

•学校体育•

学校、家庭、社区一体化促进青少年 阳光体育活动长效机制的模型构建

郑兵¹, 罗炯², 张驰³, 张庭然², 王翔²

(1.唐山师范学院 体育系, 河北 唐山 063000; 2.西南大学 体育学院, 重庆 400715;
3.西华师范大学 体育学院, 四川 南充 610054)

摘要: 从当前家庭、学校、社会三位一体的体育健康教育基本思想、方法及相关原则着手, 建立相应的假设, 再运用探索性(EFA)及验证性(CFA)因子分析相结合的方法, 构建出青少年阳光体育活动长效机制模型, 并对模型进行验证。模型路径表明: 青少年体育健康教育应以学校为中心, 家庭为基础, 社区为依托的基本工作思路; 进一步分析显示, 学校体育健康教育应以“运动督导”为重心, 家庭体育健康教育应突出“家长榜样”的作用, 而社区体育健康教育要把抓“组织管理”放在首位; 回归模型的路径图及路径系数提示: 学校、家庭、社区健康干预的直接效果集中体现在青少年“知觉利益”的改变, 并据此引起青少年体育锻炼行为的改变。

关键词: 学校体育; 青少年; 阳光体育活动; 学校、家庭、社区一体化

中图分类号: G807 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2015)02-0063-09

The building of a long-term mechanism model for school, family and community integration to boost teenager sunshine sports activities

ZHENG Bing¹, LUO Jiong², ZHANG Chi³, ZHANG Ting-ran², WANG Xiang²

(1.Department of Physical Education, Tangshan Teachers College, Tangshan 063000, China;

2.School of Physical Education, Southwest University, Chongqing 400715, China;

3.School of Physical Education, West Normal University of China, Nanchong 610054, China)

Abstract: Starting with the basic ideas, methods and related principles of family, school and society integrated sports health education nowadays, the authors established corresponding hypotheses, then built a long-term mechanism model for teenager sunshine sports activities by applying an exploratory and confirmatory factor analysis combined method, and verified the model. The model path indicated that teenager sports health education should stick to such a basic working idea as to base its center on school, its foundation on family, and its reliance on community; further analysis showed that school sports health education should base its focus on “sports supervision”, family sports health education should highlight the “parent model” function, while community sports health education should place its priority on working on “organization management”; the regression model path diagram and path coefficient hinted that the direct effect of health intervention by school, family and community is collectively embodied in the change of teenagers’ “perceived benefits”, and accordingly causes the change of teenagers’ physical exercise behaviors.

Key words: school physical education; teenager; sunshine sports activity; school; family and community integration

当今我国青少年的体质下降与锻炼不足有直接关系, 而锻炼不足除了与学校场地、器材、管理制度和

社会环境等因素有关以外, 还受到个体对健身的价值认知、健身愿望及健身坚持性等因素的影响^[1]。班杜拉

收稿日期: 2014-05-09

基金项目: 国家哲学社会科学基金项目(10XTY006)。

作者简介: 郑兵(1976-), 女, 讲师, 硕士, 研究方向: 大众体育和运动训练。E-mail: 512676414@qq.com

认为人类的行为表现(频率、时间等)、环境条件(场地、设备等)和个人因素(认知、态度和自我效能等)三者间互为因果,而主观的自我效能感对行为的影响很大^[2];Becker 的健康信念模型亦强调个体的态度和信念对锻炼行为的影响很大^[3];Ajzen 的计划行动理论认为个体的行为意向是行为发生的决定性力量^[4]。故通过加强体质健康教育,帮助青少年学生树立锻炼促进健康的信念,提高其锻炼意愿和完成锻炼任务的自我效能感是增加青少年锻炼行为的重要手段之一。然而,青少年终身健康习惯能否养成,仅依靠学校的力量显然是不够的,它需要家庭、学校、社会体育健康教育的整体促进作用才能实现^[5]。若学校、家庭、社区三位一体地对青少年进行健康教育、树立健康第一理念,则能充分发挥其思想教育及行为干预的合力作用,构成一个多渠道、多层次、全方位整体化行为干预教育方式^[6]。

张绪梅^[7]在《21 世纪我国学校体育健康教育体系改革的设想》中提出:三位一体的体育健康教育应把学校体育健康教育置于家庭环境、社会环境、自然环境中去纵横联系、协调统一。肖焕禹^[8]认为:21 世纪我国学校体育改革中,家庭和社会对学生的健康教育应承担更多的责任,逐步形成学校体育为主体,家庭、社会体育为辅的长效机制。毛振明^[9]认为:学校体育要摆脱过去那种狭隘的教育观,将家庭教育、社会教育,尤其是大众传播媒介的隐性教育融为一体,实施一种与社会进度和需要紧密连接的学校教育。朱林^[10]对一体化长效机制做过理论探索,并提出了 3 个理论机制——导向长效机制、激励长效机制及评价长效机制。

由于青少年阳光体育活动长效机制的复杂性,至今为止,还没有一种全面实用的青少年阳光体育活动促进及评价模式。本研究以川渝地区中、小学阳光体育开展现状、存在问题及制约因素为背景,综合国内外关于学校、家庭、社区教育的成功经验,结合目前我国学校“体育健康教育”现状,提出了青少年阳光体育活动长效机制模型,通过实际调查获得真实可靠数据对所建模型的合理性、可行性及必要性进行验证,以期对未来青少年运动健身促进方案设计的科学性提供参考。

