

# 龙岩学院学生参与休闲体育的现状调查研究

简钢华

(龙岩市培丰中学,福建 龙岩 364110)

**【摘要】**本研究运用文献资料法、问卷调查法、逻辑分析法、数理统计法研究方法,通过对龙岩学院学生参与休闲体育的现状进行调查与分析,并针对其现状提出对策和建议。

**【关键词】**休闲体育;现状

**【中图分类号】**G811.4 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2013)02-0102-04

## 1 前言

休闲体育是指在相对自由的社会生活环境和条件下,人们自愿选择并从事的各种形式的体育活动的统称<sup>[1]</sup>。龙岩学院在休闲体育的推进过程中所采取的主要措施是开设公共体育选修课,掌握一项或多项体育运动技能,促进身心的健康和谐发展,为学生终身体育的思想的形成奠定基础。龙岩学院可供学生自主选修的体育项目有太极拳、篮球、足球、排球、羽毛球、瑜伽、乒乓球、健美操等。此外还有篮球协会、自行车协会、游泳协会、武术协会等学生社团为学生参加休闲体育活动提供了平台。在场地设施建设上学院具备标准的塑胶田径场、体育馆、游泳馆、健身房等场所,并提供各类设施基本能够满足学生的要求。

## 2 研究对象与方法

### 2.1 研究对象

以龙岩学院公共体育学生参与休闲体育活动情况为研究对象。

### 2.2 研究方法

#### 2.2.1 文献资料法

通过龙岩学院图书馆、维普、清华期刊网、万方数据库、百度网站等途径,搜集和整理有关休闲体育的相关的书籍和论文,并对相关观点进行总结,为本研究奠定了理论基础。

#### 2.2.2 访谈法

根据本研究的需要,以龙岩学院从事公共体育教学的各个项目的教师为访谈对象,以参加公共体育选修课的开展情况及对学校的公共体育的课程设置为主要内容,为本研究提供理论指导。

#### 2.2.3 问卷调查法

以龙岩学院2011级和2012级参加公共体育选修课的学生为调查对象,共发放《龙岩学院公共体育学生参与休闲体育情况调查问卷》共300份,其中男生177人,女生123人,收回294份,其中有效问卷

289份,有效率为96.3%。

#### 2.2.4 数理统计法

运用Microsoft excel软件、SPSS16.0数据统计软件对问卷调查结果进行数理统计及分析,为本研究的开展掌握一手资料奠定基础。

#### 2.2.5 逻辑分析法

运用归纳法对相关资料进行整理与分析,对研究资料进行逻辑梳理,找出研究对象内在联系,从而得出结论。

## 3 结果与分析

### 3.1 龙岩学院公共体育学生闲暇时间及其活动方式

闲暇时间是指在一天的全部时间结构里划出一切必要时间后所剩余的自由时间,这种时间不直接被生产劳动所吸收,而是用于娱乐和休息的,然而这部分时间在人类创造精神文明方面起着重要的作用<sup>[2]</sup>。从表1可以看出学生除了学习和睡眠时间外有充足的闲暇时间。从表2可知除去每日课程与完成工作学习外还有大部分学生从事的休闲活动以上网、听音乐、逛街、及其他形式的活动方式为主,但在闲暇时间进行体育运动较少。

表1 龙岩学院公共体育学生每天闲暇时间

	3小时	4~5小时	6小时	6小时以上
男生	16	53	41	63
女生	15	60	20	21

表2 闲暇时间活动方式

	男		女	
	n	%	n	%
上网、听音乐	103	58.2%	75	66.9%
聊天	97	53.6%	69	61.6%
体育运动	75	42.4%	40	35.7%
看电影	57	32.2%	53	47.3%
阅读杂志、报纸	40	22.3%	43	38.4%
逛街	12	6.8%	60	53.6%

