

# 刻板印象对大学男生学习健美操的影响及对策研究

徐继超

(巢湖学院 体育系,安徽 巢湖 238000)

**【摘要】**目前很多大学男生由于受到健美操适合女生学习的刻板印象的影响,对于健美操这种体育运动存在一定的偏见,最终造成他们不愿意学习健美操,基于此种情况,本文主要以巢湖学院的男生为主要研究对象,对刻板印象对普通高校男生学习健美操的影响展开研究,并提出积极的应对策略,希望能进一步消除大学男生的这种刻板印象,引导他们以更加积极的姿态参与到健美操学习当中。

**【关键词】**刻板印象;大学男生;健美操学习;影响;对策

**【中图分类号】**G831.3 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2014)04-0136-03

健美操课程是普通高校所开设的一门基础体育课程,由于其运动方式新颖,因而受到了很多大学生的欢迎。不过,在选修健美操的大学生当中却呈现出一种极为不平衡的现象:男少女多。为何会出现这种情况呢?对此亦有很多学者和一线教师对其进行了深入的研究,研究结果表明:造成这种情况的主要原因是由于大学生受到刻板印象的影响,他们普遍认为健美操应该是女生参与的运动,与男生无缘。笔者在与大学男生进行交谈的过程中了解到:他们也表示确实存在这种情况,很多人错误的认为健美操就是舞蹈,男生学习健美操显得有点娘,也会让其他男生看不起。事实上,健美操运动就是把不同类型的动作进行操化,以有氧运动为基础,再配合一定的音乐背景所实施的一项体育运动。学习健美操对人们的形体塑造、体质增强有着重要的作用,还可以在在一定程度上提高学生的自信,优化他们的心理素质。这项运动不仅适合女性参加,同时也适合男性参加,因此,大学男生由于受到刻板印象的影响而对健美操学习产生偏见显然是错误的,这也是激发笔者选择这一论题进行研究的主要原因。

## 1 研究对象与方法

### 1.1 研究对象

巢湖学院非体育专业男生。

### 1.2 研究方法

#### 1.2.1 问卷调查法

为了有效探索健美操只适合女生学习的这种刻板印象对普通高校男生学习健美操的影响,笔者于2014年5月份期间向巢湖学院体育专业之外的男生随机发放问卷,问卷一共发放了510份,由于当面发放当面回收,因此全部回收,其中有效问卷500

份。

#### 1.2.2 文献资料法

通过学校图书馆、互联网以及中国期刊网(CNKI)等查阅相关的文献资料,并从中梳理出对本文有用的相关文献,为本文的写作打下了坚实的理论基础。

#### 1.2.3 数理统计法

对调查所得数据运用SPSS17.0进行统计。

## 2 刻板印象的概念

刻板印象指的是人们对某一类事物产生的比较固定、概括而笼统的看法,是我们认识他人时经常出现的一种相当普遍的现象。刻板印象的例子在日常生活中比比皆是,例如,当一个穿着得体、温文尔雅的男士在公共场所随地吐痰,你会感到很吃惊,认为这样一个仪表堂堂的人,是不可能做出这种龌龊的事情,或者是作为一名体育教师,身体检查却是浑身毛病,你也很难接受这一事实。在高校健美操运动中,刻板印象在男生身上的体现就是:健美操是属于女生的运动,女性化、阴柔,和舞蹈项目类似,不适合男生练习。

## 3 刻板印象对大学男生学习健美操的影响现状

### 3.1 大学男生选择健美操运动项目的现状

表1 巢湖学院男生最喜爱运动项目的调查统计(n=500人)

	健美操	武术	田径	球类运动	其他
人数	13	36	26	400	25
比例%	2.60	7.20	5.20	80.00	5

调查结果表明(见表1):在被调查的所有大学男生当中,仅仅只有2.60%的男生在选择最喜欢的体育运动项目当中选择健美操,其余的高校男生中

收稿日期:2014-07-29

作者简介:徐继超(1980-),男,江苏新沂人,讲师,硕士,研究方向:体育教育训练学。

有7.20%的男生喜欢武术运动,5.20%的男生喜欢田径运动,绝大部分男生喜欢球类运动,占到全部调查对象的80.00%。健美操是一项新兴的体育运动,对于这项体育运动很多男生对其都存在一定的刻板印象或者说是偏见,一个班级当中几乎是清一色的女生,男生则少的可怜。健美操传入我国的时间大概在上个世纪八十年代,发展到目前为止已经有三十年的时间,几乎所有的高校都把健美操运动纳入到体育选修课程,然而,这项运动在高校中的普及情况却并不乐观。

