

长株潭地区医学类院校学生体育运动情况的现状及对策研究

刘毅,梁四海

(广州体育学院 研究生部,广东 广州 510500)

【摘要】通过调查长株潭地区医学类院校学生的体育态度、参与体育运动的价值取向、体育运动项目的选择和学生的体育运动频率四个方面的情况,可以指导学生科学地进行体育锻炼,促进医学类院校体育工作的开展。

【关键词】医学类院校;大学生;体育运动

【中图分类号】G807.4 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2009)02-0117-03

体育运动是以增强体质、促进身心健康全面发展、丰富社会文化生活和促进精神文明为目的的一种有意识、有组织的社会活动,也是实现学校体育目的和任务的重要组成形式。为了有效地提高大学生参加体育运动的自觉性与科学性,提高大学生体育锻炼的效果,本文调查研究长株潭医学类院校学生参加体育运动的现状,从学生的体育态度、体育运动价值取向、参与体育运动的内容和学生参加体育运动的频率四个方面发现存在的问题,并探索一些措施,以便指导学生参加体育运动和更好的发展长株潭医学类院校学校体育。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

以长株潭医学类院校的学生为样本,采取随机抽样的方法选取了湖南师大医学院、湖南中医药大学、长沙医学院、湖南中医药高等专科学校和湘潭卫校的学生为研究对象。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

查阅有关的心理学书籍和学生健康、学生体育锻炼等文献资料和期刊,为全面了解长株潭医学类院校大学生的体育运动现状提供理论支撑。

1.2.2 问卷调查法

本文随机抽取了湖南师大医学院、湖南中医药

大学、长沙医学院、湖南中医药高等专科学校和湘潭卫校5所普通医学类院校一、二年级大学生,发放问卷1000份,回收915份,回收率为91.5%,有效问卷874份,有效回收率为87.4%。

1.2.3 数据统计法

采用常规统计方法,对数据进行统计分析。

2 结果与分析

2.1 长株潭医学类院校大学生体育态度的调查

态度是个体对待人或事物较一贯、固定的心理倾向。体育态度是指个体对体育活动所持有的评价、体验和行为倾向的综合表现,即包括评价、体验和倾向三个方面。大学生参与体育运动的行为是建立在自己对体育运动认识态度的基础之上。从表1的调查中我们可以发现:有96.6%的学生喜爱参与体育运动或者体育锻炼,仅有3.4%的学生不喜爱参加体育运动。但是他们在体育运动认识态度中体验和具体的行为倾向两方面认识还是不够,特别是有62.3%的学生对“身体素质练习”持否定态度,只有24.6%的学生参加了学校文体社团或者是学校、系部组织的训练队伍,仍有47.3%的学生对体育理论课教学不太感兴趣。调查表明:长株潭医学类院校大学生对体育运动或者体育锻炼的认识还只是停留在表面的喜好上,并没有了解到体育理论知识和身体素质练习对体育运动的指导和促进作用。

表1 长株潭医学类院校大学生的体育态度调查统计表(n=874人)

内容	是(%)	否(%)
是否喜爱参与体育运动或者体育锻炼	96.6	3.4
是否参加学校体育运动组织或者体育协会	34.6	65.4
是否喜欢身体素质练习	35.3	64.7
是否喜欢体育理论课教学	52.7	47.3

2.2 长株潭医学类院校大学生体育运动的价值取向调查

学生参与体育运动不是盲目的,而是为了满足

自身的体育需要,反映了学生参与体育运动的动机。调查结果有54.92%的学生选择了提高健康水平的价值取向,这一选择说明长株潭医学类院校的

大学生认识到了健康第一的体育指导思想,认识到医学与健康、体育运动之间的关系。另有 15.33% 的学生选择缓解学习压力和 9.73% 的学生选择增进交

往,在大学的学习过程中,这部分学生认为学习医学知识有一定难度,同时在进行体育运动的过程中也可以相互增进友谊,提高自己的交往能力。

表2 长株潭医学类院校大学生体育运动价值取向调查统计表 单选(n=874人)

	调查人数	提高健康水平	缓解学习压力	提高体育成绩	增进交往	满足兴趣爱好	娱乐消遣	不清楚
湖南师大医学院	160人	90	27	7	14	12	6	4
湖南中医药大学	182人	98	32	13	18	13	5	3
长沙医学院	172人	92	26	8	20	15	6	5
湖南中医药高专	184人	104	26	12	17	18	5	2
湘潭卫校	176人	96	23	9	16	19	9	4
总计	874人	54.92%	15.33%	5.61%	9.73%	8.81%	3.55%	2.06%

2.3 长株潭医学类院校大学生体育运动项目选择的调查

体育运动项目的选择一般受人们的体育需要、体育价值取向、体育活动环境、体育活动经验等因素的制约。而医学类院校的大学生由于其专业的特点,他们是未来的新型医护人员,既是体育运动的积极实践者,又是体育运动的指导者。医学类院校大学生对体育运动项目的选择还与他们所学的医学专业,医学类学校体育课程的开设情况和医学类体育教材有关。从表3中可以看出:健美操参加人数占调查总人数的30%、武术占21.62%、篮球占14.18%,羽毛球占14%,排球占13.5%。健美操参加