1 研究对象与方法

1.1 调查对象

选择四川省南充市及重庆市中、小学为调查对象,根据两市教育局提供的中小学学校特征,按学校与市中心距离排序后,随机抽取了 11 所中小学(南充 5 所,重庆 6 所)。采用一一对应式的发放原则确定各个分量表的顺序性:学生——学生家长——(学生家庭所在的

社区的对应关系建立数据库。以重庆市的样本数据作为青少年阳光体育活动长效机制模型构建之用,而使用四川省南充市的样本数据对所建模型进行验证。

1.2 问卷设计

1)在青少年“体育健康教育”促进的理论框架假设下编制问卷。采用项目分析方法,剔除不符合要求的条目,并用因子分析法对问卷的结构效度进行检验,最终构建“学校、家庭、社会一体化促进青少年阳光体育运动长效机制研究”问卷——含 4 个分量表,即行为变化表、学校表、家庭表及社区表。

2)本研究还借用现有量表——“青少年体育锻炼知觉利益”量表,该量表由上海体育学院研制,并已获得了部分应用^[11]。

3)根据研究目的、相关文献数据与研究结构综合考虑,尽可能使条目表达措辞准确、清楚,表述语气全部采用陈述句(不使用否定句);鉴于调查内容的特殊性,避免使用特别敏感的字眼;采用李克特 5 点记分形式,条目的回答和计分方式,从“非常符合”到“很不符合”依次计为 5、4、3、2、1 分。

4)条目编制过程中,参考了国外学者 Devellis 的两点意见^[12-13]:一是编制或发展一个正式量表,其预试题项数最好是将来所需正式题项数的 3~4 倍;二是在某些特定内容范围中,预试量表的题项数约为正式量表题项数的 1.5 倍。

5)预试问卷编拟完后,再进行预测试,预试对象的性质基本与将来正式问卷要抽取的对象性质相同。本研究对象以川渝地区中小学学生、学生家长及学生生活的社区。预试对象人数以问卷中题项最多的“分量表”题项的 3~5 倍为准。

1.3 问卷的效度及信度检验

终量表形成前,对各量表相关条目进行预测试,删除部分青少年不易理解的条目,同时保留某些统计结果不理想,但对青少年体育健康教育有重要意义的条目。量表修订过程中主要采用项目分析、探索性与验证性相结合的因素分析法。最终量表条目为:青少年阳光体育锻炼行为变化表 10 条、体育健康教育学校表 57 条、家庭表 26 条及社区表 24 条。再经 9 位相关学科专家对问卷每道题进行打分,每个分量表均值基本接近 4.0,且 5 个分量表克隆巴赫 α 系数分别为 0.851、0.816、0.883、0.911、0.871,说明专家评定具有较高的一致性。

1.4 正式调查

在回收的问卷中,对超过 4 题未回答的问卷做废弃处理。最终回收的有效问卷,南充市 1 376 份,重庆市 941 份。使用 SPSS17.0 及 Amos17.0 进行数据分

析及相关建模,全部变量的显著水平确定为 $P=0.05$ 。

2 研究结果

2.1 因子分析

在采用探索性因子分析(EFA)前,分别对5个分量表进行球形检验(青少年锻炼行为改变量表、学校体育健康教育量表、家庭体育健康教育量表、社区体育健康教育量表和心理效能感知量表),KMO(Kaiser-Meyer-Olkin)值依次为0.850、0.815、0.856、0.871、0.843, Bartlett 检验卡方 χ^2 依次为6 839.39、1 135.45、1 834.11、1 123.45、3 111.12, 对应概率 P 均小于0.05。球形假设被拒绝,说明5个量表中的各自全部条目相互之间并非独立,即母群体的相关矩阵间具有共同的因素存在,从而肯定了模型构建5个分量表是适合做因素分析的。

以特征值1为抽取标准,结果表明:

1)“青少年行为改变量表”共抽取3个共性因子,累积贡献率达63.16%。其中第1共性因子含4个条目,即 a_1 “我能保证每天锻炼一个小时”、 a_2 “对早操和课间操我的态度很认真”、 a_3 “每次课外锻炼都有极高的兴奋度”、 a_4 “我对体育课的知识讲解很感兴趣”,贡献率最高(40.20%),命名为健身“参与行为”因子;第2共性因子含3个条目,即 a_5 “我参加体育锻炼主要是为了提高运动能力”、 a_6 “我参加体育锻炼主要是体育锻炼使我心情愉悦”、 a_7 “通过体育锻炼提高了身体能力使我在学习中精力充沛”,贡献率为12.75%,命名为健身“价值取向”因子;第3共性因子含3个条目,即 a_8 “如果有一天没有锻炼我会觉得身体不舒服”、 a_9 “我(平时)能够按照自己的目标自主地进行体育练习”、 a_{10} “我经常参加社会上组织的体育活动或比赛”,贡献率为10.21%,命名为健身“兴趣态度”因子。