### 3.2 健美操选修班级中男生人数比例的现状

表2 健美操选修班中男生人数所占比例的调查统计(n=13人)

	0~10%	10~20%	20%以上
人数	12	1	0
比例%	7.69	92.31	0

健美操运动似乎已经成为女生学习的专利,即使有少数男生参与到健美操学习当中来,所占的比例也很小。根据表2,选修健美操运动的男生中,有12位男生认为他们所占班级的比例在10%以内,仅有一人选择他们占所在班级的比例为10~20%,由此可见,男女比例极度失衡,在实地考察中,有些健美操班级中一个男生也没有,这种女生独霸健美操的局面在高校男生中产生了特殊的刻板印象,在一定程度上已经影响到健美操运动的普及和发展,对于健美操运动在高校的进一步推广和发展是非常不利的。

### 3.3 课外活动中大学男生参与健美操运动的现状

在高校课外活动中,大部分男生喜欢球类项目,尤其是篮球和足球,几乎没有男生参与健美操。究其原因,一方面,球类运动具有较强的身体对抗,这些对抗符合男生好斗的天性,因而参与的人数较多;另一方面,高校校园充斥着各种球类场地,也为男生参与球类运动提供了各种便利。这种多数男生选择球类运动的情形促使男生产生片面的刻板印象,导致了越来越多的人远离健美操运动。

## 4 刻板印象对大学男生学习健美操影响因素分析

### 4.1 男性健美操教师的比例偏少

在高校,健美操教师几乎都是女性,有的学校甚至不招聘男性健美操教师,男性健美操教师规模很小,在上课时学生所见到的全部是女性健美操教师,间接的导致男生认为健美操就是女生的运动,

授课教师也理所当然的是女性教师。另外,通过调查,现在仍有一部分女性教师同样受到刻板印象的影响,她们认为健美操运动适合女生,而男生则不适合,这样一部分教师的观点加剧并巩固了男生对健美操的刻板印象。

### 4.2 对健美操缺乏正确的认识

表3 巢湖学院男生对健美操概念认识的调查统计(n=500人)

	健美操	健美操是舞蹈	健美操是融音乐、舞蹈、其它是舞蹈	健美操是融音乐、舞蹈、其它是体操	健美操是融音乐、舞蹈、其它是体操于一体的练习项目
人数	248	150	95	7	
比例(%)	49.60	30.00	19.00	1.40	

表4 对健美操运动适练人群的调查统计(n=500人)

	适合男生	适合女生	既适合男生又适合女生
人数	41	351	108
比例(%)	8.20	70.20	21.60

从表3可知,在所有被调查的大学男生当中,认为健美操就是舞蹈的男生占到总人数的49.60%;认为健美操就是体操的男生占到总人数的30.00%;选择其他的男生占到总人数的1.40%;仅仅只有19.00%的高校男生回答正确,认为健美操就是融音乐、舞蹈、体操于一体的身体练习项目。从这项调查结果可以看出,只有很少一部分大学男生对于健美操有着正确的认识,绝大部分大学男生普遍对健美操的概念存在错误的认识,这一点可以通过对他们的访谈得到验证:访谈中,他们普遍认为健美操是女孩子学习的体育项目,男生学起来显得太过娇气。针对上述情况,笔者又进行了另外一项关于“健美操适合男生还是女生”的调查,调查结果表明(见表4):8.20%的男生认为健美操这项体育运动比较适合男生学习;70.20%的男生认为健美操这项体育运动比较适合女生学习;仅仅只有21.60%的男生认为健美操这项体育运动不仅适合女生学习也适合男生学习。由此可见,绝大部分男生都认为健美操运动只适合女生学习。

### 4.3 项目内容安排过于女性化

健美操这项体育运动刚刚进入我国初期,其具体的运动动作过分考虑女性的锻炼需求,呈现出过多的女性化特点,对于男性则没有过多的考虑,也正因为如此才会给男性学习健美操带来了观念上的误区。很多人都直观地认为健美操仅仅只适合女性练习,这种刻板印象的存在应该就是从一开始就有的,基于刻板印象对于大学男生学习健美操的影响,必须要采取积极的措施予以解决,进而消除

