

湖南省普通高校大学生休闲体育现状调查与分析

潘燕舞

(湖南工业大学 体育学院,湖南 株洲 412007)

摘要: 湖南省普通高校大学生休闲体育的参与动机明确,但实际行为滞后,参与频率不高,参与形式单一,学校现有的体育场馆、设施还不能满足大学生休闲体育的需要,而且缺乏休闲体育指导人员,限制了大学生参与休闲体育的积极性及其活动质量。因此,应该重视校园体育文化的建设和大学生休闲教育,加大学校体育场馆建设力度,增加人力资源和经费的投入,配备足够的指导老师,满足学生的休闲体育需求。

关键词: 湖南;大学生;休闲体育

中图分类号: G811.4

文献标识码: A

文章编号: 1674-117X(2011)06-0141-03

Investigation and Analysis of the Present Situation of College Students' Leisure Sports in Hunan Province

PAN Yanwu

(College of Physical Education, Hunan University of Technology, Zhuzhou Hunan, 412007 China)

Abstract: Hunan college students' motivation of participation in leisure sports is clear, but their actual behaviors lag, and they are low in participation frequency and single in participation form. The existing school sports venues and facilities can not meet college students' need of leisure sports, and instructors of leisure sports are far from enough, which restricts college students' enthusiasm and activity quality of participation in leisure sports. Therefore, importance should be attached to the construction of campus sport culture and college students' leisure education, and school sports venue, human resources, sports fund, and instructors should all be increased to meet college students' leisure sports demand.

Key words: Hunan; college students; leisure sports

随着社会进步和经济发展,大学生生活水平也逐步提高,大学生的生活方式将发生重大的变化,越来越多的大学生自发或有组织地在空闲时间里参加体育活动,休闲体育已经成为大学生在业余生活中不可缺少的重要组成部分。^[1]首先,搞好高校休闲体育锻炼不仅是学生科学地、持久地参加体育锻炼的重要保证,而且对学生的体育行为、方式、习惯的养成和体育知识能力的形成有特殊意义。其次,高校在校大学生参与休闲体育能在一定程度上起到推动全民健身的作用。^[2]笔者通过查阅文献

资料及调查访问,对2007-2009年湖南省部分高校大学生身体素质测试及身体机能测试结果进行对比分析,得出大学生身体素质整体水平呈逐年下降趋势,因此,关注这一群体的体育参与,抓好这一时期该群体的休闲体育锻炼对改善他们的健康和培养他们终身体育意识,促进学校体育与社会体育衔接有着重要战略意义。本研究采用问卷调查对湖南省10所普通高校932名大学生休闲体育的参与现状进行随机抽样调查并对调查结果进行了深入的分析,找出湖南省普通高校大学生休闲体育存在

收稿日期: 2011-07-25

基金项目: 湖南省体育科学学会课题“湖南省普通高校大学生休闲体育现状及发展对策研究”(K111-112)

作者简介: 潘燕舞(1980-),女,湖南浏阳人,湖南工业大学体育学院讲师,硕士,主要从事体育教学与健身研究。

的问题并提出相应的意见与建议。

一 湖南省普通高校大学生参加休闲体育的形式与频率

从对大学生参加休闲体育活动形式调查来看,大学生参加休闲体育的形式主要集中为“和同学、朋友一起活动”和“个人锻炼”,分别占总数的83.2%、42.7%。选择“参加学校、班级组织活动”的占33.2%,排列第三位。但是学校、班级组织的活动大多是单项竞赛和田径运动会,各班级为了获得优秀的成绩,一般都是班级的几个体育尖子生参加,其他的同学参与的机会比较少,并且这些活动一年只能举行几次,不能满足大学生参加休闲体育活动的需要。而选择俱乐部、体育协会和培训班的人数较少,占27.3%。通过与学生的交流得知,绝大多数学生对自由度大、随意性强的社团组织、体育俱乐部、培训班等形式更感兴趣,但由于经济和其他因素的限制最终放弃了这种锻炼的形式。

体育活动频度是指在单位时间内参加体育活动的次数。它反映学生的体育习惯和意识的养成程度,又可较准确地透视学校体育教育的效果。^[3]调查结果显示只有30.7%的学生每周参加3次以上休闲体育活动;有52.4%的学生每周参加1-2次休闲体育活动;有14.6%的学生每月参加1-2次的休闲体育活动,有2.3%左右的学生每年参加休闲体育活动不足十次。这说明至少有一半以上的学生还没形成稳定的体育行为与习惯,没有达到我国体育人口的评定标准。其中就有16.9%的学生是以月或年为循环周期,他们参加休闲体育活动