2)“学校阳光体育健康教育量表”共提出7个共性因子,累积贡献率达57.97%(尚可接受)。其中第1共性因子含5个条目,即 c_1 “班主任要求学生认真完成两操活动”、 c_2 “学校确保学生有充分的时间进行课外体育活动”、 c_3 “学校对学生课外体育活动时间做了具体的硬性要求”、 c_4 “为保证学生每天锻炼一小时学校有相应的举措”、 c_5 “学校经常与家长沟通学生确保回家有时间健身”,命名为学校“运动督导”因子;第2共性因子含5个条目,即 c_6 “学校注重通过宣传栏向学生宣传体育健康教育知识”、 c_{10} “体育课帮助学生掌握了体育健康教育方面的知识”、 c_{11} “体育教师在教学中会传授体育理论知识”、 c_{12} “学校有体育健康教育课程的理论考试”、 c_{13} “学校重视向学生讲授预防体育伤害事故知识”,命名为学校“健康教育”因子;第3

共性因子含6个条目,即 c_{16} “体育课的教学组织形式能调动学生的学习积极性”、 c_{17} “体育课的内容安排全能吸引学生积极参与体育学习”、 c_{18} “体育课上学生的情绪高昂”、 c_{19} “体育课上学生自主学习机会很多”、 c_{20} “体育课上师生互动频繁”、 c_{21} “体育课帮助学生养成了积极的健身习惯”,命名为学校“体育教学”因子;第4共性因子含4个条目,即 c_{27} “学校注重通过奖励长效机制促进学生积极参与体育锻炼”、 c_{28} “学校奖励长效机制对体育教师开展体育活动有很大帮助”、 c_{29} “学校各种优秀奖励与体育成绩的关系很大”、 c_{30} “学校对体育教师指导课外体育活动的开展有具体规定”,命名为学校“体育政策”因子;第5个共性因子含4个条目,即 c_{33} “学校领导常组织专人对课外体育活动进行定期巡查”、 c_{34} “学校对上级教委下发的体育文件有具体的落实机构”、 c_{36} “班主任常参与学生课外体育活动的组织管理”、 c_{37} “学校有专人负责学生的体质健康管理”,命名为学校“组织管理”因子;第6共性因子含5个条目,即 c_{40} “学校的场地器材能满足体育活动开展的需要”、 c_{41} “学校经济水平能给体育器材设施提供有力保障”、 c_{42} “学校周围社区能对学校体育活动的开展提供支持”、 c_{43} “校领导重视对学校体育物质条件的改善”、 c_{44} “校内对体育赛事有经费支持、从不克扣”,命名为学校体育健康教育“设施资金”因子;第7共性因子含4个条目,即 c_{46} “学校的体育教师的业务水平能满足学校体育教学工作”、 c_{47} “学校体育教师的数量能满足学校体育活动的开展需要”、 c_{49} “班主任有丰富健身经验并经常督促学生加强体育锻炼”、 c_{51} “学校管理人员(包括校医)有丰富的健身知识与经验”,命名为学校“人才队伍”因子。

3)“家庭体育健康教育量表”共提取3个共性因子,累积贡献率达50.36%。其中第1共性因子含8个条目,贡献率33.99%,即 d_7 “您有锻炼的习惯”、 d_8 “您经常督促孩子进行体育锻炼”、 d_9 “家里有很多有关体育的杂志和书籍”、 d_{10} “您能够保证孩子每天锻炼一小时”、 d_{12} “您有能力引导孩子进行体育锻炼”、 d_{13} “您帮助孩子制定健身计划”、 d_{14} “您经常带孩子郊游”、 d_{15} “您经常带孩子一起参加体育活动”,命名为“家长榜样”因子;第2共性因子含5个条目,贡献率达10.59%,即 d_{16} “家庭支持孩子到收费运动场馆锻炼”、 d_{17} “孩子需要的体育设施能得到满足”、 d_{18} “家庭支持孩子购买体育用品”、 d_{19} “家庭支持孩子到现场看比赛”、 d_{20} “家庭经济情况能够给孩子提供各种健身娱乐保证”,命名为“家庭经济”因子;第3共性因子含5个条目,贡献率为5.77%,即 d_1 “参加体育活动能够减轻孩子的学习压力”、 d_2 “课余时间对学生进行

体育锻炼很有必要”、 d_4 “通过参加体育活动能提高孩子的人际交往能力”、 d_5 “通过参加体育锻炼能提高孩子的竞争力”、 d_6 “通过参加体育锻炼能提高孩子吃苦耐劳的精神”，命名为“家长认识”因子。

4)“社区体育健康教育量表”共提取 3 个共性因子，其累积贡献率达 71.37%。其中第 1 共性因子含 5 个条目，贡献率达 54.17%，即 g_{12} “社区有健全的体育管理体制”、 g_{13} “社区体育锻炼常有专人指导”、 g_{14} “社区有专门分管体育工作的干部”、 g_{17} “社区有专门的体育领导机构”、 g_{20} “社区有专门的文体站或体育指导中心”，命名为社区“组织管理”因子；第 2 共性因子含 7 个条目，贡献率达 11.76%，即 g_7 “社区有健身活动点”、 g_{10} “社区附近的运动场给孩子体育锻炼带来了方便”、 g_{11} “社区的设备能满足健身需求”、 g_{15} “社区能为体育健身提供经济保证”、 g_{18} “社区经费不会被克扣”、 g_{19} “社区经常免费提供有用的体育资源”、 g_{21} “社区有专门的经费投入”，命名为社区“场地资金”因子；第 3 共性因子含 4 个条目，贡献率达 5.44%，即 g_4 “社区体育活动能培养青少年科学健身文明的生活方式”、 g_5 “贵社区通过宣传栏方式宣传体育健康知识”、 g_6 “社区经常组织各种类型的体育活动或比赛”、 g_{16} “社区支持花钱邀请专家来社区开展体育健康教育讲座”，命名为社区“宣传教育”因子。

