



安徽省普通高校大学生体育生活方式现状调查

韩冠宙

摘要:采用调查法、文献资料法、数理统计法对安徽省18所高校1800名大学生的生活方式进行调查,从大学生的生活现状、体育意识、体育行为、项目、场馆和组织形式、参与保障等方面进行了分析。

关键词:安徽;大学生;体育;生活方式

中图分类号:G807.01 文献标识码:A 文章编号:1006-1207(2009)03-0097-04

Sport Life Style of the University Students in Anhui Province

HAN Guan-zhou

(Department of Physical Education, Chaohu College 238024, China)

Abstract: By the methods of investigation, literature study and statistics, the author made a survey on the life style of 1800 students in 18 universities in Anhui province. It makes an analysis of the students' living status, exercise awareness, exercise behavior, sport disciplines, facilities, organization forms, participation insurance, etc.

Key words: Anhui; university students; sport; life style

安徽省现有91所本专科院校(截止2007年底)。在校大学生八十余万人^[1]。了解当代大学生体育生活方式,促进大学生的身心健康发展,则是高校教育工作者必须解决的一个研究课题。所谓的体育生活方式,是指在一定社会客观条件制约下,社会中的个人、群体或全体成员为一定价值观所制约的满足多层次需要的全部体育活动的稳定形式和行为特征^[2]。形成它的5个主要因子是体育环境、商品经济、生活水平、教育与宣传、主体意识与个体特征^[3]。本文拟通过对安徽大学生体育生活方式的调查与研究,旨在为高校阳光体育运动的深入开展提供有价值的参考依据。

1 研究对象与方法

1.1 对象

本文研究对象选取安徽省18所本、专科在校大学生,共1800人。

1.2 方法

1.2.1 文献资料法

收集有关论文约50篇,生活方式方面专著3本。

1.2.2 问卷调查法

2008年3月初一4月初根据研究目的、内容,设计调查问卷,采用实地调查,向每个学校发放问卷100份,共1800份,回收1593份,回收率88.50%。有效问卷1380份占86.63%,其中男生724人,女生656人。重测信度为0.87,内容效度采用专家评判法,6名专家均认为问卷的内容合理有效。均符合要求。发放时考虑了省内各地市高校分布不均衡,男、女生性别比,高职院校较多的实际情况,问卷设计借鉴国内学者关于体育生活方式的调查内

容,并广泛征求专家和学者的意见,问卷共涉及生活现状、体育行为、体育意识等5大方面21个问题。

1.2.3 数理统计法

本文采用SPSS13对数据进行统计处理。

2 结果与分析

安徽省作为历史上传统文化较为发达,地处中部,对外开放又较为滞后的地区,受传统以人为中心,倡导先人后神以及人与自然之间的和谐,重视礼仪形式,提倡德治,重视家庭的和谐与道德规范精神的遗留影响,思想自由被剥夺,缺乏科学、理性,从根本上限制了人的全面发展。可见,安徽当前的经济、人文环境的不足与缺陷不利于现代人才的培养与全面发展,必然影响到整个体育生活方式的形成与完善。

2.1 生活现状

安徽省普通高校大学生每月生活费用总体平均是384.7元,男生392元高于女生374.8元,女生标准差133.94元要大于男生和整体,贫富差距更为明显,与现实情况相吻合。女生整体的偏态系数为-0.011、-0.091,说明女生、整体每月生活费用的分布对称,略右偏,居中人数较多,男生偏态系数-0.376,说明其分布为左偏分布,即每月生活费用较多的人占多数,特别少的人较少,但偏斜程度不大(见表1)。大学生生活费用主要来源于家庭,就目前我省现阶段生活水平而言,家庭的相对支出有限,因而限制了学生们的生活费用供给,所以呈现出生活费用总体较少。

每日闲暇时间的拥有量(即可以支配的自由时间)为3h55min,高于我国城市16岁以上人口的人均每周19.16h闲暇时间。^[4]男生为3h49min低于女生的4h,整

收稿日期:2009-02-25

作者简介:韩冠宙(1956-),男,副教授,主要研究方向:体育人文社会学、学校体育。

作者单位:安徽巢湖学院 体育系,安徽 巢湖 238024



表1 每月亲属给予的生活费用(元)

Table I Living Cost Supplied by the Parents and Relatives (¥)

	均值	标准差	离散系数	偏态系数
男生	392.0	97.33	0.248	-0.376
女生	374.8	133.94	0.357	-0.011
总体	384.7	130.33	0.339	-0.091

注:男生总选择人数2560、总项目8、平均选择人数320,女生总选择人数2737、总项目8、平均选择人数342,总体总选择人数5297、总项目8、平均选择人数662.13,平均选择系数=总选择人数÷总项目。

