

河南省大学生的体育生活方式

韩勤英

(河南师范大学 体育学院,河南 新乡 453002)

摘 要:对河南省普通高校大学生体育生活方式的基本状况进行调查,结果表明:河南省大学生业余时间80.52%选择参加体育活动,体育活动项目主要以球类运动为主;体育消费占平时消费的5%;影响大学生体育活动和体育兴趣形成的主要因素是“同学”之间的相互影响;影响大学生间断体育活动的主要因素是“没有时间”和“学习任务过重”。大学生体育生活方式的发展趋势,随着大学生体育的生活化,使体育活动的终身化成为可能;大学生健康观念和体育意识的逐步提高,使体育活动的内容不断趋于多样化;高校体育教育改革和发展的不断深入,使体育活动更趋于科学化;高校体育管理的不断加强,大学生体育活动的形式、内容和组织将逐步趋于一体化。

关 键 词:大学生;体育生活方式;河南省

中图分类号:G812.5;G812.761 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2003)03-0079-02

Research on the sports life styles of college students in Henan

HAN Qin-ying

(Institute of Physical Education, Henan Normal University, Ximixian 453002, China)

Abstract:The methods of documentary material, questionnaire and mathematical statistics are employed to investigate the fundamental situations of the sports life styles of college students in Henan province. The results are the followings: 80.52% of the college students in Henan province choose to take sports activities in their free time; the sports activities are mainly ball games; The consumption of sports accounts for 5% of the usual consumption; The mutual influence among the students is the major factor that affects the sports activities and interest forming; The main factor interrupting their sports activities are “having no spare time” and “over-loading tasks of study”. The tendency of sports life of college students: The sports life is becoming very popular in college life, it is very likely for sports activities to become life long; The health concept and sports consciousness of college students is being enhanced gradually. The sports activities tend to be various; with the deep going of PE reform and development in colleges and universities, sports activities tend to be more scientific.

Key words:college students; sports life styles; Henan Province

我国高校体育体制的改革,目的就是提高大学生的体育意识,培养大学生的体育行为,促进大学生形成良好的体育方式。然而,大学生体育方式的形成受多种因素的影响,如大学生的体育价值观念、态度、兴趣,学习环境,场地器材,经济承受能力等。本课题旨在对大学生体育方式的基本现状和发展趋势进行调查和研究,为发展大学生的体育人口和提高大学生体育人口的质量提供参考。本研究以河南省具有代表性的理、工、农、医、师范以及综合性普通高等院校本科大学生为对象。结合本课题研究的内容和目的,在面访有关专家的基础上设计了调查问卷。问卷采用开放性和封闭性结合的方式进行调查。发放问卷240份,收回有效问卷231份,回收率96.25%,有效问卷231份,有效率96.25%。其中

男生140人,占60.61%,女生91人,占39.39%。现将结果报告如下。

1 大学生业余时间生活方式的选择

参加体育活动、读书、听音乐、上网、看报纸杂志已成为大学生业余时间选择生活方式的主要内容。其中参加体育活动排在大学生5大业余生活方式之首,占被调查人数的80.52%,其中男生占68.28%,女生占31.72%;其次是读书,占被调查人数的74.03%;第3是听音乐,占被调查人数的73.16%;第4是上网,占被调查人数的72.73%;第5是看报纸杂志,占65.80%。从总体上看,男生在参加体育活动、看报纸杂志、听音乐、上网、与朋友聊天、出外旅游等方面比女

收稿日期:2002-10-31

基金项目:《中国当代社会阶层与体育人口分层发展对策研究》子课题。

作者简介:韩勤英(1964-),女,副教授,研究方向:体育概论、运动训练学、体育测量与评价。

生的兴趣更强,女生在读书、看电影等方面比男生的兴趣更强。

2 大学生体育方式的基本现状

大学生体育方式是指大学生为达到健身、娱乐、消遣、刺激、宣泄等多种目的所进行的多种体育生活方式。通过调查,大学生的体育方式主要特点为:

(1)大学生对建立体育生活方式的认识和态度。大学生在业余生活方式的选择上呈多元化发展趋势,但“体育健身”仍是其生活方式的主要选择目标。在调查中,65%以上的大学生认为参加体育活动,可以提高身体素质和学习效率、促进心理健康,可以增强竞争意识、培养竞争能力等,改变了大学生过去“三点一线式”的传统生活方式。

(2)大学生体育方式在形式上主要以个人或与同学一起参与体育健身活动为主,以参与学校组织体育活动形式为辅。以个人或与同学一起参与体育健身活动从形式上表现为自由度大、随意性强的特点,以参与学校组织体育活动在形式上表现为项目选择的局限性大,但持续性强的特点。