5)“青少年阳光体育运动知觉利益(效益)量表”由 30 个条目组成，由于该量表维度已经确立，即分别为人际感知、困境应对、身体价值、主观体念及情绪活力 5 个维度，故本研究不需要再进行因子分析。基于该量表在我国西部地区首次使用，故研究只对其在西部地区的使用信度进行了验证。经检验，该量表各维度之间及各维度和总量表之间存在明显的高相关，说明该量表有较好的结构效度。

2.2 测量模型验证

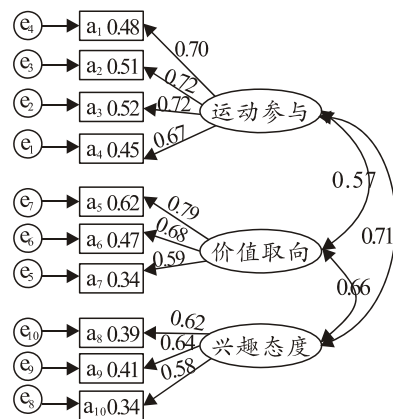
采用 ML(Maximum likelihood estimation)最大似然法对 5 个测量模型原始数据矩阵进行验证性分析，其检验依据为拟合指数。一般地， χ^2/df 值(理论期望值为 1，即接近于 1，说明协方差矩阵的相似程度越大，模型拟合越好)，基本达到了统计学上的参考要求。此外，NNFI(非规范吻合指数)、CFI(比较吻合指数)、GFI(拟合优度指数)、RMSEA(近似误差的均方根)等指标也常用来评价模型的拟合程度。一般地，NNFI、CFI、IFI、GFI 的值通常在 0~1 之间，采用大于 0.9 来进行判断，越接近于 1 越好，RMSEA 的值最好在 0.08 以下，越接近于 0 表示模型拟合度越好。

1)青少年锻炼行为改变测量模型分析。

图 1 显示：

(1)行为变化测量模型结构清晰，每道题目对因子均有显著的贡献，各维度间显著相关，说明行为变化量表具有较高的构想效度。图中显示的检验值中， $P=0.135>0.05$ ， $\chi^2/df=1.79$ ，说明协方差矩阵的相似程度尚可，达到了统计学上的参考要求。模型图 1 中 NNFI、CFI、GFI、RMSEA 等指标数值依次为 0.912、0.905、0.885、0.916、0.059，均达到可接受的标准，可以认为行为改变测量模型具有较好的构想效度。

(2)从行为改变三维结构看，“运动参与”与“兴趣态度”的相关关系最强($r=0.71$)，其次是“价值取向”与“兴趣态度”($r=0.66$)，而“运动参与”与“价值取向”间相关程度稍弱($r=0.57$)。



拟合指标	χ^2	df	P	χ^2/df	NNFI	CFI	IFI	GFI	RMSEA
指标	57.28	32	0.135	1.79	0.912	0.905	0.885	0.916	0.059

图 1 青少年体育锻炼行为改变测量模型

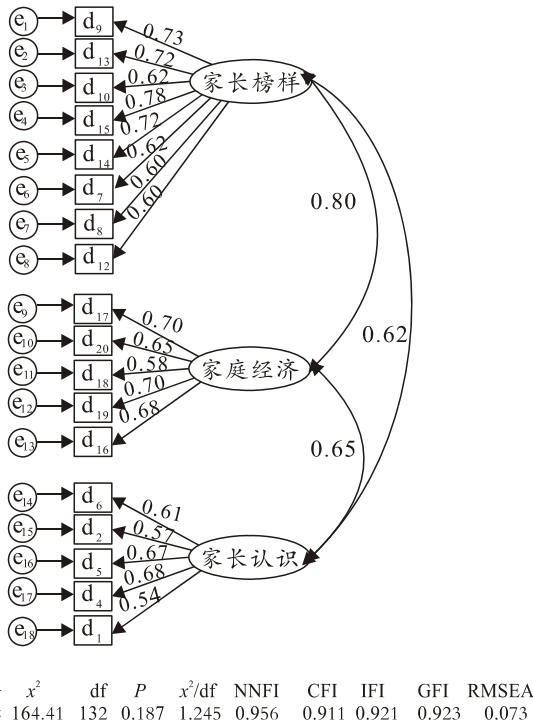
2)学校体育健康教育测量模型验证。

图 2 显示：

(1)测量模型中， $P=0.147$ ， $\chi^2/df=1.64$ ，基本达到统计学上的参考要求。NNFI、CFI、GFI、IFI、RMSEA 等参数值依次为 0.935、0.917、0.908、0.915、0.071，均达到可接受的标准，表明模型与调研获得数据拟合良好，具有较好的构想效度。