的时间间隔过长,没有达到经常性,这种状况令人十分担忧,应引起体育工作者的高度重视。

二 湖南省普通高校大学生参加休闲体育的主要场所

从调查的结果可以看出(表1),湖南省普通高校大学生在选择休闲体育活动场所上表现出高度的集中性,有79.8%的大学生选择校内的体育场馆。首先这种高度集中的选择趋势符合大学生日常生活特点。其次,这与丰富的校园体育文化有着直接的关系。有42.9%的大学生选择在宿舍和宿舍的周围进行休闲体育锻炼,这说明学校的体育场馆设施不能满足学生体育活动的需要。因此学校在加强体育场馆的建设的同时,建议在宿舍周围和校园小广场的边上也增设一些健身设施供学生体育锻炼使用,充分发挥校园小广场和宿舍周围的空地作为健身场所的作用,为学生创造好的体育锻炼氛围。也有部分学生参加校外休闲体育活动,如参加校外各种俱乐部、健身中心、培训中心以及和其他兄弟院校各种联谊等,反映了部分学生突破学校体育和社会体育的界限,不再把自己局限在校园这个相对“封闭”的生活环境里,他们不再满足于传统的体育项目,开阔的视野使他们参加休闲体育的空间遍及社会的各个角落,时尚的追求使他们有了更多的选择。因此建议学校或班级适当组织校外体育活动,如郊游或郊外徒步等活动,充实周末生活,并形成一定的运动氛围。把学校体育延伸到校外与社会接轨,这对于大学生体育锻炼习惯的养成有一定的益处。^[4]

表1 湖南省普通高校大学生参加休闲体育的地点统计表

	男生	百分比	女生	百分比	总计	百分比
校内体育场馆	387	83.4%	357	76.2%	744	79.8%
校园空地	169	39.5%	217	46.4%	400	42.9%
附近兄弟院校	107	23.1%	83	17.8%	190	20.4%
校外俱乐部、培训班	43	9.4%	66	14.3%	109	11.7%
寝室	106	22.8%	112	23.9%	218	23.4%
社区、公园	52	11.2%	51	10.9%	103	11.1%
其他场所	38	8.2%	28	6.0%	66	7.1%

注:N=932 N男生=464 N女生=468

三 大学生对高校休闲体育活动组织管理现状的评价

通过对湖南省 10 所普通高校大学生的调查,仅有 4.4% 的大学生对高校休闲体育的组织管理现状表示非常满意,53.3% 的大学生表示基本满意,39.5% 的大学生表示不满意,2.8% 的大学生表示非常的不满意。总体来看,学生对高校休闲体育的管理现状是不甚满意的。

综上分析湖南省普通高校大学生对高校休闲体育管理现状不满意的主要原因是:1. 体育课与休闲体育自成体系,不论是内容的设计还是组织管理都相互脱节,未形成一个完整系统。^[5] 休闲体育活动内容没有与学生的兴趣、爱好、需求紧密结合,忽视了学生的内心感受,严重挫伤了大学生锻炼的积极性。2. 学校休闲体育组织管理形式单一、效率低。对大学生参与体育活动的积极性缺乏调动和引导的作用。3. 由于近几年的不断扩招,各高校的体育场地设施普遍不能满足学生从事休闲体育活动的需要,部分学生只能利用学校边角空地、宿舍进行休闲体育锻炼。4. 学校休闲体育缺乏社会性,没有与社会体育紧密相结合,对大学生毕业后继续参加休闲体育锻炼有一定的影响。因此各高校为了发展和完善大学生休闲体育应根据本校的实际条件结合管理学的相关理论,借鉴国内外高校休闲体育成功的管理经验,总结出适合本校的科学的、有效休闲体育管理方法的。

综上所述,湖南省普通高校大学生休闲开展还存在一些问题,为了使其得到更好更快的发展,我们建议:大学生应加强休闲体育知识与技能的学习,关注自身的休闲行为,充分利用学校提供的休闲体育服务平台,提高自己的余暇生活质量并有意识地养成健康、积极的生活方式。高校领导要切实重视校园体育文化的建设和大学生休闲教育,加强对大学生终身体育观念和休闲体育意识的培养。通过各种方法加大对休闲体育的宣传力度,提高大学生对休闲体育的认知水平。在市场经济条件下,多渠道引进各种资金来建设学校体育设施,如学生喜欢的网球场、游泳馆、健身馆、乒乓球和羽毛球场等,提高学生参与休闲体育的兴趣,还要增加人力资源和经费的投入,配备足够的指导老师,满足学生们的休闲体育需求。

参考文献:

- [1] 李凯夏,任丽琴. 发展高校休闲体育构建大学生和谐校园辩证思考[J]. 湖北体育科技,2008(5):573.
- [2] 曾灿文. 休闲体育的兴起与高校体育教学改革[J]. 宁德师专学报,2008(2):154-157.
- [3] 蒋桂凤. 湖南省普通高校大学生体育态度和余暇体育行为分析[J]. 上海体育学院学报,2005(5):107-109.
- [4] 卢 锋. 休闲体育学[M]. 北京:人民出版社,2005:54.
- [5] 郭林璇. 大学生休闲体育参与行为特征和优化管理结构体系的研究[D]. 上海:上海交通大学,2007:34.

责任编辑:李 珂