表2 每日闲暇时间活动安排(平均选择系数)

Table II Activity Schedule of the Spare Time Every Day (Average Selection Coefficient)

	读书学习	体育活动	娱乐游玩	逛街购物	看电视	上网	睡懒觉	聊天
男生	1.41	1.42	1.12	0.41	0.76	1.21	0.86	0.80
女生	1.44	0.68	0.85	1.17	0.90	0.87	0.98	1.11
总体	1.42	1.04	0.98	0.80	0.84	1.03	0.92	0.96

注:男生总选择人数1883、总项目8、平均选择人数235.38,女生总选择人数1695、总项目8、平均选择人数211.88,总体总选择人数3578、总项目8、平均选择人数447.25,平均选择系数=总选择人数÷总项目。

总之,活动方式表现出多样化的趋势。大学生的闲暇时间高于社会平均闲暇时间拥有量,男生体育活动花费时间较多,女生在体育活动花费时间上少于其它活动。家庭给予生活费用只能维持较低的生活水平,无太多经费投入体育。

2.2 体育意识

苗大培在整理荆光辉等的数据时发现第一位的是健身,其次是娱乐^[5]。但安徽省统计结果说明当前大学生参与休闲体育的动机第一是娱乐、消遣,其次才是健身(见表3)。与苗先生的调查结果有异,可能是由于调查对象不同,前者样

本是全国性的,而后者则是安徽区域性的,且仅为高校大学生。同时又由于安徽省是农业大省,经济相对落后,体育在学校教育中不够重视,学生体育基础普遍较差,健身意识不强所致。在参与体育锻炼的动机及价值取向上男、女生基本一致,呈现出集中与多元化并存的格局,从单纯追求生理价值逐步转向生理、精神与社会价值的统一,性别差异在其价值取向上也略有不同,如应付考试的平均选择系数女性0.99、男生0.4,提高技能男生1.09、女生仅为0.46,男生依次是娱乐消遣、健身健美、提高技能、掌握技术,女生依次是娱乐消遣、健身健美、应付考试、发展个性。

表3 参与休闲体育的动机(平均选择系数)

Table III Motivation of Participating in Leisure Sports (Average Selection Coefficient)

	健身健美	娱乐消遣	交际	掌握技术	应付考试	发展个性	审美	提高技能
男生	1.39	2.49	0.57	0.96	0.40	0.76	0.33	1.09
女生	1.99	2.28	0.48	0.52	0.99	0.80	0.48	0.46
总体	1.68	2.39	0.53	0.75	0.68	0.78	0.40	0.79

注:男生总选择人数1883、总项目8、平均选择人数235.38,女生总选择人数1695、总项目8、平均选择人数211.88,总体总选择人数3578、总项目8、平均选择人数447.25,平均选择系数=总选择人数÷总项目。

对体育活动非常爱好和爱好的男生为19.06%和60.91%,女生为6.86%和50.91%,累积频率男、女生分别达80.51%和57.77%,说明大学生对体育很爱好,有极大的亲和力,总体上女生比男生的爱好程度要低,但女生有24.39%处于不确定状态,可以通过推广新颖项目、适宜的组织形式、加强辅导、加强学生对体育与个人发展、与社会未来发展重要性认识的教育,促使她们转化。对保持和增进健康方式的选择,综合排列和第一中选频数相同且男女生相同,依次为:保持规律生活、保持良好心态、营养、保持充足睡眠、参加体育活动、改掉不良习惯。认为保持和增进健康的方式应该首推合理的生活规律,其次是良好的心态,最后才是参加体育活动,具有

明显的中国传统的养生色彩,重视心理的调节,忽视运动对人体的作用,但美国总统健康与运动理事会的专家们认为人的健康状况10%取决与医疗,而90%取决与生活水平和从事体育运动的条件^[6]。说明大学生对体育的作用缺乏科学、理性的认识。

2.3 体育行为

大学生周锻炼次数平均2.01次,女生周锻炼次数1.6次明显少于男生2.39次,整体标准差1.19次,说明离散程度较大,即参加次数较少的人占绝大多数,而参加次数较多的人占少数。



每次锻炼时间女生 34.92 min 少于男生的 54.8 min, 女生离散系数 0.945 高于男生的 0.526 和整体的 0.648, 可见女生的分布比男生和整体更为分散。整体偏态系数 0.562, 说明参加时间长短的分布是右偏分布, 且偏离的程度较大。(见表 4) 这与参加的项目特点、运动技术的复杂程度、运动习惯、心理特点有关。

表 4 每次参加体育活动持续时间 (min)
Table IV Exercise Duration Each Time (Minute)