(2)测量模型中，由因子提取的贡献率可判断 7 个共性因子的重要性，由大到小分别为“健身干预”、“健康教育”、“体育课堂”、“体育政策”、“组织管理”、“设施资金”及“人才队伍”。

(3)测量模型中，7 个共性因子彼此间高度相关(相关系数 r 均在 0.65 以上)；其中“运动督导”与“健康教育”、“体育课堂”、“体育政策”及“人才队伍”间相关系数分别达 0.81、0.85、0.88、0.91、0.85；另一方面，“健康教育”与“体育课堂”、“体育政策”、“管理组织”之间也存在非常高相关系数(0.83、0.82、0.83)。

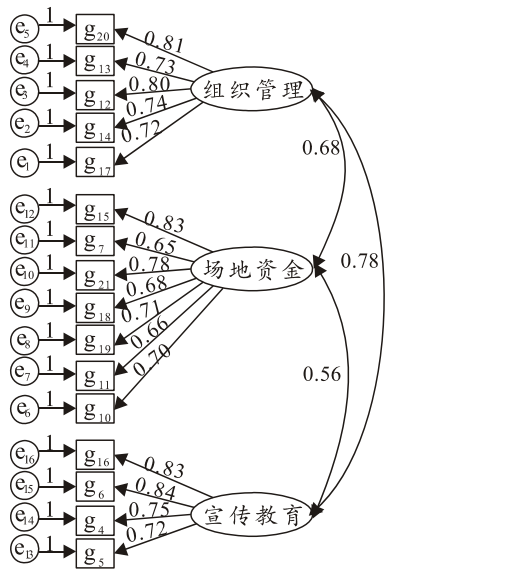


拟合指标	χ^2	df	P	χ^2/df	NNFI	CFI	IFI	GFI	RMSEA
拟合指标	164.41	132	0.187	1.245	0.956	0.911	0.921	0.923	0.073

图 4 家庭体育健康教育测量模型

5) 社区体育健康教育测量模型验证。

图 5 显示：(1) 检验结果表明： $P=0.457$, $\chi^2/df=1.02$, 达到统计学上的参考要求。而 NNFI、CFI、IFI、GFI、RMSEA 依次为 0.977、0.926、0.915、0.909、0.081, 均达到可接受的标准, 表明社区体育健康教育分量表具有较好的构想效度。



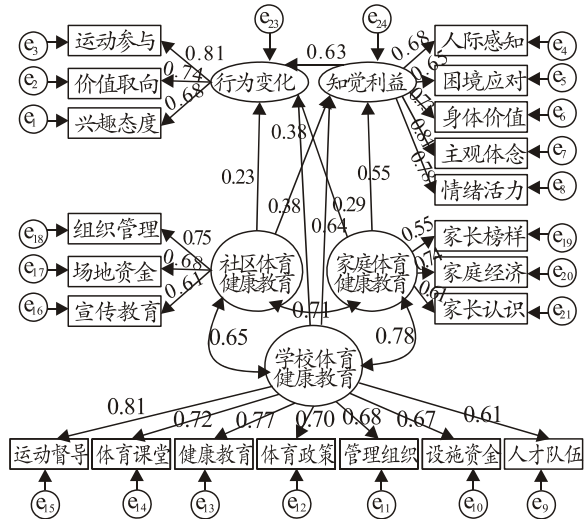
拟合指标	χ^2	df	P	χ^2/df	NNFI	CFI	IFI	GFI	RMSEA
拟合指标	145.77	143	0.457	1.02	0.977	0.926	0.915	0.909	0.081

图 5 社区体育教育测量模型

(2) 由图 5 的测量模型中可见, 社区体育“组织管理”最为重要, 其次是社区“场地资金”, 社区“宣传教育”的作用位列第 3; 三维度相互关系看, “组织管理”与“宣传教育”($r=0.78$)相关关系最高, 其次是“组织管理”与“场地资金”($r=0.68$), “宣传教育”与“场地资金”相关程度相对要弱些($r=0.56$)。

2.3 阳光体育长效机制总体结构模型构建与验证

图 6 显示, 以重庆地区的样本数据进行构建, 所得模型采用 ML 最大似然法, 对原始数据矩阵进行验证性分析, $\chi^2/df=1.36$, $P=0.336 > 0.05$, 达到统计学上的参考要求。NNFI、CFI、IFI、GFI、RMSEA 的值依次为 0.951、0.909、0.922、0.914、0.085, 均达到了可接受的标准, 表明一体化长效机制总体模型构建合理。



拟合指标	χ^2	df	P	χ^2/df	NNFI	CFI	IFI	GFI	RMSEA
拟合指标	165.87	122	0.336	1.36	0.951	0.909	0.922	0.914	0.085

图 6 阳光体育长效机制总体结构模型及检验

2.4 阳光体育长效机制总体结构模型再验证

为了探讨模型的可行性, 本研究使用四川南充市的调查样本对所建模型进行验证, 采用同样的方法 (ML)。验证结果显示, 模型的卡方 $\chi^2=178.35$, $P > 0.05$, 这一结果提示假设模型较好地拟合了原始数据矩阵。其它拟合指标的分析表明, $\chi^2/df=1.205$, 满足 Carmines 提出的近似 2 的标准; 此外, NNFI、CFI、IFI、GFI、RMSEA 的值依次为 0.928、0.913、0.924、0.908、0.077, 均达到可接受的标准。总之, 模型的拟合优度较为满意, 显示假设模型较好地拟合了本次调查中的观测数据, 而且本研究前面提到的假设得到了较好地支持。