人数比较多,排在第一位,这与医学类院校的专业设置和学生的性别有较大关系,一方面,护理专业课程设置中规定必须学习形体健美内容,并且护理专业女生人数相对多;另一方面,大学生选择健美操的目的是为了塑造完美体形、优美姿态、陶冶情操等。武术在大学生参加运动项目中排在第二位,这与医学院校的课程设置和对学生的要求有十分重要的关系,特别是康保专业课程设置有与武术教学相关相连的内容。大学生对篮球和排球的选择,表现了大学生喜欢对抗性强、身体接触多、融技战术为一体的运动项目,在强身健体的同时提高能力、磨练意志。

表3 长株潭医学类院校大学生参加的运动项目调查统计表(n=874人)

	调查人数	篮球	健美操	武术	羽毛球	排球	其它
湖南师大医学院	160	23	48	35	21	21	12
湖南中医药大学	182	26	55	39	25	24	13
长沙医学院	172	24	52	37	24	23	12
湖南中医药高专	184	26	55	40	26	27	10
湘潭卫校	176	25	53	38	25	23	12
总计	874	124	263	189	121	118	59
		14.18%	30%	21.62%	14%	13.50%	6.75%

2.4 长株潭医学类院校学生体育运动频率的调查

体育运动频率是指在单位时间内参加体育运动的次数。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学的效果。从表4中我们可以看出,每周锻炼3次的人数最多,占总人数的38.55%,属于比较正常,而且每周锻炼3次以上的人数占75.27%。究其原因,首先,学校为学生提供了一个较好的校园体育文化氛围;其次,学校的课外体育竞赛开展比较频繁,各学院或者系部之间的体育比赛热情高、竞争激烈,促进了学生体

育锻炼的开展;最后,体育教学工作做到实处,把体育成绩和学生体质健康测试加入到学生期末考核和各种学生优秀评比当中,加强了学生参加体育活动积极性。

3 结论与建议

3.1 结论

3.1.1 长株潭医学类院校大学生参与体育运动的热情很高,但是没有了解到身体素质练习和体育理论知识对体育运动的影响。

3.1.2 长株潭医学类院校大学生体育价值取向基本

是以“健康第一”的指导思想参与体育运动。

动项目以健美操、武术、篮球为主,且体育运动频率较理想,每周锻炼三次的人数较多。

3.1.3 长株潭医学类院校大学生经常从事的体育运

表4 长株潭医学类院校学生周运动次数调查统计表(n=874人)

次数		1	2	3	4	5	6
湖南师大医学院	160人	9	24	62	31	27	7
湖南中医药大学	182人	10	27	70	35	31	9
长沙医学院	172人	10	26	66	33	29	8
湖南中医药高专	184人	10	28	71	36	31	8
湘潭卫校	176人	10	27	68	34	30	7
总计	874人	49	132	337	169	148	39
		5.60%	15.10%	38.55%	19.33%	16.93%	4.46%

3.2 建议

3.2.1 树立正确的体育运动观念。通过体育理论课加大体育知识的学习,并引导这部分学生积极、主动、科学的加入到体育锻炼的队伍中来。

3.2.2 建立良好的校园体育文化氛围。学校可以通过举行一年一度的田径运动会或者体育文化节,参加高水平的比赛或表演,以及丰富多彩的系部、班级活动,吸引更多的学生参加体育运动,激发学生追求胜利的渴望,提高学生的应变能力和社会适应能力。

3.2.3 建立人性化的体育教学模式。针对学生喜爱的运动项目,推动学校体育教学内容和形式改革的步伐,使学校体育教学更趋于实效性,根据学生的

兴趣、爱好来合理地安排课程内容。

3.2.4 加强学校体育运动的管理。首先根据国家对学校体育的要求、学校的实际情况和学生的特点,体育运动管理应该在人力资源、体育设施、体育场地等配备上周密地安排,合理地整合,适应大学生对体育运动的需要。其次,重视体育教师队伍建设,配备合理的师资队伍,并提高自身的业务水平,针对性地辅导学生的体育锻炼。最后,直接加强对各种体育俱乐部、体育协会的组织,培养体育积极分子也参与到体育运动的管理中来,使相对松散的学生能够形成一个整体来开展体育运动,这样就能够提高组织管理的效率,形成良好的体育文化氛围。

注释及参考文献:

- [1]熊丕炯.普通高校学生体育参与意识的调查与分析[J].湖北体育科技,2002,21(2):159-161.
- [2]王刚.体育文化与校园文化之研究[J].安徽体育科技,2006(1):79-81.
- [3]翟林,翟寅飞.湖北省高校研究生体育健身活动现状的调查与分析[J].湖北体育科技,2006,25(5):614-616.
- [4]郑李茹,林少娜.大学生体育锻炼习惯的调查研究[J].湖北体育科技,2001,20(4):113-115.
- [5]祝蓓里.体育心理学[M].北京:北京高等教育出版社,2000:86.

Research on Investigation and Countermeasures for the Sports of Changzhutan Regional's Medical College Students

LIU Yi, LIANG Si-hai

(Postgraduates Department of Guangzhou Sport University, Guangzhou, Guandong 510500)

Abstract: This paper surveys the four aspects information of sport state which include the students' attitude of sports, the values of participation in sports, the choice in sports and the frequency of sports in Changzhutan medical colleges. All this information could guide students to do their physical exercise more scientifically, and this data could promote medical colleges sports work's development.

Key words: Medical college; University students; Sports