### 3.2 学生参与休闲体育的现状

收稿日期:2013-05-01

作者简介:简钢华(1973-),男,福建龙岩人,在读硕士,研究方向:体育教学。

## 3.2.1 参与体育活动的次数

表3 学生每周参加休闲体育的次数

	一次	两次	三次	四次	四次以上
男生	27	69	43	10	23
女生	53	33	13	3	7

根据调查显示,从表3可以看出学院学生参与休闲体育活动的次数每周一次的人数为80人,每周两次的人数为102人,每周3次的人数为56人,每周四次的人数为13人,每周四次以上的人数为32人。从表3可以看出男生参与休闲体育的次数普遍比女生高。三次及三次以上的参与活动次数可以看出男生参加休闲体育的意识较女生高,男生三次及三次以上的比例为45.8%,女生三次及三次以上的比例为18.7%。

## 3.2.2 参与休闲体育的时间

表4 学生每天参加休闲体育的时间(百分比)

	不足15min	15~30min	30~60min	60min以上
男生	26	48	40	57
女生	33	56	12	7
比例	20.4%	36.0%	18.0%	25.6%

学生参与休闲体育的时间是反映了学生休闲体育活动的重要指标之一<sup>[3]</sup>。从表4可以看出每天参与休闲运动在15分钟内的学生占总人数的20.4%,每天参与休闲运动在15~30分钟的学生比例为36.0%,每天参与休闲运动的时间在30~60分钟的学生为18.0%,每天参与休闲运动的时间在60分钟以上的比例为25.6%。休闲体育锻炼时间应以45分钟~120分钟为宜,根据自己的情况来定锻炼的具体时间,学生参与休闲体育每天低于30分钟的学生为56.4%。说明学生参与体育锻炼的时间较短,而女生每天休闲运动锻炼时间低于30分钟的比例为72.3%,说明不同性别的大学生在参与锻炼的时间上有明显的差异,女生每天平均参与休闲锻炼时间比男生少,这可能与女性生理条件有关系。

## 3.2.3 休闲运动的参与形式

表5 参加休闲体育的参与方式

	与朋友	固定伙伴	临时伙伴	独自一人
男生	118	13	30	4
%	66.8%	9.8%	19.0%	4.3%
女生	56	16	23	17
%	49.1%	14.7%	20.7%	15.5%

从表5可以看出,学生在参与休闲运动的形式上主要团队参与为主,男生团队参与休闲运动的比例为95.7%,女生团队的比例为84.5%;与固定伙伴一起参与休闲的比例男生为9.8%、女生为14.7%,从

上述数据可以看出学生在参与休闲运动上具有一定的随意性、还没有完成稳定的锻炼形式,许多学生喜欢与朋友一起参与休闲活动但是没有固定的休闲运动伙伴。与临时伙伴一起参与休闲锻炼的比例男生为19.0%、女生为20.7%;独自一人参与休闲运动的比例男生为4.3%、女生为15.5%。根据上述数据分析可知,在锻炼的封闭性上女生相对更倾向于封闭,而男生更愿意在运动中结识朋友,增进友谊,但是在固定伙伴上男生要低于女生,说明男生在锻炼的独立性和自主性要强于女生。

## 3.2.4 参与休闲体育活动的項目

表6 龙岩学院学生参与休闲体育项目

排序	男		女	
	项目	%	项目	%
1	篮球	66.7%	散步	70.7%
2	跑步	43.7%	羽毛球	51.2%
3	乒乓球	24.7%	郊游	41.5%
4	散步	23.7%	跑步	29.3%
5	羽毛球	20.5%	溜冰	26.8%
6	溜冰	18.0%	排球	19.5%
7	足球	15.4%	游泳	17.1%
8	游泳	12.8%	篮球	14.6%
9	郊游	10.5%	健美操	12.2%
10	健美操	5.2%	太极拳	7.3%

从表6可以看出,学生在休闲运动的项目上主要集中在篮球、跑步、散步、羽毛球、郊游等项目上。从项目的分布上可以看出学生在参与休闲体育上对体育器材的要求比较低,以简单易行的休闲运动为主。学生在选择运动项目上有明显的性别差异,男生主要以运动量大、对抗性强的运动项目为主,而女生则以运动量比较小、对抗性弱的运动项目为主。男生注重在运动中表现自己的技能、运动素质,喜欢富有竞技性、对抗性,女生则注重展示身体美,运动美。