3 讨论

3.1 整体模型的结构特点

1) “学校、家庭、社区”间的相互关系中(见图 6),

“学校体育健康教育”与“家庭体育健康教育”相关程度最强($r=0.78$),其次是“家庭体育健康教育”与“社区体育健康教育”($r=0.71$),“学校体育健康教育”与“社区体育健康教育”相关程度排第3($r=0.65$)。

2)从“学校、家庭、社区”体育健康教育干预与所产生的结果间关系看:第1路径特征:“学校、家庭、社区”的体育健康教育干预对青少年行为改变的直接效果是:“行为变化” $=0.23 \times$ “社区体育健康教育干预” $+0.38 \times$ “学校体育健康教育干预” $+0.29 \times$ “家庭体育健康干预”。显然,因果关系等式中的标准化系数大小可以看出学校、家庭及社区在青少年课外体育锻炼行为改变中的作用与地位,即学校是主要的,其次是家庭,最后是社区。第2路径因果特征是:若把“学校、家庭、社区”体育健康教育干预作为青少年行为变化的间接原因,那么,其作用路径分两步,第1步:通过“学校、家庭、社区”干预直接影响青少年心理变化,使之在“知觉利益”方面发生变化,即“知觉利益” $=0.38 \times$ 社区体育健康教育干预 $+0.64 \times$ 学校体育健康教育干预 $+0.55 \times$ 家庭体育健康干预。显然,该回归方程中的路径系数明显高于模型A中直接作用路径系数,对“知觉利益”贡献大小排序依旧是学校、家庭、社区。第2步,“行为变化” $=0.63 \times$ “知觉利益”。综合第1、第2步回归路径,显然,“学校教育”、“家庭教育”、“社区教育”三者共同干预效果先是通过引起青少年的心理改变(知觉利益的变化),而心理改变才是引起其行为变化的主要原因。

3.2 学校体育健康教育的组成结构

学校体育健康教育对青少年课外体育锻炼行为直接影响最为重要(标准化路径系数最大),它由7个方面构成,其中对青少年采取“运动督导”应放在学校体育健康教育的首位,它对学校健康教育的路径系数最大 $\lambda=0.81$ 。从构成“运动督导”维度指标看,班主任对青少年体育健身的监督工作、学校对学生课余体育活动的时间保证、学校对学生课外体育活动的具体安排、学校对学生每天一小时锻炼的具体规定及学校与家长间密切配合是“运动督导”取得长效的关键。

“健康教育”宣传在学校体育健康教育的作用贡献排第2位,它对学校健康教育的贡献路径系数为 $\lambda=0.77$;从其维度组成看,加强对学生健身方法及健康知识的传授、强调体育课的理论知识作用、注重体育健康知识的宣传、重视《体育健康教育课程》的理论考试及突出体育伤害事故的预防。

“体育课堂教学”在学校体育健康教育中的作用列第3位,它对学校健康教育的贡献路径系数为 $\lambda=0.72$;其维度组成显示:体育课的内容安排、体育课的吸引

力与调动力、体育课教学及组织、体育课的自主学习机会、体育课师生间的互动及体育课的健身效果等是体育课堂教学成功的关键。从调研情况看:目前川渝地区中小学体育健康教育缺少对基础知识的传授,在授课过程中,对健身理论知识讲解时间分配不足,许多教师对健康认识存有误区,学校教育长期追求升学率,而将学校体育健康教育放在可有可无的位置,既无授课时间保证,又缺适宜教材体系,这大大影响课堂教学质量。

“体育政策”在学校体育健康教育中的作用列第4位,它对学校健康教育的贡献路径系数为 $\lambda=0.70$;从构成“体育政策”维度的指标看,学校应考虑奖励机制的促进性、学校课外体育活动的强制性、学生体育成绩与评奖、评优、升学之间的关联性、奖罚制度对体育教师的激励作用。好的“体育政策”能大大激励青少年阳光体育活动的开展。学校应着眼于体育政策的制订及执行策略,以保障学校体育政策目标的实现、检验和完善学校体育政策质量、判断“移植学校体育政策”的可行性。

“管理组织”在学校体育健康教育中的作用列第5位,它对学校健康教育的贡献路径系数为 $\lambda=0.68$;从“管理组织”的维度看,学校应重点抓学生的体质健康管理、课外体育活动管理、相关体育政策的执行管理及课外体育活动坚持性与常态化管理。特别是在,体育健康“组织管理”中,要注重人的动态性、管理组织的动态性、物质资源的动态性(场地、设施、经费,管理者要根据现实条件予以添置)及信息的动态性。

“设施资金”在学校体育健康教育中的贡献列第6位,它对学校健康教育的贡献路径系数为 $\lambda=0.67$;从构成该维度的指标看,学校领导应充分考虑体育赛事的经费、学校体育场地、器材等设施布局与配置,以确保学生需求。

“人才队伍”在学校体育健康教育中的贡献列第7位,它对学校健康教育的贡献路径系数为 $\lambda=0.61$;从“人才队伍”建设的角度看,学校应加强管理人员、队医及班主任等健身知识与经验的培训、提高体育教师自身素质、体育教学人员、教辅人员数量及质量等。

