

大学生体育态度的现状调查与培养途径探析

赵进杰,高玉敏

(河北工程大学 公体部,河北 邯郸 056038)

[摘要]在学习、工作和生活中,人的一切社会行为都不能不受自己态度的影响,态度是最为常见的也是极其重要的社会心理现象。积极稳定的体育态度是影响人们参与体育活动的重要因素,调解着人对体育项目或参与的行为选择。文章运用文献资料、问卷调查、数理统计、逻辑分析等方法,在查阅有关社会心理学、教育学和相关研究的基础上,调查了大学生的体育态度,并从高校体育教学的角度探讨了培养大学生体育态度的途径。

[关键词]大学生;体育态度;培养途径

[中图分类号]G804.8 **[文献标识码]**A **[文章编号]**1673-9477(2009)02-0117-02

时代的发展和社会的进步促使人类对健康、文明生活的追求,健康理念逐步深入人心,成为人们生活中的一种强烈需求,体育运动因此迅速蓬勃开展起来。高等体育教育作为体育事业的一个重要组成部分,也得到了前所未有的普及。影响高校学生参与体育活动的因素很多,本文从心理学的角度出发,对大学生参与体育活动的态度进行了现状调查,并提出了通过体育教育这一途径,来达到培养学生正确的学习态度,转变消极体育态度,养成良好的体育习惯,为终身体育打下坚实基础的目的,为高校体育课教学及体育改革提供有益的参考。

一、研究对象与方法

(一)研究对象

分别是河北师范大学、河北农业大学、河北工程大学、衡水师专、张家口医学院的普通在校大学生。

(二)研究方法

1. 文献资料法:查阅了近年来在公开刊物上发表的相关文章与书籍,为本研究在理论和方法上做了充分的准备。

2. 问卷调查法:问卷设计过程中,请有关专家进行了效度和信度检验,问卷具备有效性。对以上高校的大学生进行调查过程中,共发放问卷600份,回收580份,回收率96.67%;有效问卷569份(其中男生251人,女生318人),有效率98.10%。

3. 数理统计法:对收集到的有关材料进行归纳整理,对调查所获得的数据进行统计处理。

4. 逻辑分析法:对调查结果进行分析和归纳,从而得出最后结论。

二、结果与分析

(一)关于体育态度的概念

所谓态度,是指个体对任何人、观念或事物比较稳定的心理倾向。体育态度是指个体对体育活动所持有的评价、体验和行为倾向。它是一种内在的心理现象,同时又是外界与个体反应之间的中介因素,调节着人对体育项目或参与的行为选择和行为反应,影响着体育学习和锻炼的效果和效率。体育态度的确立,首先是基于个体对体育重要性的认识。

(二)大学生体育态度的调查结果与分析

采用5级评分法计分,对调查所得数据,按照得分率统计法($F = \sum a \cdot N/A \cdot N$)进行计算,平均得分率为0.773,说明此次被调查大学生群体的体育态度基本处于良好水平,即“良好态度”。由表1也可以看出,大多数学生对体育的认知比较明确。体育态度选项中小分值、弱强度的选项所占百分比比较低,也反映出了大学生体育态度的积极程度。其中对体育在改善身心健康方面的认知评价最高,得分率为0.834。充分表明了大学生对体育重要性及体育锻炼价值的深刻理解,也印证了体育态度形成的重要条件是个体对体育重要性认识这一观点。设想一个对体育功能和价值一无所知的人,是不可能涉足体育领域,进行体育活动的。反之,人们只有在认识到体育锻炼的功利性质或能达到自己设定的目标时,才有可能涉足其间。得分最低的一项是关于体育意向方面的调查,得分率为0.668。这一结果表明,大多数大学生虽有较明确的体育认知,对体育具有较高的兴趣和爱好,但参加体育活动的趋向积极性不高,有待于体育实践

