

河南省中学教师体育生活方式的社会学调查与分析

翟方

(河南师范大学 体育学院,河南 新乡 453007)

【摘要】从体育生活方式的视角对中学教师进行调查、访谈,利用社会学的理论进行分析,目前河南省中学教师体育生活方式现状中:健身、娱乐、完善、精神调节的体育健身动机代表了当前河南省中学教师对体育生活方式的认识;由于对家务劳动即为体育运动的变相的理解,相当部分老师把家务劳动作为首要的业余时间安排;教师参加体育运动的方式出现扩大化、现代化趋势;主要利用个人生活习惯、生理习惯安排体育运动时间;健身空间以校内健身为主。针对存在的问题,提出加强中学教师体育健身生活方式的建议。

【关键词】中学教师;体育;生活方式;调查;分析

【中图分类号】G807.3 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2009)04-0095-04

本研究从体育生活方式的视角进行调查、访谈,利用社会学的理论进行分析,找出目前河南省中学教师体育生活方式现状中的问题,并提出相应的对策与建议,为“全民健身计划”的实施提供科学依据,为中学各级行政部门决策提供参考。

1 研究对象和方法

1.1 研究对象

以河南省城市中学教师体育生活方式为研究对象,以郑州、洛阳、新乡、安阳、焦作、平顶山、开封、商丘8个市的500名中学教师为调查对象,按随机抽取研究样本,其中男教师271名(54.2%),女教师229名(45.8%)。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

本研究查阅2001年《中国群众体育现状调查报告》相关内容,查阅1999~2008年国内期刊相关文章,经过比较分析,作为研究与问卷设计的依据。

1.2.2 问卷调查法

选取了体育生活动机、体育生活内容、体育生活空间、体育生活时间等几项指标,设计了“北京奥运后河南省中学教师体育生活方式问卷”,对上述调查对象进行问卷调查研究,在实施调查问卷前,对问卷进行了信度和效度检验,保证了问卷质量的可靠性。共发放问卷500份,回收问卷500份,其中有效问卷456份,有效回收率91.2%。

1.2.3 数理统计法

调查结果运用SPSS软件进行统计分析。

2 调查结果与分析

2.1 体育生活方式的概念界定

“生活方式”一词最早出现在马克思、恩格斯

《德意志意识形态》的著作中,马克思为我们正确阐释生活方式提供了重要理论资源,并在其著作中揭示了生产方式与生活方式的关系。原苏联和东欧社会主义国家为代表的学术界普遍认为,“生活方式是生命活动方式的总和,是全部生活活动的总和”^[1]。20世纪80年代以来,西方社会学关于生活方式研究体现出生活方式由一个边缘性、描述性概念向一个独立性概念的演化过程,同时又表现为对生活方式所做的特定领域和特定视角的研究^[2]。

20世纪80年代后,我国学者依据前苏联学者对马克思主义关于生活方式的论述开始了对生活方式的研究。对生活方式的理解也分为广义与狭义。从广义上看,王雅琳认为:“作为科学范畴,生活方式是指在一定社会客观条件制约下,社会中的人、群体或全体成员为一定的价值观念所指导的、满足自身生存发展需要的全部生活活动的稳定形式和行为特征。”^[3]王伟光等人作为对生活方式狭义理解的代表,他们认为:“生活方式是在一定的社会历史条件下,形成的人类生活活动形式的总和,它说明人们在何种条件下,结成的何种关系,以何种生活行式在利用生活资料,它反映了人们社会生活活动的内容、特征和形式。”^[4]

1994年,在世界卫生组织和国际运动医学联合会召开的“健康促进与体育(Health Promotion and Physical Activity)”国际会议上,世界卫生组织提出了体育生活方式(Physically active lifestyles)的概念。一年后,日本学者(Saeki.T)在克隆体育大学75周年校庆之际,再次提出作为21世纪的体育是一种“文化生活方式”,即体育生活方式。