	均值	标准差	离散系数	偏态系数
男生	54.80	28.84	0.526	—
女生	34.92	32.99	0.945	—
总体	45.35	29.39	0.648	0.562

在锻炼时间上有性别差异, 男生多选择下午、傍晚, 而女生更倾向于晚上。科学的锻炼时间应在下午 4~6 点, 可见大学生的体育锻炼时间既有科学性, 也是高校教育时间的规定安排。以上结果反映了大学生对体育锻炼具有积极的行为表现, 但是练习的次数和时间仍不够充足, 由此看来, 应重点提高他们参加的次数和时间, 特别是优先解决女大学生参加体育锻炼。

体育消费与家庭的经济生活条件有直接的关系, 这在一定程度上制约了大学生参加体育活动。安徽是一个农业大省, 农村居民人均生活消费支出仅 1 814 元, 每月家属每月给予的生活费用仅 384.7 元, 既要维持日常生活, 又要有必须的交际开支, 男生年消费为 74.53 元, 女生更少, 仅 41.11 元, (见表 5) 还是用于必要的服装和器材, 总体 58.64 元远远低于全国的水平。男生、女生和总体三者离散程度接近, 女生稍大于男生和总体, 分布更加分散。且三者都为右偏分布, 说明用于体育消费投入较少的人占绝大多数, 女生更加显著, 偏态系数竟达到 2.36, 偏斜的程度极大。男生在选择 201 元以上的选项上竟达到 11.46%, 说明这部分学生存在炫耀消费, 与林建军等人的研究表明“不同性别的高校学生在攀比炫耀动机、体育成就动机、社交娱乐动机存在显著性差异, 男生高于女生的结果”^[7]一致。

表 5 每年用于体育方面的消费 (元)
Table V Sport Consumption Each Year (¥)

	均值	标准差	离散系数	偏态系数
男生	74.53	70.33	0.944	1.080
女生	41.11	48.39	1.180	2.360
总体	58.64	63.11	1.080	1.550

总体上来看, 体育消费偏低, 男生高于女生, 与大部分学生较为贫困, 经济条件较差, 注重在文化知识、生活用品、智力方面的投资, 忽视对体育的投资有关。另外受人文环境、经济的影响, 消费观念、消费意识还没有根本转化, 在消费结构方面表现为重实用和耐用。这就决定目前的体育消费服装、器材等实物消费为主。集中于购买体育服装、体育器材和体育报刊图书, 用于体育培训消费、观看比赛门票的比例很低。

2.4 项目、场馆和组织形式

统计结果表明, 大学生在体育活动项目的选择上, 既体

现集中性, 同时也体现出兴趣广、选择面宽的特点, 主要集中在跑步及球类项目上。但其它项目也有很多学生爱好, 总体排序依次是乒乓球羽毛球、跑步、三大球, 男性和女性对于体育锻炼活动项目的偏好是不同的。男性比较偏好对抗性和挑战性比较高的体育锻炼项目如三大球, 而女性更偏好如乒羽、跑步、健美操等不太剧烈的活动。健美操的区别最大, 女生排第三, 男生排最后一位。武术比较靠后, 表明传统体育项目没有得到很好的开展。项目的选择上与其它地方、人群调查有别, 如刘德佩调查沈阳、南京的结果, 其居民选择体育生活内容的顺序为散步类、大球类、小球类、跑步类和武术类, 表现出运动项目的选择有一定的区域性特点^[8]。这些特点的形成是由于地理环境、体育价值观体系、文化规范、社会时尚等综合作用的结果。锻炼场所主要集中在校内免费场馆和公园道路旁, 平均选择系数分别为 2.08、0.79。校外经营性、校内收费体育场馆分别仅为 0.23、0.28, 表现出高度集中趋势, 注重就近、经济、实效, 这符合日常生活规律和经济特点, 这也说明有极少数的学生选择了收费校内外场馆锻炼。与 2001 年中国群众体育现状调查我国城乡居民参与体育活动的场所依然以非经营性的体育场所为主情况相吻合^[9]。但可喜的是, 女生参加正式群体的比率是男生的一倍, 说明一部分女生参加体育俱乐部、健身坊等制度化、规范化、正规化程度高的正式群体。相比较而言, 大学生更钟爱于参加临时群体, 比其它各项更为显著, 其次是个人 (见表 6)。锻炼形式这种选择趋势, 说明大学生把体育锻炼作为一种和同学进行交往、沟通感情、建立良好人际关系的机会, 当然这种选择结果与体育运动某些固有特点, 如集体项目需要多人参与有关。也说明高校体育组织、体育团体较少, 学生体协未能发挥作用。

表 6 活动的主要组织形式 (%)
Table VI Main Organization Forms of Activities (%)