过程中的积极引导。

表1 大学生体育态度调查情况

体育态度选项	得分率	体育态度由强到弱所占百分比(%)				
		5分	4分	3分	2分	1分
改善身心健康	0.834	27.24	64.32	6.85	1.23	0.35
对未求学业事业生活的影响	0.811	23.73	60.46	13.53	1.98	0.35
缓解紧张焦虑	0.809	18.63	67.66	13.18	0.53	0.00
愉快的活动参与	0.805	21.62	60.46	17.22	0.35	0.35
丰富生活	0.800	15.82	69.24	14.24	0.70	0.00
使人精力充沛	0.789	14.24	67.14	17.75	0.88	0.00
培养各种能力	0.708	11.95	63.09	21.97	2.81	0.18
对学习的影响	0.671	4.04	51.85	22.14	19.68	2.28
无论多么紧张抽时间锻炼	0.668	12.30	33.57	31.46	21.27	1.41

(三)影响大学生体育态度形成的作用因素

调查结果表明,影响大学生体育态度形成的因素前三位依次为体育兴趣、学校体育教学、同学朋友的影响,累计百分比为71.17%。体育兴趣对体育态度形成的作用最大,兴趣是学习积极性中最现实最活跃的因素,这也提醒我们,在体育教育过程中对大学生体育兴趣及爱好的激发和培养尤为重要。学校体育教学的影响位居第二,也是体育态度形成过程中不容忽视的一个重要因素,直接影响了大学生毕业后的体育行为走向,决定了其能否继续参加体育活动,进行体育锻炼。再次就是同学朋友的影响,由于高校集合环境决定了同学朋友彼此间联系的多样性,因此也就导致了这一作用因素的形成。

表2 影响大学生体育态度形成的作用因素调查情况

影响因素	体育兴趣	学校体育教学	同学朋友	大众传媒	家庭成员	其他	合计
人数(%)	183(32.23)	112(19.75)	109(19.19)	95(16.65)	59(10.41)	10(1.77)	569(100.00)

(四)培养大学生体育态度的途径

大学生的体育态度是在学校德、智、体全面发展的教育要求下和在家庭及社会体育氛围的影响下逐步形成的,通过参加各种体育活动达到健身、娱乐、健美等目的,并间或伴有成功的感受和体验,从而满足他们愉悦身心的需要,产生满意、高兴的情感。这也是高校学生积极的体育态度产生的直接和根本的原因之一。培养大学生形成正确的体育态度是增进健康、促进大学生全面发展,形成良好体育习惯的需要。体育态度问题是体育心理学的重要内容。根据三成分态度模型,态度有三个主要成分组成:认知成分、情感成分及意向成分。由此,体育态度应是由体育认知、体育情感、体育意向三个相互联系、相互制约的部分构成的统一体。培养大学生的体育态度应着眼于体育态度结构,从高校体育教学入手。

首先要帮助大学生认识和了解高校体育教育的重要性以及身体锻炼的作用。大学是学生接受学校体育教育的影响和塑造的最后阶段,对大多数大学生而言,大学毕业就意味着从此走出校园、步入社会,这就决定了高等学校体育在培养大学生体育态度、树立终身体育意识中的重要地位,使其做好锻炼身体、锻炼身体、乐于参加体育运动,养成自觉锻炼身体的习惯,使认知、情感、意向因素和谐发展。

其次从高校体育教学入手,整体推进素质教育,全面提高学校体育工作的整体水平。主要包括以下三个方面。

第一,搞好高校校园体育文化建设,提高学生的体育参与

[收稿日期]2008-12-12

[作者简介]赵进杰(1979-),男,河北省鹿泉人,讲师,硕士生,研究方向:体育教学与训练。

度。健康科学、欢乐活泼、妙趣横生的校园体育文化氛围,是现代大学校园文化的标志。丰富多彩的校园体育文化活动可以给大学生提供更多的获取体育知识、进行体育实践活动的机会,有利于大学生调整生活节奏、消除精神紧张、获得美的享受。因此,校园体育文化建设在内容和形式的选择上应注重多样性,力求让每个同学都能参与进来。

