆作生,刘昕.学校体育课改革思考[J].中国体育科技,2002,38(9):58-61.

[编辑:周威]