	个人	临时群体	正式群体	非正式群体
男生	25.41	53.92	6.22	14.23
女生	30.34	44.66	12.26	12.80
总体	27.75	49.64	9.05	13.55

2.5 参与保障

保障大学生参与体育生活方式有内在和外在条件两个层面。随着社会生活质量的提高、人们对体育功效的认识和体育事业迅速发展的影响, 来自思想认识的内在因素已不是影响个人体育健身生活方式的主要因素 (见体育意识分析), 而是普遍认为时间、经济条件、组织指导等外在条件在起主要作用。

大学生每日闲暇时间的拥有量 (可支配的自由时间) 为 3 h 55 min, 每月生活费用是 384.7 元, 且学校每学期组织体育生活方式指导培训的次数偏少, 有 53.62% 学生认为学校一次都没有进行培训, 36.09% 学生认为学校只进行 1~2 次的培训, 在体育指导员方面, 有 69.57% 的学生认为在日常体育活动没有体育指导员进行指导。此外, 生活方式形成的主阵地家庭也没有发挥应有的作用, 在体育生活方式形成的影响因素中受家庭影响只排在第五位。普遍认为影响参与休闲体育活动最主要因素是缺乏场地器材, 缺乏恒



心、技术指导,无时间排在它的后面,经济困难在倒数第二位,女生缺乏恒心表现的比男生突出,其它因素男、女生无显著差别。与张华君对我国大学生课余体育锻炼影响因素统计结果基本相同^[10]。在现代社会中,传媒环境是对大学生产生重要影响的社会环境之一^[11]。大学生体育信息摄取的途径主要是电视和报刊杂志,男、女生对网络和体育课的认同程度不一样,网络在男生选择中是第三,而女生是最后一位,体育课在女生的选择中是第四位,而男生的认同程度不高,是最后一位。但传媒环境在体育生活方式影响因素中也只排在第六位。个人认识、同学影响、学校教育和社会影响在前四位,这也说明大学生对体育促进健康的认同度较高。

可见安徽大学生体育生活的开展只有一定的思想基础,良好的时间、经济、组织指导条件还不完全具备,外在条件对大学生参加体育锻炼的制约是非常重要的。

3 结论

3.1 安徽大学生参与体育锻炼的动机呈现集中与多元化并存的格局,对体育的认知水平还比较低,体育意识亦不太强。

3.2 闲暇时间高于社会平均闲暇时间拥有量,男生体育活动花费时间多于女生,活动方式表现出多样化的趋势。家庭给予生活费用只能维持较低的生活水平,无太多经费投入体育。具有积极的体育行为表现,但是练习的次数和时间仍不够充足。

3.3 大学生在体育活动项目的选择上,既体现集中性,同时也体现出兴趣广、择面宽的特点,主要集中在跑步及球类项目上。

3.4 体育消费偏低,男生多于女生,体育消费以服装、器材等实物消费为主。

3.5 大学生选择非经营性场馆为主,学校每学期组织体育生活方式指导培训的次数偏少,同时缺乏体育指导员指导,影响参与休闲体育活动最主要因素是缺乏场地器材,缺乏恒心、技术指导,经济并不是影响的主要因素。

参考文献

- [1] 安徽统计局. 安徽与浙江主要指标对比分析[EB]. <http://ahtjj.ah.gov.cn>
- [2] 苗大培. 论体育生活方式[M]. 北京:北京体育大学出版社, 2004.
- [3] 张子沙, 张外安. 城市中学生体育生活方式的社会学窥探[J]. 体育科学, 1990, (6): 15-20
- [4] 国家体育总局(全民健身指导丛书)编委会. 全民健身与生活方式[M]. 北京:北京体育大学出版社, 2002.
- [5] 苗大培. 论体育生活方式[M]. 北京:北京体育大学出版社, 2004.
- [6] 国家体育总局体育信息研究所[J]. 国外体育动态, 2000, (5): 6.
- [7] 林建军, 徐晓艳. 浙江省高校体育消费结构的统计分析[J]. 浙江体育科学, 2002, 24(6): 4-6.
- [8] 刘德佩. 我国城市居民体育现状及其发展战略思考—沈阳南京两地社会抽样调查的总体报告[J]. 福建体育科技, 1996(1).
- [9] 体育总局. 中国群众体育现状调查结果报告. <http://news3.xinhuanet.com>
- [10] 张华君, 宋丽亚. 大学生课余体育锻炼现状的调查分析[J]. 浙江体育科学, 2003, (2).
- [11] 王慧琳. 影响大学生接触体育信息的因素[J]. 当代传播, 2005, (1).

(责任编辑: 陈建萍)