第二,充分发挥教师课上的主导作用,调动学生体育参与积极性。教学是师生互动的双边活动过程,教学过程中要充分发挥教师的主导作用,寓教育与体育活动中。因此,要求教师不仅具备吸引学生、调动学生积极性的能力,更重要的是要有能够吸引和调动学生的各种方法和技巧。要结合体育知识、技术教学培养学生的认识能力,使学生真正懂得体育锻炼的意义、作用和方法,并掌握有关的体育知识与技术。激发学生的学习兴趣,充分发挥学生的主观能动性,培养学生锻炼的积极性、自觉性。

第三,加强校体育主管部门对体育工作的重视。体育主管部门的重视与支持是搞好各项体育工作的重要前提。随着高校体育地位的确立以及国家经济建设的发展,高校体育经费的投入已在初步增加,体育场地、设施、器材也在逐步增多,但这次的调查中,有62.35%学生的认为是由于缺乏场地器材而不去进行体育锻炼的。因此,增加学校体育资源投入成为引导学生实践参与的当务之急,也是培养学生体育态度的重要前提。

影响大学生体育态度形成的因素有很多,学校体育发展的好坏是很重要的一点。此外,家庭以及社会在大学生体育态度

的形成过程中也起着不容忽视的作用,也要加以积极引导。

三、结论

积极的体育态度是学生参加体育锻炼的基础。学生体育态度的培养不仅是使一个渐进的、较长的过程,而且也是一个系统工程。因此,在培养途径的选择上,只有遵循客观规律,综合考虑各方面因素,从其心理结构入手,改变体育的认知、情感和意向,优化体育锻炼环境,才能完成培养体育态度的目的,也才能更好的完成体育教学工作。

【参考文献】

- [1]高玉敏,赵进杰,崔永霞.河北省高校学生体育态度与体育消费行为的调查研究[J].河北工程大学学报(社会科学版),2008,(3):111-112.
- [2]范洪悦.大学生体育活动的态度及其行为的调查研究[J].天津体育学院学报,2003,(3):89-90.
- [3]赵俊荣.高等师范学校体育教学改革的切入点:学生体育态度的变化[J].北京体育大学学报,2003,(1):100-101.
- [4]刘志敏.教书育人新方法探讨[J].体育学刊,1997,(2):106-107.

[责任编辑:陶爱新]

The analysis of present investigation and cultivable approach of university students' attitudes to physical attitudes

ZHAO Jin - jie, GAO Yu - min

(Hebei University of Engineering, Handan 056038, China)

Abstract: In study, work and life, all the social behaviors of human being can be affected by their own attitudes. Attitude is the most commonly seen and the most important social psychology. Active and stable sports attitude is an important factor to influence people's physical activity. And the sports attitude accommodate people's behavioral choice to physical items and participants. This paper uses the documentation method, questionnaire investigation, statistics and logical analysis and so on. On the basis of referring to the materials of social psychology, pedagogy and the related research, this paper investigates the university students' physical attitude and discusses the ways to foster the university students' attitude through physical education in colleges and universities.

Key words: university students; physical education; cultivation approach

(上接第114页)

The research of the general college students sports injury response mechanism of the Hebei university of engineering

LI lei, WANG Shi - hua, LI Xiao - liang

(Hebei University of Engineering, Handan 056038, China)

Abstract: At present, under the background of emphasizing security of colleges and universities, the research of general college students' sports injuries during the emergency security mechanism of Hebei University of Engineering is an indispensable component of security in colleges and universities. Through investigation and analysis, based on a set of emergency mode, coming up with some emergency measures and applying them to the practical use of aiding sports injuries of students of Hebei University of Engineering promote the security work of colleges and universities.

Key words: The general college students; sports injuries; emergency mechanism