3.3 家庭体育健康教育的组成结构

“家长榜样”在家庭体育健康教育中的作用位列第1,它对家庭健康教育的贡献路径系数为 $\lambda=0.79$ 。从构成“家长榜样”维度指标看,家长应身体力行,亲身参与孩子健身、为孩子购买体育杂志及书籍、帮助孩子制定健身计划、视需要带孩子郊游、为每天“1小时锻炼”提供监督作用、具备指导孩子锻炼的能力等。从孩子的成长过程看,父母是孩子的第一任老师,

家长在健身态度、锻炼行为方面首先应在孩子面前树立榜样,并且用自己的健康知识,和对健康的理解教育和引导孩子,使之从小形成正确的健康观及健康的生活方式。

“家庭经济”在家庭体育健康教育中作用列第 2 位,它对家庭健康教育的贡献路径系数为 $\lambda=0.74$,它集中体现在家长对孩子所需的体育设备的满足度、对孩子体育赛事观赏的态度、对收费运动场馆锻炼的支持及对各类体育用品的需求等方面。“家庭经济”是家庭体育健康教育重要基础,家庭敢于在健康行为上投入一定的经济支持将大大激化孩子们的锻炼热情。比如家里有健身器械、器材,孩子们的健身锻炼就可近在眼前,花钱搞健身培训更是高层次家庭在知识经济时代其生活质量提升的标志。

“家长认识”在家庭体育健康教育中贡献列第 3 位,它对家庭健康教育的贡献路径系数为 $\lambda=0.61$ 。从维度构成看,家长应充分认识到体育活动能提高孩子的人际交往能力、竞争力、吃苦耐劳精神,从而在思想深刻领会体育锻炼的必要性,并将孩子的日常体育锻炼落到实处,真正给孩子减轻学习压力。家庭是以婚姻和血缘关系为基础的一种社会生活组织形式,它贯穿于人的一生,是孩子们接受教育最早,内容最广泛的场所^[4]。假若家长健康观念淡薄,认为只要孩子吃好、睡好,身体就好,死守“健康就是没病”的理念,那么,处于这样家庭环境中的孩子,那势必造成体育锻炼观念淡薄,“健康第一”的理念难以形成。

3.4 社区体育健康教育的组成结构

社区体育“组织管理”在社区体育健康教育中作用列第 1 位,它对社区体育健康教育的贡献路径系数为 $\lambda=0.75$ 。它集中体现在 5 个方面,即社区应有专门的文体站或体育指导中心、社区应有健全的体育管理体制、社区应有专门分管体育工作的干部、社区有专门的体育领导机构及社区体育锻炼应有专人指导。就社区健身娱乐服务看,社区场地设施是硬件,指导服务是软件;因此,社区在搞好硬件建设的同时,更要重视软件建设。

构成“社区体育健身教育”的另两个维度分别为“场地资金”与“宣传教育”,它们对社区体育健康教育的贡献路径系数分别为 $\lambda=0.68$ 与 0.61 。从“场地资金”维度看,社区应广泛吸纳社会基金加大社区健身场地建设,因为它是构成社区体育健身娱乐服务最重要的要素。研究表明,优秀的健康的社区,其场地、器材建设领先,活动开展经费到位,与周边单位或企业资源实现共享。另外,社区“宣传教育”工作到位,它可将教育服务、知识服务、宣传服务集于一体^[15-16]。

3.5 “知觉利益”的组成结构

“主观体念”对青少年总体“知觉利益”贡献最大,它对应的路径系数 $\lambda=0.81$ 。从维度特点看,“主观体念”强调青少年接受健康教育思想后,通过锻炼获取心理上的平静沉稳、压力的减轻、生活的充实感、愉悦感。“情绪活力”对青少年总体“知觉利益”贡献排第 2 位,它对应的路径系数 $\lambda=0.78$ 。从该维度结构特点看,“情绪活力”主要指青少年体育锻炼后感觉到自己的身体上改变,如体质、体能、体形、运动能力及身体关注度等。“身体价值”对青少年总体“知觉利益”贡献排第 3 位,它对应的路径系数 $\lambda=0.73$ 。维度特点显示:“身体价值”意指青少年通过接受健康教育后,感觉体育锻炼能增强自信心、充满激情、恢复活力、快乐幸福、振奋精神及提高学习热情。“人际感知”对青少年总体“知觉利益”贡献列第 4 位,它对应的路径系数 $\lambda=0.68$ 。它意指体育锻炼深化友谊、广交朋友、接近学友、人际互动及交流能力等方面获益。“困难应对”对青少年总体“知觉利益”贡献最小,它对应的路径系数 $\lambda=0.65$ 。该维度强调体育锻炼对解决问题、解决难题、增强遇挫能力及淡化烦恼等获益。

从“知觉利益”对青少年体育锻炼行为改变的直接效果看,“学校、家庭、社区”的体育健康教育要取得长效,关键在于“学校、家庭、社区”教育理念及方法能够在青少年的内心深处产生知觉效益,即受教育者在人际感知、困境应对、身体价值、主观体验、情绪活力等方面有长足的认识与进步。假若青少年通过健康教育获得了感知,并在随后的运动实践中获得一种积极向上的心态、活力四射的激情、优秀的身体感知能力等,这些心理情感一定会促进青少年健身实践,从而减轻其日常学习压力。

