

珠江三角洲城市中小學生閑暇體育開展的情況

董廣新¹, 洪少鋒²

(1. 廣州體育學院 體育教育學二系 廣東 廣州 510075; 2. 廣州大學 公共體育教研室 廣東 廣州 510056)

摘 要:以珠江三角洲城市中小學生為研究對象, 採用問卷調查的方法, 對中小學生在閑暇時間里開展體育活動進行了全面的調查和分析。結果表明 (1) 大部分中小學生能抽時間參與到體育活動中來 (2) 參加課餘體育活動的主要目的是增強體質和消遣娛樂 (3) 在項目選擇上中學生偏重於球類和游泳, 小學生偏重於體育遊戲 (4) 體育消費明顯提高, 活動場所仍以校內為主 (5) 阻礙其參加體育活動的主要因素是: 怕耽誤學習、無活動場所和缺乏技術指導。

關 鍵 詞: 珠江三角洲城市; 中小學生; 閑暇體育

中圖分類號: G812.5 文獻標識碼: A 文章編號: 1006-7116(2002)06-0109-03

Development condition of leisure sports of elementary and secondary students in city of Zhujiang River Delta

DONG Guang-xin¹, HONG Shao-feng²

(1. Department of Physical Education, Guangzhou Institute of Physical Education, Guangzhou 510075, China;
2. Public Section of Physical Education, Guangzhou University, Guangzhou 510056, China)

Abstract: As objects of study, the students in the city of Zhujiang River Delta were investigated and analyzed for their sports in spare time by the way of correspondence investigation. Results were as follow: 1) all part of students have time to take part in sports. 2) The main purpose is to build up their physiques and entertainment. 3) Secondary students like more playing ball and swinging, elementary students like more playing games. 4) The sports consumption has risen obviously, and their playing areas were in school mainly. 5) The main factors to hamper their taking part in the sports were fear to miss their classes and have no sports areas and lack technique instruction.

Key words: city in Zhujiang River Delta; elementary and secondary students; leisure sports

對珠江三角洲富裕城市(廣州、深圳、珠海、佛山、中山、順德等)的中小學生閑暇體育開展的現狀進行了調查, 於2000年9月, 在各學校的體育教師的幫助下, 向20所中學發放自制問卷3 012份, 回收2 914份, 回收率為96.7%, 其中無效卷78份, 有效率為94%; 向16所小學發放問卷2 078份(問卷表可由家長代填), 回收1 984份, 回收率為95.4%, 其中無效卷68份, 有效率為92.2%, 對回收表格進行數理統計與分析。

1 中小學生體質現狀及發展閑暇體育的必要性

廣東省近年對中心城市中小學生身體狀況的調查顯示: 當前中小學生體質健康狀況存在有六大突出問題, 一是反映學生形態發育水平的胸圍明顯下降, 7~18歲男女生與20世紀90年代的男女生比較, 總平均值分別下降1.6 cm和1.36 cm; 二是反映心肺功能的肺活量指標明顯下降, 尤其是農村學生的肺活量下降更為明顯; 三是反映力量水平的引體向上、斜身引體指標明顯下降; 四是

反映耐力素質的中長跑水平呈下降趨勢; 五是少年兒童肥胖及超重檢出率呈逐年上升趨勢; 六是中小學生視力低下率居高不下, 且日趨嚴重, 10年間視力低下率小學生平均每年增加8.37%, 中學生平均每年增加2.41%^[1]。

影響學生體質健康的因素是多方面的。但有關專家認為, 學生學業負擔過重, 睡眠不足, 學習壓力大, 體育鍛煉時間不足和強度不夠, 是導致學生力量和耐力等身體素質下降的主要原因。學生視力低下率居高不下的狀況除遺傳、環境等因素外, 學生的負擔過重和體質差是最主要的因素。

過重的課業負擔勢必使學生忙於应付各種作業, 這不僅影響學生獨立思考能力的培養, 不利於我們的素質教育, 也不利於學生身體的健康發展。現在, 大多數家庭都是独生子女, 生活條件也好了, 家長有“望子成龍”的心情, 希望子女能受到更好的教育。我們的學校、教育部門應把家長希望子女成材的迫切願望、教師教书育人心的

情和学生学习的积极性,引导到正确方向上来,全面提高青少年素质,不能整天把他们禁锢在书本上和屋子里,要让他们参加体育锻炼和社会实践,开阔他们的视野,增长他们的社会经验^[2]。

利用课余的闲暇时间开展各种健身活动,不仅有助于学生消除紧张学习所造成的心理和生理上的负担,而且通过有目的有计划的健身活动,放松和调整身体的紧张和疲劳,以更充沛的体力和精神投入到学习,提高学习效率。

2 中小学生学习的时间、内容、场所及消费水平

(1) 闲暇体育的时间

中小学生学习正处于身体发育的两个敏感期,单靠每周两节体育课的时间是不够的。在教育部门发出《关于在中小学减轻学生过重负担的紧急通知》前,中小学生学习负担过重,每天课外作业量普遍达3~4h,有些学习甚至每天高达5h以上^[3],学生连睡眠的时间都不足,何谈闲暇体育。

