

# 温州高校学生课外体育活动现状及对策研究

叶建强

(温州大学体育学院, 浙江温州 325035)

**摘要:** 对温州大学生参加课外体育活动的现状及影响因素进行研究。结果表明: 学校场地不足、器材少、学生业余时间安排不合理等是影响温州高校学生参加课外体育活动的重要因素。建议各高校要进一步深化课堂教学改革, 加大体育硬件设施、场馆建设, 实现课外体育活动项目多样化, 培养学生的体育兴趣和意识, 帮助学生养成终身体育锻炼的习惯。

**关键词:** 课外体育; 温州高校; 现状; 对策

**中图分类号:** G806   **文献标识码:** A   **文章编号:** 1008-309(2006)03-0011-05

现代教育对学校体育提出新的要求, 即学校体育要为学生的终身体育打下良好基础, 高校体育要成为学校体育向社会体育过渡的桥梁, 要培养学生终身体育锻炼的习惯。课外体育活动是学校体育的主要组成部分, 是学校体育课程的延续和补充, 是培养体育兴趣、增强体质、实施素质教育和全民健身的基础。<sup>[1]</sup>本文研究温州地区高校学生课外体育活动开展的现状、存在的问题以及影响因素, 并提出相应对策。

## 一、研究对象与方法

### (一) 研究对象

温州市几所高校(温州大学、温州医学院、温州职业技术学院、浙江工贸学院、浙江东方职业技术学院)的部分学生和教师, 其中学生 1000 人, 教师 60 人(男、女比例为 2:1)。

### (二) 研究方法

#### 1. 文献资料调研

在研究过程中查阅、搜索大量国内相关资料, 浏览有关学校体育研究文章, 为总体上把握目前高校课外体育活动的研究建立了基础。

#### 2. 问卷调查

问卷设计根据研究目的和要求, 遵循社会调查问卷的设计规则。问卷采用随机抽样法进行, 共发放问卷 1000 份(温州大学 400 份, 温州医学院 300 份, 温州职业技术学院 100 份, 浙江工贸学院 100 份, 浙江东方职业技术学院 100 份), 共回收 896 份, 其中有效问卷 896 份。教师则采用访谈法和问卷相结合方法进行。

#### 3. 访问调查法

对调查的学校的教师进行访谈, 实地考察几所学校课外体育开展总体情况, 以及几所学校体

收稿日期: 2006-02-21

作者简介: 叶建强, 男, 浙江乐清人, 讲师, 硕士研究生, 研究方向: 体育人文社会学

育活动场所的具体情况。

## 二、研究结果与分析

### (一) 温州高校学生参加课外体育活动的现状

#### 1. 学生参加课外体育活动项目的分布情况

课外体育活动是学生自愿、自主选择的,其项目的倾向性对课外体育活动的组织有一定参考价值。调查情况见表 1。

表 1 课外体育活动项目的分布

	篮球	羽毛球	乒乓球	排球	足球	健美操	网球	田径	武术	游泳	体操
男(%)	56	25.6	25.6	22.4	32.8	4.8	13.2	8.8	11.2	4.8	0
女(%)	22.7	50.4	34	26.9	6.4	24.8	8.5	11.4	4.2	8.5	0
总体(%)	39.4	38	29.8	24.7	19.6	14.8	10.9	10.1	7.7	6.6	0

由表 1 可以发现,羽毛球、乒乓球这类小球项目大学生比较感兴趣,这类项目体质要求适中,运动量适宜,有对抗性一面,但更多是有娱乐性的一面。锻炼环境比较好,适合社交活动的开展。在篮球、排球、足球三大球项目选择上则体现了男生强悍、勇敢、自信和团结的性格特征,也体现了男女生性别差异。同时从表 1 我们也发现,各院校在活动项目的设置上稍显单调,交谊舞、体育舞蹈、散打、气功、太极拳、滑旱冰、台球、保龄球、民间舞蹈、健身器练习、登山等群众性体育项目开展情况不甚理想,尤其是武术、太极拳,作为我国宝贵的文化遗产,其延伸价值大,在与国际交往中具有独特的优势,且这些项目是社区体育健康、深入开展的基石,也是社区体育全民健身路径顺利开展的保证,应引起各高校思考与重视。

#### 2. 学生参加课外体育活动重视程度和动机

体育态度是人们对体育现象在自身生活中的重要程度的评价、判断,是体育情感的直接流露,它与人们的体育需要、体育价值观、体育生活中的直接体验有着密切关系。<sup>[2]</sup>学生对课外体育活动的喜欢程度是开展高校体育的一个重要指标,也是学校体育工作的基本条件之一。调查情况见表 2。

表 2 课外体育活动态度调查

	非常喜欢	比较喜欢	喜欢	不太喜欢	不喜欢
男(%)	32	29.6	32.4	6	0
女(%)	19	36.2	22.6	20.2	2
总体(%)	25.5	32.9	27.5	13.1	1