有关中学生学业压力调查发现,目前有厌学情绪者占 70%以上,有些患较严重的学习焦虑症,有时因不堪重负而逃学、有的甚至离家出走;在被调查高中学生中,心理不健康及心身有障碍分别占 10.8%与 59%^[17-18]。面对出现的这些心理问题,多少家长心惊胆颤,束手无策,尤其对一些女孩,家长们更不知该如何应对。因此,本研究获得的“长效机制体育健康教育模式”中,各维度的重要性及关联性将为分清重点与难点、有利因素及不利因素,从而通过正确的途径更加高效地提升青少年的“知觉利益”,为最终改变青少年的锻炼行为,养成终身锻炼的习惯提供重要的参考依据。

从上述分析可见:

1)长效机制模型结构中,青少年“体育锻炼行为改变”离不开家庭、学校、社区体育健康教育的共同

干预,三者对“体育锻炼行为改变”贡献依次为学校>家庭>社区,即长效机制的教育模式应以学校为中心,家庭为基础,社区为依托。

2)长效机制模型结构中,“学校体育健康教育”应突出7个方面,其中“运动督导”最重要,其它方面从重到轻的排序为“健康教育”、“体育课堂教学”、“体育政策”、“管理组织”、“设施资金”及“人才队伍”。

3)长效机制模型结构中,“家庭体育健康教育”应将重点放在3个方面,其中“家长榜样”最为重要,其次是“家长认识”及“家庭经济”。这意味家庭体育健康教育应突出“家长榜样”的作用,它具有极强的辐射作用;同时要注意“家长榜样”与“家庭经济”及“家长认识”的相互影响关系。

4)长效机制模型结构中,“社区体育健康教育”也应重视“组织管理”、“场地资金”及“宣传教育”3个彼此关联方面,其中“组织管理”最为关键。即社区“组织管理”是社区体育健康教育的保障体系,同时重视“场地资金”与“宣传教育”。

5)青少年体育锻炼行为的变化可从“运动参与”、“价值取向”及“兴趣态度”3方面得到体现,引起行为改变的直接原因来自“学校、家庭、社区”体育健康教育的干预结果,间接来自青少年“知觉利益”的改变。

参考文献:

- [1] 马北北. 国民体质监测显示青少年体能连续十年下降[N]. 中国青年报, 2010-03-30.
- [2] Gillet N, Vallerand R J, Lafreniere M K. Intrinsic and extrinsic school motivation as a function of age: The mediating role of autonomy support[J]. *Social Psychology of Education: An International Journal*, 2012, 15: 77-95.
- [3] Hutzler Y, Korsensky O. Motivational correlates of persons with intellectual disability: A systematic literature review[J]. *Journal of Intellectual Disability Research*, 2010, 54: 767-786.
- [4] Varsamis P, Agaliotis I. Profiles of self-concept, goal

orientation, and self-regulation in students with physical, intellectual, and multiple disabilities: Implications for instructional support[J]. *Research in Developmental Disabilities*, 2011, 32: 1548-1555.

- [5] 王月华. 开展全国亿万学生阳光体育运动的认识与思考[J]. *体育学刊*, 2007, 14(6): 81-83.
- [6] 申玲. 基础教育阶段“阳光体育运动”实施中的思考[J]. *西安体育学院学报*, 2008, 25(6): 122-124.
- [7] 张绪梅. 21世纪我国学校体育健康教育体系改革的设想[J]. *南京体育学院学报: 哲学社会科学版*, 1998, 12(2): 64-67.
- [8] 肖焕禹. 现代中日两国学校体育的演进发展趋势[J]. *上海体育学院学报*, 1999, 23(3): 17-22.
- [9] 毛振明. 探索成功的体育健康教育[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 1996: 90.
- [10] 朱林. 学校、社会、家庭健康教育一体化模式构建[J]. *体育科学研究*, 2009(7): 88-90.
- [11] 周成林, 刘微娜, 赵洪朋, 等. 青少年体育锻炼心理效益评定量表上海市常模的制订[J]. *体育科学*, 2011, 31(9): 52-55.
- [12] 张文彤, 董伟. SPSS 统计分析高级教程[M]. 北京: 高等教育出版社, 2009: 163-203.
- [13] 唐建军, 孟涛. 英、德、日社区体育俱乐部基本状况和存在的问题[J]. *体育与科学*, 2001, 22(3): 8-10.
- [14] 沈建华, 卢伯春, 郑家鱿, 等. 体育课程作为学校健康教育主要载体的思考[J]. *上海体育学院学报*, 2011, 35(4): 74-77.
- [15] 唐炎, 虞重干. 结构与生长长效机制: 一种关于体育教学社会功能的探究[J]. *体育科学*, 2009, 29(6): 85-59.
- [16] 俞国良, 董妍. 我国心理健康研究的现状、热点与发展趋势[J]. *教育研究*, 2012(6): 97-101.
- [17] 野晓航. 论初中学生学习压力与学业成绩的关系[J]. *中国教育学刊*, 2003(8): 43-45.
- [18] 胡胜利. 归因方式对心理健康的影响及干预研究之概观[J]. *心理与行为研究*, 2004, 2(2): 461-464.