苗大培认为体育生活方式就是指在一定社会客观条件的制约下,社会中的个人、群体或全体社

会成员为一定的价值观所指导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^[5]。

综上所述,笔者认为体育生活方式是人类体育活动形式的总和,反映了人们体育活动内容、特征和形式。

2.2 体育生活动机

人们的一切行动都是由一定动机引起的,而动机又是在需要的基础上产生的。当人们的体育需求没有得到满足时,人们内心会产生紧张和不适感,这种感觉达到一定的强度就会产生体育动机。

实际生活中,教师的体育生活动机不是单一的,是由多种动机交织在一起共同推动教师参加体育锻炼的。通过调查统计发现:追求强身健体在教师体育生活动机中占到的比例最大,说明中学教师思想活跃、领会新事物快,充分认识到了体育锻炼

的可贵,对健康幸福的生活追求更加明确;而且现代社会竞争日趋激烈,想在竞争中立于不败之地,身体状况占第一位逐渐被大家所认识;随着现代化生活质量的内涵发生变化,精神生活领域不断拓宽,加之现代生活压力的增加,使中学教师通过体育锻炼来丰富余暇生活的同时,也开始注重自我体型完善(减肥、瘦身)的需求,并且通过体育锻炼放松精神,追求身心愉悦;传统教育的影响,中学教师通过师范教育的熏陶,就可以“传道、授业、解惑”,相当部分教师存在只要站稳“讲台”就万事无忧,有“职称到顶即人生发展到顶”的思想。把自己的生活局限于课堂、家庭,缺少教师与教师、教师与外界的联系以及对多种知识的学习。因此,要加大对体育目的宣传及全面科学指导的同时,更要强调中学教师的自我发展。

表1 教师体育生活动机统计表

| 名称 | 目标 | 选中百分比 | 排序 |
|--------|--------------|-------|----|
| 强身健体动机 | 增强体质、增进健康 | 60.1 | 1 |
| 休闲娱乐动机 | 消遣娱乐、丰富生活 | 19.8 | 2 |
| 自我完善动机 | 自我完善体型、身体状况等 | 11.8 | 3 |
| 精神调节动机 | 精神放松,调节身心 | 8.3 | 4 |
| 社会交往动机 | 增加交往 | 0 | 5 |
| 知识增长动机 | 掌握体育知识、技能 | 0 | 5 |

2.3 体育生活时间

2.3.1 余暇时间安排

在中学,初中工作量:语文/数学/外语为10~12节/周;物理/化学/历史/地理/生物/政治13~15节/周;音乐/美术14~16节/周;高中工作量:语文/数学/外语为8~10节/周;物理/化学/历史/地理/生物/政治11~13节/周;音乐/美术12~14节/周。经过调查显示,中学教师不满工作量的为5.6%,正常工作量的教师占55.9%,超工作量的教师占38.5%。可见,留给中学教师的余暇时间是较少的。在较少的余暇时间中,各项日常生活的必须内容分别占据了一定的比例,使得体育锻炼的比例仅占8.3%,但可以欣喜的看到,参加体育锻炼的人数在增加,较

2001年《中国群众体育现状调查结果报告》增加了3%个百分点。说明,随着教师生活水平的提高,对生活质量和要求和完善也更加重视。在调查中了解到,相当一部分教师认为,家务劳动也是一项体育运动,家务劳动的活动量完全可以代替体育锻炼,这一观念问题也是影响教师参加体育锻炼很重要的因素。另一个倾向是参与第二职业的教师出现。1979年我国实行计划生育后,独生子女家庭增加,学生家长为了孩子的发展,在学习培养方面投入较大的财力、物力,使得校外家教、培训班、辅导班应运而生,高报酬也吸引广大中学教师的参与。所以出现教师余暇时间搞第二职业的现象。