## 3.2.5 参与休闲体育的场所

休闲体育场所是休闲活动的必要条件,是不可缺少的一部分<sup>[4]</sup>。从表7可以看出,学院学生参与休闲体育活动主要集中在靠近学生宿舍的东区田径场、奇迈球场等场所,而较远的体育馆、体操馆、塑胶田径场、风雨球场较少,最少的是俱乐部。这些场所的分布情况主要由于学校位于市郊,交通不便利。其次是因为学生在休闲体育的选择上主要以篮球、排球、跑步等,这些场所都能在学生公寓区的奇迈球场和东区田径场就能得到满足。此外,受学生经济承受能力的影响,较少学生到收费的俱乐部

进行体育锻炼。从男女生选择的情况可以看出在近距离与远距离、免费与收费、优良器材与普通器材等条件多数男、女生大多选择的近距离、免费、普通器材的场所。

表7 学生参与休闲体育的场所

	男生	%	女生	%
奇迈球场	153	84.8%	81	69.8%
东区田径场	141	76.6%	59	50.8%
塑胶田径场	61	33.7%	41	35.3%
体育馆	45	25.0%	43	37.1%
体操馆	10	6.0%	11	9.5%
风雨球场	10	5.4%	3	2.6%
俱乐部	6	3.3%	12	10.3%
其他	71	38.6%	73	62.9%

### 3.3 龙岩学院学生休闲体育消费行为

#### 3.3.1 龙岩学院学生休闲体育消费水平

休闲体育消费水平是指一定时期为满足需要而消费的各种体育物质产品与劳务的数量,它是从量方面反映个人休闲体育消费在某一时间的水平。根据表8可以得出,学院学生在每年休闲体育消费100元以下男生为12.7%、女生为18.7%。休闲体育消费在101~200元男生为11.4%、女生为61.0%,休闲体育消费为201~300元的男生占66.3%、女生占11.4%,超过300元的体育消费男生为9.7%、女生为9.0%。表明学院学生休闲体育消费水平普遍较低。从表中数据可知男女生在消费中有明显的性别差异,女生主要集中在101~200元的休闲体育消费,而男生主要集中在201~300元的体育消费,说明女生在体育消费中还有一定的潜力。

表8 学院大学生休闲体育每学期消费(单位:元)

	不足100	101~200	201~300	300以上
男生	21	19	110	16
%	12.7%	11.4%	66.3%	9.7%
女生	23	75	14	11
%	18.7%	61.0%	11.4%	9.0%

#### 3.3.2 休闲体育消费结构

休闲体育的消费反映一定的休闲体育意识与消费方向。通过对学生的消费结构调查,可以为组织学生的休闲体育活动提供依据。休闲体育的消费需要是满足了基本的生存需要后,为实现自我、发展自我的一种高层次的消费需求,包括物质性消费与非物质消费<sup>[1]</sup>。物质消费是指以物质形式的消费,非物质性消费指以物质与精神共同参与的来完成的。依据表9可以看出在休闲体育消费中以体育服饰、体育器材、运动消费为主,其中体育服饰消费

男生高达80.8%、女生为58.9%,体育器材消费男生为45.2%、女生为48.2%,运动消费男生为31.1%、女生为35.7%,场馆消费男生为17.5%、女生为15.2%。从上述数据可以看出学院体育消费结构主要以服饰、器材、运动消费为主,而场地较次之。

表9 学院学生休闲体育消费结构

	男		女	
	n	%	n	%
体育服饰	143	80.8%	66	58.9%
体育器材	80	45.2%	54	48.2%
运动消费	55	31.1%	40	35.7%
场馆消费	31	17.5%	17	15.2%
体育彩票	47	26.6%	2	1.8%
其他	11	6.2%	9	8.0%

#### 3.3.3 影响学生参与休闲体育消费的因素

表10 影响学生参与休闲体育消费的因素

	男生	%	女生	%
没有同伴	114	62.0%	78	67.2%
场地设施不足	113	61.4%	53	45.7%
闲暇时间不足	87	47.3%	77	66.4%
场地设施较远	65	35.3%	35	30.2%
没有好的项目	59	32.0%	54	46.6%
资金不足	60	32.3%	42	36.2%
缺乏指导	34	18.5%	27	23.6%