“减负”后,各学校都采取了相应的措施,减轻了学生书包重量和课外作业量,使学生的闲暇时间相应增加。在“减负”中减出的大量闲暇时间,学生如何合理支配,一直是教育工作者和学生家长关心的事。针对此问题,本课题调查了“减负”后中小学生学习如何使用课余闲暇时间,发现“学生在课余闲暇时间里主要开展”体育健身活动、参加兴趣小组、交友娱乐、复习功课”等几项活动。其中,参加体育活动的人数最多,中学生占82.1%,小学生占90.4%;交友娱乐“和”复习功课”的人数,中小学生在50%~60%间,中学生人群稍高于小学生,但表现出一致的特点(见表1)。

表1 中小学生学习课余闲暇时间的支配

人群	体育活动		兴趣小组		交友娱乐		复习功课		其它	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
中学生	2328	82.1	1004	35.4	1736	61.2	1664	58.7	888	31.3
小学生	1732	90.4	598	31.2	1067	55.7	983	51.3	621	32.4

针对中小学生学习群体中有较多的人在课余闲暇时间里参与体育活动,本课题调查了中小学生学习参加体育活动的动机(结果见表2)。发现其主要目的是“增强体质”和“消遣娱乐”,中学生所占的比例分别为83.4%和73.5%;小学生为87.8%和80.2%。小学生稍高于中学生。在“参加比赛”和“交友”选择项中,中学生比例稍高于小学生,证明中学生已有了参与社会和渴望独立的意识。

表2 中小学生学习参加体育活动的动机

人群	增强体质		消遣娱乐		参加比赛		社交		其它	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
中学生	2365	83.4	2084	73.5	769	27.1	748	26.4	831	29.3
小学生	1682	87.8	1537	80.2	372	19.4	329	17.2	471	24.6

“减负”后中小学生学习平均每周用于健身时间超过4h的人数比“减负”前高出了13.0%,健身时间在2~4h之间的人数提高近9.0%,没有参加体育活动的人数由9.9%下降到0.5%;小学生在“减负”后每周用于健身时间超过4h的人数比“减负”前高出12.0%,健身时间在2~4h内的人数提高近14.0%,没有参加体育活动的人数由7.6%下降到0.7%(见表3)。

表3 中小学生学习平均每周健身时间 %

人群	4h以上		2~4h		2h以下		无	
	前 ¹⁾	后	前	后	前	后	前	后
中学生	18.6	31.7	39.4	48.2	32.1	19.6	9.9	0.5
小学生	25.4	37.8	37.7	51.0	29.3	10.5	7.6	0.7

1)前—减负前,后—减负后

(2) 闲暇体育的内容

中小学生学习参加体育活动的项目主要有:跑步、球类、游泳、体育游戏和武术等(见表4)。中学生与小学生在体育项目选择上有明显的差异。在“球类”和“游泳”项目中,中学生群体比例明显高于小学生群体。究其原因,球类项目对参与者的力量、速度和灵敏等素质要求较高,小学生的身体素质还不完全适合于此类项目的开展,特别是大球项目。游泳项目的危险性较高,如果没有大人的陪同或有较好的组织和管理,学校和家一般限制小学生独自或结伴游泳。而中学生的独立和自我保护及约束能力相对较强,到组织管理较好的游泳场所去游泳,家长相对较放心。体育游戏的趣味性较强,又能结合小学生的年龄特点,所以52.2%的小学生都曾参与过体育游戏活动。可见,对体育活动的内容选择上,体现了不同年龄阶段的生理和心理特点。

表4 中小学生学习参与闲暇体育活动项目 %

人群	跑步	球类	游泳	武术	体育游戏	其它
中学生	47.2	53.1	37.6	18.3	29.6	23.5
小学生	56.3	30.7	32.8	16.5	52.2	21.4

(3) 闲暇体育的场所

调查表明:中小学生学习参加体育活动的场所主要以校内为主,其次是收费场馆(见表5),说明中小学生学习都具有了较高的体育消费能力。可见,中小学生学习将是今后体育消费的主要群体。

表5 中小学生学习参加体育活动场所 %

人群	校内	收费场馆	家中	街道空地	公园	其他
中学生	87.2	52.7	19.5	31.1	16.4	22.3
小学生	84.6	40.4	20.2	47.8	21.6	21.9

(4) 体育消费水平

从表6中可以看出,中小学生学习“减负”后体育消费水平显著提高。近3成的学生平均每月消费在30元以上,

一半以上的学生平均每月消费在10~30元之间,每月体育消费不足10元的从“减负”前的近半数下降到不足2成,每月没有体育消费的中小學生分别下降到1.9%和1.2%。中学生和小学生的体育消费水平没有显著差异。中小学生的“减负”扩大了体育消费市场,并将成为体育消费的主要人群,使体育消费市场开发前景看好。