表2 教师余暇时间统计表

| 内容 | 家务劳动 | 社交活动 | 看书报杂志 | 专业文 化学习 | 辅导子 女学习 | 睡觉 休息 | 体育 锻炼 | 购物 | 看花、 养宠物 | 第二 职业 |
|-----|------|------|-------|------------|------------|----------|----------|------|------------|----------|
| 百分比 | 18.1 | 17.3 | 13.3 | 12.5 | 10.7 | 9.7 | 8.3 | 5.9% | 2.8 | 1.4 |
| 排序 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

2.3.2 参加体育锻炼的时间统计

目前,河南省中招体育加试在中招考试中占有

一定的比例,完全可以通过学生个人的努力加分。相当一部分学校为使学生分数高、升学率高,有早

操后早读的时间安排。所以中学教师更愿意早晨锻炼身体。下午第二节课后到晚自习前,学校有大量课间安排,教师也会采取这个时间段进行体育锻炼。这与2001年《中国群众体育现状调查报告》所属我国群众体育活动特点的活动时间多为早晨时相吻合。

表3 教师体育锻炼时间统计表

| 时间 | 早晨 | 傍晚 | 晚饭后 | 工作期间 |
|-----|------|------|-----|------|
| 百分比 | 61.5 | 30.8 | 7.8 | 0 |
| 排序 | 1 | 2 | 3 | 4 |

2.4 体育生活空间

体育生活空间指人们进行体育活动的场所和范围,它是人们进行体育锻炼的物质基础之一。经

过调查显示:教师把学校场馆作为首要的锻炼场所;其次是公路旁、自家庭院等公共体育场所;收费的体育场馆选择为零。

河南省学校体育场馆占全省体育场馆的三分之二,由于涉及到安全、管理费用等问题,大多只对内不对外,学校教师利用这一天时地利进行体育锻炼。从调查中发现,教师几乎都不选择收费的体育场所,主要原因是学校在体育基本设施建设上基本能够满足教师的需要,使教师在体育锻炼的场地上有得天独厚的优势。在市场经济背景下,体育收费场所的出现是一个适应社会发展的趋势,虽然教师在经济上能承受,但是在心理上还是难以接受。

表4 教师体育锻炼地点统计表

| 地点 | 学校场馆 | 公路或街道旁 | 自家庭院或室内 | 公园广场 | 公共的体育场所 | 小区空地 | 田间地头 | 收费场馆 |
|-----|------|--------|---------|------|---------|------|------|------|
| 百分比 | 48.1 | 14.8 | 14.8 | 11.1 | 7.4 | 3.7 | 0 | 0 |
| 排序 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 6 |

2.5 体育生活内容

调查显示中学教师经常参加的体育锻炼的项目集中在:健身走、跑步占28.5%;乒乓球、羽毛球、网球占25%;篮球、足球、排球占14.3%。其次的锻炼项目依次分散为太极拳、健美操、瑜伽、登山、自行车、台球。从调查结果可以看出,中学教师的锻炼项目集中在那些普及面广、简便易行、投入不多并对场地设施要求不高的运动项目中,以健身、娱乐效果好的项目最受欢迎。2006年河南省农民体育健身工程开始实施,在475个行政村建成了“一场两台”(一块混凝土标准篮球场,配备一副标准篮球架和两张室外乒乓球台),这也是篮球、乒乓球运动在农村能够广泛开展的主要原因。而且中学教师体育锻炼的项目内容日渐丰富,像一些比较流行的运动项目教师都开始参与。

2.6 影响中学教师体育锻炼的主客观因素

2.6.1 主观因素

调查结果显示,影响中学教师体育锻炼的客观因素依次为:缺乏兴趣,占35.1%;没有明确的锻炼目的,占27.9%;不喜欢体育锻炼的占22.8%;身体弱不宜参加运动的占14.2%。经过调查显示曾经有体育锻炼的习惯,由于各种原因终止体育锻炼的教师年龄在20~30岁之间的占71.4%;30~40岁之间的占19.0%;40岁以上的占4.8%。