大学男生学习健美操存在的刻板印象。

## 5 对策

由上述调查结果可以明显看出:大学男生对于健美操学习存在的刻板印象已经是毋庸置疑,而这样的刻板印象在一定程度上影响了大学男生对于健美操学习的积极性。因此,必须要采取有效的策略予以应对,消除大学男生对健美操学习所存在的刻板印象。

### 5.1 做好宣传,消除刻板印象

大学男生之所以会对健美操学习产生这种刻板印象与学校对健美操的宣传不到位有很大关系。在高校当中,几乎没有任何有关健美操学习的宣传,究其原因主要还是领导对其不够重视。针对高校在健美操学习方面宣传不到位或者是不宣传的现状,笔者认为只有加强对健美操学习的宣传,才可能真正有效消除大学男生对健美操学习的这种刻板印象。在具体宣传的过程中,应该明确提出健美操学习不仅适合女生学习也适合男生学习。适当的也可以多播放一些男生跳健美操的宣传短片,增加男生对健美操学习的感性认识,最终消除大学生男生对健美操学习存在的刻板印象。

### 5.2 举办比赛,消除刻板印象

为了有效消除大学男生对健美操学习存在的刻板印象,笔者认为学校还应该多举行一些健美操比赛,在健美操比赛中要适当增强男生健美操参与团队的比重。并且要尽可能多的邀请男生参加观看,在观看的过程中大学生男生就可以近距离的感

受到健美操这项运动的魅力,体验男生跳健美操带来的强烈的审美感受。受到比赛的影响,相信有更多的男生会喜欢上健美操,也会无形中消除他们对健美操学习所存在的刻板印象。这样的健美操比赛可以在全校范围内开展,也可以在各个系进行开展,具体可以由健美操教师进行组织。

### 5.3 优化教学,消除刻板印象

很多大学男生之所以会对健美操学习存在刻板印象,主要是因为他们在日常生活中看到的几乎都是女生跳健美操,并且女生跳的健美操也过于柔美,由此他们才坚定的认为健美操不适合男生学习。事实上,这种情况主要是由健美操教师的教学方式造成的,很多教师在编排健美操动作的时候过于考虑到女生的生理特点,却忽视了男生的生理特点。笔者建议,健美操教师在编排健美操动作的时候应该适当考虑到男生的学习需求,可以适当增加一些适合男生学习的、阳刚性的动作,比如搏击操动作等,这样一来,男生学习健美操的时候也不会显得过于别扭,也可以在一定程度上消除男生学习健美操所存在的刻板印象。除此之外,在教学评价方面教师对于男生学习健美操也要给予一定的鼓励,不能一味的进行打压。据笔者了解,目前国内很多高校所安排的健美操教师均是女性,男性健美操教师则很少。在此,笔者建议高校应该适当增加男性健美操教师,对男生实施专门的健美操教学,这样一来对于消除男生学习健美操所存在的刻板印象则会起到一定的效果。

#### 注释及参考文献:

- [1]全伟.我国普通高校体育弱势学生的刻板印象威胁[J].体育成人教育学报,2013(1):86-88.
- [2]张磊,许娜.男大学生进行健美操练习的困惑及对策[J].内江科技,2008(4):73,133.
- [3]张娜.普通高校男子健美操课程发展现状分析[J].沈阳体育学院学报,2008(1):81-82
- [4]张琳.我国高校男生健美操教学近10年的发展研究[J].宿州学院学报,2009(3):125-126
- [5]刘绚丽.对高校男生健美操学习兴趣的研究及教学对策[J].淮阴工学院学报,2003(6):59-60
- [6]文红为.影响高校体育教育专业男生健美操学习兴趣的因素[J].湖北体育科技,2001(4):118-119.

## Influence and Countermeasures of Stereotypes on Male University Students Learning Aerobics

XU Ji-chao

(Department of Physical Education, Chaohu College, Chaohu, Anhui 238000)

**Abstract:** At present, there is a certain bias for many male university students to aerobics sport, due to the impact of female students learning aerobics stereotype, which ultimately causes they don't want to learn aerobics. Based on this situation, this paper mainly studies the male students of Chaohu College as the object, researches the influence on the stereotype of male university students learning aerobics, and puts forward the positive coping strategies, hoping to further eliminate this stereotype, guiding them to take a more active part in the aerobics learning.

**Key words:** stereotypes; male university students; aerobics learning; influence; countermeasure