表6 “减负”前后中小學生平均每月体育消费 %

人群	30元以上		10~30元		10元以下		无	
	前 ¹⁾	后	前	后	前	后	前	后
中学生	12.3	28.1	35.4	50.4	45.3	19.6	7.0	1.9
小学生	9.8	25.5	36.3	53.2	47.7	20.1	6.2	1.2

1)前—减负前,后—减负后

3 影响中小學生参与课外体育活动的因素

调查发现(表7),影响中小學生参与课外体育活动的因素依次为:怕耽误学习、无活动场所、缺乏技术指导、学习任务重、无时间、其它。其中4成多的学生非常想参与各类体育活动,但因学校和家长担心过多参与体育活动影响其学业而不敢参与的矛盾心理。

表7 影响中小學生参与课外体育活动的因素 %

人群	怕耽误学习	无活动场所	缺乏技术指导	缺少经费	学习重没时间	其它
中学生	45.1	38.6	31.4	29.8	27.2	20.9
小学生	40.5	37.3	42.7	22.3	10.9	23.8

另外,有31.4%的中学生和42.7%的小学生抱怨缺乏体育运动专业技术指导。有些体育运动技术性很强,中小學生兴趣很大,但由于缺乏技术指导而无法开展。近段时间,一些体育院校和体育俱乐部相继开设了一些中小學生及少儿的各项体育辅导班,学生参与踊跃,由于受规模限制,仍无法满足社会需求。

影响中小學生参与课外体育活动的另一个因素是费用太高。中小學生的兴趣广泛,喜欢参与的是一些难、新、时髦的运动,很少有人会像中老年人那样参加一些如跑步、太极、做徒手操等低投入的项目。而他们感兴趣的项目大多需要较高的投入,购买一些体育器材,如:轮滑车、轮滑鞋、篮球等少则几十元,多则几百元;游泳门票1h少则5~6元,多则10多元;运动场租少则几元,多则几十元;参加体育辅导班每期都在200~300元间,这样的消费对普通的家庭来讲都有压力,对下岗职工家庭的子女来讲简直是望而却步的。

4 对发展中小學生闲暇体育的几点思考

(1)充分利用“减负”时机,积极引导中小學生参加课外体育活动。中小學生的天性是爱玩、爱动,我们要充分利用学校“减负”的时机,引导他们参加体育活动,避免他们因闲暇时间过多而“学坏”。“减负”开展了近一年的时间,中小學生的闲暇体育开展取得了很大的成就,但仍有

许多不足之处。首先,应进一步加强体育宣传的力度,进一步提高学生及家长的体育健康意识和体育消费意识;其次,学校及社会各种体育娱乐俱乐部和健身场所应向中小學生敞开大门,减低成本,为中小學生闲暇时间的健身提供条件,并举办各种形式的健身活动,吸引更多的学生积极参加健身运动。同时,体育教师、社会体育指导员应针对中小學生的年龄特点,加强对学生闲暇时间健身活动的指导,提高其健身效果。

(2)以“减负”契机,推动“体教结合”的开展。从体育和教育的发展趋势上来看,今后必然要走“体教结合”的道路,改变当前的“运动员大学生”为以后的“大学生运动员”,体教结合,优势互补,共同发展。既拓宽了选苗子、选好苗子的面,又指导和帮助了学校课余训练,发挥体育系统的资源优势。学校的课余训练是素质教育的重要手段。充分发挥教育部门和学校的积极性,培养学生的体育意识和体育兴趣,从增进学生健康着手,组织开展小型多样、生动活泼的竞赛活动,依托学校、依托社会,走一条体育训练社会化的新路子。轰轰烈烈开展闲暇体育的氛围,有利于培养、造就一批优秀的学生运动员。同时,尖子的学生运动员也能够影响和带动学校闲暇体育的开展。

5 结论与建议

(1)“减负”后,中小學生的课余时间增加,在课余的闲暇时间里,大部分学生都能从事和开展各项体育活动。

(2)中小學生参加课余体育活动的主要目的是增强体质和消遣娱乐。

(3)在课余运动的项目选择上,中学生偏重于球类和游泳,小学生偏重于体育游戏。

(4)“减负”后中小學生体育消费明显提高,但活动场所仍以校内为主。

(5)影响中小學生参与体育活动的障碍性因素主要是怕耽误学习、无活动场所和缺乏技术指导。

(6)建议教育部门和学校应有计划、有目的地组织开展各种形式的健身娱乐活动,吸引更多的学生参与闲暇体育活动。同时,中小学体育教师在体育课教学中应着重培养学生的健身意识,帮助学生掌握多种简单有效的健身方法与手段,培养其自觉参加体育锻炼的能力。布置课余体育锻炼作业,成立各项体育兴趣小组。另外,政府部门应制定有关青少年学生活动场所建设和管理的优惠政策,防止经营的场馆因收费太高而把大量的中小學生拒之门外。

参考文献:

- [1]郑君.各方“变通”减负“不易”[N].南方日报,2000-03-19(A3).
- [2]江泽民.关于教育问题的谈话[N].南方日报,2000-02-20(A1).
- [3]熊萍.别和孩子过不去[N].南方日报,2000-02-21(A3).

[编辑:李寿荣]