休闲体育项目的开展和进行可以带动体育消费的增长和提高。从表10可以反映出影响学院学生休闲体育消费因素主要受资金不足、闲暇时间不足、没有同伴、场地设施不足、缺乏指导、没有好的项目、场地设施较远等因素制约。

## 4 结论与建议

### 4.1 结论

4.1.1 龙岩学院学生闲暇时间的活动方式是通过互联网进行上网、聊天等活动,进行体育活动的较少,休闲体育氛围不浓。

4.1.2 学院学生没有形成良好的积极参与休闲体育运动的习惯。

4.1.3 龙岩学院学生参与休闲体育项目选择呈现多元化。男女生休闲体育项目的选择各有偏重。男生以大强度、抗性强的体育项目为主;女生以运动量小、对抗性弱的项目为主。但是在场所的选择上对场所要求普遍不高。

4.1.4 学院学生的休闲体育消费主要受参与群体、场地设施、时间、开展项目及资金缺乏等因素的影响。

### 4.2 建议

4.2.1 加强校园休闲体育文化建设,优化休闲体育环境

学校休闲体育的氛围不足是因为没有形成良好的校园休闲体育文化,校园休闲体育文化作为一所高校休闲体育方面形成并延续着带有普及性的稳定的一种文化形态<sup>[6]</sup>。学校可通过校园广播、校园网络、学校校报等方式加大对休闲体育运动的宣传和引导,加强体育健身、强身的教育和宣传工作。

#### 4.2.2 转变意识,树立科学的休闲体育观念

物质决定意识,意识对物质的发展起决定作用。科学的休闲体育观念的树立是休闲体育行为得以形成的前提与保证<sup>[7]</sup>。从宣传媒介看,应充分利用学院广播电台、校园网、校报等媒介宣传体育休闲的知识;从引导者来看,体育教师及辅导员等应引导学生休闲体育观念的养成,培养良好的参与

休闲体育活动的习惯;从组织方式来看,通过组织比赛、游戏等多样化的体育活动形式,使学生在娱乐体育中了解休闲体育、参与休闲体育、享受休闲体育。

#### 4.2.3 增加学校休闲体育活动组织,充分利用人力资源

学校应提高课外休闲体育活动的重视程度,加强体育设施及场所的建设和投入。其次,教师在教学过程中要加强对学生技术、技能的指导,充分调动学生的学习积极性。此外,还应充分发挥体育系师范类学生在公共体育学生的休闲体育运动过程中的指导和引导作用,让体育系的学生在课余时间以志愿者或参与者的形式与公共体育学生一起参与休闲体育活动。

#### 注释及参考文献:

- [1]卢锋.休闲体育学[M].北京:人民体育出版社,2005.
- [2]闫媛,张健.高校休闲体育存在问题与对策研究[J].贵州体育科技,2009(3):67-69.
- [3]唐云松,赵莹.基于大学生就业规划的高校休闲体育教育[J].内蒙古体育科技,2009(2):8-10.
- [4]红白.学生终生体育锻炼意识培养策略研究[J].资治文摘,2009(2):96.
- [5]魏立新,范永胜.关于高校体育休闲运动开展的分析[J].科技信息,2009(4):173.
- [6]杨嘉兴.试论休闲体育与现代生活方式[J].实践与研究,2009(2):115-116.
- [7]邓毅.休闲体育资源的梳理与研究[J].考试周刊,2010(4):169-170.
- [8]李卫星,王全军.学校休闲体育文化建设初探[J].教学与管理,2010(3):25-26.

## The Investigation and Study on Participation in Recreational Sports of Longyan College students

JIAN Gang-hua

(Fengpei Middle School, Longyan, Fujian 364110)

**Abstract:** With the methods of literature, questionnaire, logical analysis, statistics, the survey of participation in recreational sports about Longyan College students is done. And the study offers advices and measures for the current situation.

**Key words:** Recreational sports; Current situation