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。<sup>[3]</sup>大学生有着积极、明确的体育动机,并与自己的身心发展密切联系。调查情况见表 3。

表 3 课外体育活动动机调查表

	健身	达标	打发无聊时间	掌握技术	交际	适应社会需求
男(%)	64.8	22.4	17.6	19.2	7.2	7.2
女(%)	52.5	22.7	16.3	12.1	15.6	12.8
总体(%)	58.3	22.6	16.9	15.4	11.7	10.2

从表 2 可以看出,男、女生在参加体育活动的态度上喜欢以上(含喜欢)比例之和分别占了 94%、77.8%,说明学生对体育活动态度是非常积极的,女生相对来说低一点,这也反映了男女生性格上差异,也提醒我们对女生需进一步引导提高体育锻炼意识。表 3 说明学生把参加课外体育活动作为增进健康、增进友谊、促进社会交际、提高运动技术、培养意志品质、陶冶情操的有利途径。也反映了学生参加体育课外活动的动机不是单一的,而是多层次的,对体育活动认识持

主观肯定态度。但还有一个不能忽视的问题是不太喜欢与打发无聊时间在态度和动机调查中也占了不小的比例中,这一点应引起重视,在教学与管理中采用思想教育和灵活多样的教学方法引导学生,使其端正态度,积极加入到课外体育活动中去,丰富校园文化生活,培养他们的体育意识和终身体育思想,为全民健身纲要的顺利开展实施打下扎实的基础。

### 3. 学生参加体育活动的次数和时间安排

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活动开展情况的重要指标之一,是保证学生增强体质状况的前提条件。根据我国《学校体育工作条例》和《全民健身一二一启动工程实施方案》规定:学校应每周安排三次以上课外体育活动,保证学生每天有一小时体育活动的时间(含体育课)。温州高校学生参加课外体育活动的次数和时间调查见表4和表5。

表4 每周参加体育活动的次数

	4次以上	4次	3次	2次	1次	无
男(%)	13.6	9.6	20	26.4	24	6.4
女(%)	8.5	3.5	16.3	24.1	34.2	13.4
总体(%)	11.1	6.6	18.1	25.2	29.1	9.9

从表4和表5可以看出,学生每周参加活动次数3次以上(含)只占35.8%,这个结果显然离《学校体育工作条例》要求还有一些差距,各学校应加强教育引导,增强学生体育活动的兴趣和锻炼身体的意识,树立正确的体育价值观。

表5 每天参加体育活动的次数

	<15分钟	15-30分钟	30-60分钟	>60分钟	不参加
男(%)	9.6	16	47.2	24	3.2
女(%)	19.9	29.8	29.1	14.9	6.3
总体(%)	14.7	22.9	38.1	19.5	4.8

### 4. 大学生参加课外体育活动的形式

课外体育活动组织形式是保证学校课外体育活动正常开展的基本手段,是实现学校体育目的任务的有效措施,是增强学生身体素质和体育能力的重要方面。<sup>[4]</sup>调查情况见表6。

表6 课外活动的组织形式调查

	与同学一起	参加班组活动	参加院系活动	单独活动	参加俱乐部
男(%)	63.2	15.2	20	9.6	8.8
女(%)	68.8	19.9	14.9	10.6	9.2
总体(%)	66.2	17.7	17.3	10.2	9

从表6中可以说明现在学生组织形式大都是以学生自由组织活动形式存在,占了很大比例,而有组织的活动如院系活动、班组活动则只占了17.3%和17.7%,这对调动学生活动的积极性和主动性存在很大问题,这种情况应引起学校的高度重视。

## (二) 影响温州高校学生参加课外体育活动的因素

影响学生参加课外体育活动的因素是多方面,根据我们的调查分析,主要因素有以下几种:业余时间、学校硬件设施、课堂体育教学、课外体育活动的组织实施等。

### 1. 业余时间对其参加课外体育活动的的影响

经调查,学生大部分时间还是花在追求知识上,但引人注目是上网占了54.1%,排在第一位,(如表7所示),而据深入交流调查,学生上网绝大部分是在打游戏与看碟片,由于网络内容的不可预测性与网络游戏的迷惑性,将对学生行为与思想产生极大的影响,因此这不能不引起高校管理层的高度重视,及时引导学生注意劳逸结合,进行合理科学的体育锻炼,以促进身心健康发展。

表 7 学生余暇时间活动调查表

	上网	复习功课	看课外读物	与同学聊天	课外体育活动	电影电视	购物	交友
男(%)	57.6	32.8	20.8	33.6	36.8	31.2	12.8	15.2
女(%)	51.1	51.1	51.1	38.3	33.3	33.3	41.8	9.2
总体(%)	54.1	42.5	36.8	36.1	34.9	32.3	28.1	12