(3)大学生参与体育活动的项目主要以球类项目为主(其中篮、排、足球占 18.05%,乒乓球、羽毛球占 13.23%),其次是健美操(12.73%),以及长跑(10.01%)、散步(9.27%)、旅游(8.28%)、体操(7.91%)、棋牌类(6.92%)等。大学生参与体育活动的项目和内容仍未完全摆脱竞技体育的影响,体育活动的区域和范围主要是在校园里。随着大学生旅游人数的增多,使体育生活方式从校内走向校外成为可能。

(4)大学生体育消费水平较低,一半以上的大学生在体育消费上维持在平时消费的 5% 的水平。大学生的体育消费主要是体育器材和服装、体育信息和体育培训等,同时还有平均 19.19% 的大学生未树立体育消费观念和形成正常的体育方式。由于大学生长期以来把体育锻炼看成是一种社会福利,因此在体育消费上依赖于学校的投入。另外,河南省农村大学生的比例较大,对体育消费的经济承受能力有限,使大学生在体育消费水平上显得心有余而力不足的矛盾心理,这是大学生体育消费水平较低的重要因素。

(5)影响大学生体育活动和体育兴趣的外部因素主要是同学之间的相互影响(24.55%)、教师的培养(22.18%)、体育明星的魅力(17.82%)和大众体育媒介的影响(12.67%)。大学生体育活动和体育兴趣是在教师的指导和培养下形成的,依靠与同学的共同参与、体育明星的个人魅力是大学生对某项体育活动产生兴趣和爱好的添加剂,体育媒介的参与更是大学生形成体育方式不可缺少的外部条件。

(6)影响大学生间断体育活动的因素主要是没有时间(22.97%)、学习任务过重(19.08%)、经济来源不足(19.69%)和无体育器材、设施(16.96%)等。在调查中,虽然大学生对参与体育活动的热情很高,但因学习任务过重、经济承受能力有限,以及场地器材不足等因素的影响,使大学生间断体育活动的现象普遍存在,从而在很大程度上影响了大学生体育生活质量和体育生活水平。这种矛盾的交织状

态,无益于大学生体育生活方式的建立。

3 大学生体育生活方式的发展趋势

(1)大学生体育的生活化,使体育活动的终身化成为可能。目前,我国高等教育体制改革,使高校体育的内部和外部环境有了很大的改善,为大学生形成良好的体育生活方式提供了宽松的环境和良好的条件,大学生的体育意识和体育行为逐步提高,体育健身已经成为大学生生活中不可缺少的重要组成部分,使大学生体育逐步向生活化的方向发展,为大学生体育的终身化奠定了良好的基础,使大学生体育活动终身化成为可能。

(2)大学生健康观念和体育意识的逐步提高,使体育活动内容不断趋于多样化。大学生对体育概念的理解,以及大学生健康观念和体育意识的不断增加,根据自己的实际情况恰当地选择适合自己的体育生活方式,已成为大学生自主地、自由地支配自己的体育生活空间的重要手段和选择方式,同时,使大学生体育活动内容不断趋于多样化。

(3)高校体育教育改革和发展的不断深入,使体育活动更趋于科学化。随着大学生体育生活方式的建立和大学生体育生活空间的不断扩展,体育活动的科学化也必将得到进一步的提高,体育活动的科学化水平预示着大学生体育生活质量的提高,也预示着大学生终身体育的未来成就。

(4)高校体育管理的不断加强,大学生体育活动的形式、内容和组织将逐步趋于一体化。大学生阶层群体的体育生活方式的形成对其终身体育的发展起着举足轻重的作用,然而,大学生体育生活方式的形成和发展又是受多种因素制约的,大学生群体是一支兴趣性很强、从众心理很强的社会群体,其体育活动和体育兴趣的形成又受同学、教师、体育明星、媒介、体育信息等多方面外部环境的影响,因此,要促进大学生体育生活方式的形成和发展,就必须对其体育活动的形式、内容和组织加强管理,使其形成动态的“一体化”发展趋势,为大学生创造立体的体育生活发展空间。

参考文献:

- [1] 周毅. 中国城市老年人体育生活方式的现状和发展趋势[A]. 第六届全国体育科学大会论文摘要汇编(一)[C]. 中国体育科学学会, 2000年12月 武汉.
- [2] 卢元镇. 体育社会学[M]. 北京:北京体育大学出版社, 1999.
- [3] 孙汉超. 我国居民体育消费行为研究[J]. 武汉体育学院学报, 2001, 35(1): 4.
- [4] 仇军, 高峰, 马启伟. 我国体育人口活动项目的参与及其变动趋势——以社会体育人口为中心[J]. 体育科学, 2000, 20(4): 10-14.
- [5] 张洪潭. 体育人口新论[J]. 体育与科学, 1999, 20(4): 1-5.

[编辑:周威]