2.6.2 客观因素

调查结果显示,影响中学教师体育锻炼的客观

因素依次为:负担重,无时间占52.1%;缺乏体育场地占26.1%;缺乏指导占13.4%。

3 结论与建议

3.1 结论

对奥运后河南省中学教师体育生活现状的调查表明,健身、娱乐、完善、精神调节的体育健身动机代表了当前河南省中学教师对体育生活方式的认识。由于对家务劳动即为体育运动的变相的理解,相当部分老师把家务劳动作为首要的业余时间安排。教师参加体育运动的方式出现扩大化、现代化趋势。主要利用个人生活习惯、生理习惯安排体育运动时间。健身空间是以校内健身为主。

3.2 建议

3.2.1 对体育运动进行广泛的宣传,增强教师锻炼身体的积极性

通过海报、校园网对参加体育运动的优势进行宣传,增强教师对体育运动的理解;结合教师所能参与到的体育项目的运动方式、裁判法则进行介绍,提高教师的体育兴趣。在对教师进行指导的同时,也增强学生体育锻炼的意识,形成全校师生共同运动的一个良好的氛围。

3.2.2 以学校为单位,根据现有学校资源,组织教职工运动会

学校可以以年级为单位,利用现有的体育设施、体育器材,组织全校教职工进行趣味运动会或各种项目比赛。体育教师作为良好的体育健身教

练起到设计比赛方式,并可以参与对教师进行指导、现场裁判等多种角色。

3.2.3 定期对中学教师进行健康检查,增强教师对自身体质状况的重视

许多教师工作超负荷,心理压力,教师们的身心健康应引起学校党政工领导的高度关注。认真落实《全民健身纲要》,定期对中学教师身体状况进行检查,增强教师对自身体质状况的重视。要提高中学教师的身体素质,要加强平时的身体锻炼,注意健康饮食和合理的作息规律的意识。

3.2.4 减轻中学教师的工作量,合理安排教师的作息时间

余暇时间是高质量生活培养的前提,教师有了空余时间,才会考虑如何把这部分时间过的更充实、更有趣、更有意义。因此,充足的余暇时间,是教师参与体育活动,通过体育运动来提高生活质量的关键。教育部多次提出给中学生减压做法,希望在给中学生减压的同时,也可以减轻中学教师的工作压力,使其有更充足的余暇时间,进行体育运动,提高自身体质状况。

注释及参考文献:

- [1]高丙中.西方生活方式研究的理论发展叙略[J].社会学研究,1998(3):60-62.
- [2]王雅琳.构建生活美——中外城市生活比较[M].南京:东南大学出版社,2003:3.
- [3]王雅琳主编.生活方式概论[M].哈尔滨:黑龙江人民出版社,1989:2.
- [4]徐正明主编.生活方式纵横[M].成都:四川大学出版社,1985:2-3.
- [5]苗大培.论体育生活方式[M].北京:北京体育大学出版社,2004:26.

Sociological Research and Analysis on the Style of Secondary Teacher' Sports Life in Henan Province

ZHAI Fang

(P.E College of Henan Normal University, Xinxiang, Henan 453007)

Abstract: This paper made investigations and interviews with secondary school teachers from the perspective of sports life style, and then we analyzed with the sociological theories to find the issues of the present situation of the secondary school teachers in sports life style of Henan Province. Fitness, entertainment, perfect, the spirit of sports conditioning fitness motivation make half of the knowledge of sports lifestyle in Henan Province secondary school teachers; because household chores in disguise is the understanding of sport, a significant portion of the domestic work is considered as a teacher' first and foremost organization of leisure time; teachers appear to participate in sports expansion, modernization trends; most teachers make use of personal living habits, physical sport customary for the time; health space is school-based fitness. For existing problems, the author proposed strengthen the sports fitness lifestyle of secondary school teachers.

Key words: Secondary teacher; Sports; Life style; Research; Analysis