## 2. 学校体育硬件设施对课外体育活动的影响

学校体育硬件设施是学校开展课外体育活动的保证, 场地设施的缺乏和建造地点是阻碍大学生参加课外体育活动的重要因素之一。调查情况如表 8 所示。

表 8 学生参加课外体育的场所

	校内场所	校外公共活动场地	收费场所	公园、广场	其他
男(%)	61.6	44	5.6	3.2	5.6
女(%)	64.5	36.2	4.3	11.3	12.1
总体(%)	63.2	39.8	4.9	7.5	9

目前温州几所高校基本搬入温州高教园区, 离市区和生活区较远, 学生大部分活动点都集中在学校。表 8 可以看出, 学生活动场所还是集中在校内场所, 从几所高校场馆调查情况看, 虽然新校区的场馆建设有了较大的起色, 基本达到国家对普通高校体育场馆的要求, 但随着近年来各高校的扩招, 体育设施仍远远不能满足学生的需求, 尤其是室内场馆, 由于需要维护及体育代表队的训练更是捉襟见肘。同时高教园区的活动场所离学生生活园区过远, 这也大大影响了学生活动的积极性。

## 3. 学校体育课教学对课外体育活动的影响

从表 1 我们已发现学生喜欢的项目排名前 5 名: 篮球、羽毛球、乒乓球、排球、足球。男生前 5 名是篮球、足球、乒乓球、羽毛球、排球。女生则是羽毛球、乒乓球、排球、健美操、篮球。然而由于师资和场地等原因使得学校在开设项目上要进行适当的调整和限制, 同时目前各校普遍采用以运动技术和运动能力为考核标准的考核方法, 忽视了对学生体育意识和能力、兴趣的培养, 从而影响了学生参加体育锻炼的积极性, 在我们对学生在活动中如何预防受伤和自救的调查中, 了解只占有 10.0%, 不太了解的占了 72.4%, 这一结果也应对高校教学敲响警钟。

# 三、结论与建议

## (一) 结论

1. 目前, 温州高校大部分学生基本养成良好的锻炼习惯, 课外体育活动的开展具有良好的群众基础。

2. 大学生体育观念正在逐步转变, 终身体育思想得到进一步的加强, 娱乐休闲体育逐步取代竞技体育成为了高校的一种趋势。

3. 学校体育硬件设施和场馆的不足, 场地设施单一是影响学生活动积极性的重要因素。

4. 学校体育教学方式的单调也是影响学生参加课外体育活动的重要因素之一。

## (二) 建议

1. 在开展课外体育活动项目上尽可能地符合学生的兴趣, 在内容上要丰富, 适应面广, 注重培养学生的体育兴趣和意识, 帮助学生养成终身体育锻炼的习惯。

2. 深化课堂教学改革, 组织与鼓励学生参与体育实践, 提高学生体育意识, 要打破传统的教学模式, 教学内容选择学生易于接受并感兴趣的体育项目, 使学生真正掌握 1-2 门行之有效的

体育锻炼项目和方法。

3. 充分发挥体育社团的作用,并可以把学校日常性的小型体育比赛任务由这些组织担任,在业务上加以指导,经费上适当支持,尽可能做到学生自己管理自己,自己组织比赛,并尽可能自己解决经费,使之走上正规的道路。

4. 积极引导学生进行体育消费,随着社会化程度的提高,学生花钱进行体育消费的比例将会慢慢增加,这样可以在一定程度上弥补学校体育经费和器材的不足。

5. 学校要在体育硬件设施、场馆建设上加大投入,解决学校体育场地不足,质量不高,设施不齐的问题,在条件可能的前提下可尝试引进社会资金,从而改善高校体育设施的不良状况。

#### 参考文献

- [1] 吴秋林. 江西省高校学生课外体育活动现状调查与分析[J]. 中国体育科技, 2002, (6): 41-44
- [2] 金健秋, 徐国宏, 尹海立. 大学生体育行为探析[J]. 中国体育科技, 2001, (7): 33-35
- [3] 苏庆永, 张丽君. 课外体育活动现状调查与分析[J]. 鞍山科技大学学报, 2003, (3): 232-235
- [4] 江宇, 陈燕. 江苏省高校学生课外体育活动组织形式调查与分析[J]. 淮阴师范学院学报(自然科学版), 2002, (3): 81-83

## Research on the Present Situation of Physical Activities out of Class and Countermeasures for the College Students in Wenzhou

YE Jianqiang

(Physical Education College, Wenzhou University, Wenzhou, China 325035)

**Abstract:** We have researched the present situation and affecting factors of physical activities out of class for the college students in Wenzhou by questionnaire, literature and statistic analysis. The research shows that the shortages of facilities, equipments and leisure time are the main factors to constrain students to participate in physical activities out of class. The study gives suggestions on deepening the reform of teaching, to improve constructions, enrich the various sports events, cultivate students' concept and interest on P.E. and help students form the habits of life-span exercises.

**Key words:** Physical education out of class; Universities in Wenzhou; Present situation; Countermeasures