

# 安徽省中小学生校外体育参与现状及对策分析

汪 辉<sup>1</sup>, 张晓敏<sup>1</sup>, 董刘斌<sup>2</sup>, 瞿福焕<sup>3</sup>

(1. 合肥师范学院体育科学学院, 安徽 合肥 230601; 2. 合肥经开实验学校, 安徽 合肥 230601;  
3. 合肥市教育科学研究院, 安徽 合肥 230000)

**摘要:** [目的] 调查安徽省中小学生校外体育培训、体育锻炼及体育竞赛等校外体育参与现状, 分析安徽省中小学生校外体育参与的影响因素, 探讨安徽省中小学生校外体育治理途径。 [方法] 向安徽省16个地级市中小学生发放问卷3 920份, 用SPSS20.0软件进行统计描述, 采用统计学分析对不同性别学生校外体育参与的情况进行比较。 [结果] (1) 参与校外体育培训的学生比例不高, 超过50%的安徽省中小学生没有参加任何培训, 男、女生在参与校外体育培训方面的人数比例差异具有统计学意义 ( $\chi^2=70.119, P<0.05$ )。 (2) 经常参加校外体育锻炼的学生比例较低仅为24.22%, 偶尔参加和不参加校外体育锻炼的学生分别占61.56%和14.22%, 男、女生在参加校外体育锻炼的人数比例差异具有统计学意义 ( $\chi^2=102.357, P<0.05$ )。 (3) 经常参加校外体育竞赛的学生比例较低仅为11.87%, 偶尔参加和从不参加校外体育竞赛的学生分别占47.17%和40.96%, 男、女生在参加校外体育竞赛方面的人数比例差异具有统计学意义 ( $\chi^2=9.465, P<0.05$ )。 [结论] 当前安徽省中小学生参与校外体育培训、体育锻炼及体育竞赛的总体比例不高、性别差异显著、不同学段差别较大, 学生对校外体育参与的期望主要在于增加青少年体育活动组织等软件需求、体育场地设施保障等硬件需求及科学健身指导需求。

**关键词:** 安徽省; 中小学生; 校外体育培训; 校外体育锻炼; 校外体育竞赛; 体育参与

**中图分类号:** G633.96 **文献标志码:** A **文章编号:** 1673-1891(2020)03-0070-08

## Situation and Countermeasures of School Students' Participation in Off-campus Sports in Anhui Province

WANG Hui<sup>1</sup>, ZHANG Xiaomin<sup>1</sup>, DONG Liubin<sup>2</sup>, QU Fuhuan<sup>3</sup>

(1. School of Sports Science, Hefei Normal University, Hefei, Anhui 230601, China;  
2. Hefei Jingkai Experimental School, Hefei, Anhui 230601, China;  
3. Hefei Institute of Education Science, Hefei, Anhui 230000, China)

**Abstract:** [Objective] To investigate the status quo of students' participation in off-campus sports in Anhui province, such as physical training, physical exercise and sports competition, analyze its influencing factors, and discuss solutions to its management. [Methods] 3 920 questionnaires were distributed to school students in 16 prefectural cities in Anhui province, and 3 699 of them were recovered and valid. SPSS20.0 software was used for statistical description, and statistic analysis was used to compare the participations of both genders. [Results] The proportion of students participating in training was small, more than 50% of them did not participate in any training, and the proportion of both genders was statistically significant ( $\chi^2=70.119, P<0.05$ ). The proportion of students frequently participating in physical exercise was only 24.22%, while those occasionally and rarely participating accounted for 61.56% and 14.22% respectively. The difference in participations of both genders was statistically significant ( $\chi^2=102.357, P<0.05$ ). The proportion of students frequently participating in competitions was only 11.87%, while those occasionally and never participating accounted for 47.17% and 40.96% respectively. The difference between both genders participating in competitions was statistically significant ( $\chi^2=9.465, P<0.05$ ), etc.. [Conclusion] The proportion of present school students participating in off-campus sports trainings, physical exercises and sports competitions was low, and there's significant difference between genders and different schooling stages. School students' expectations for off-campus sports are demands for the increase of youth sports

收稿日期: 2020-05-04

基金项目: 2017年度安徽省高等学校人文社科研究重点项目(SK2017A0989); 2017年安徽省教学研究一般项目(2017jyxm1349); 2019年度安徽省高校优秀青年人才支持计划项目(gxyq2019064)。

作者简介: 汪辉(1981—), 男, 安徽芜湖人, 副教授, 硕士, 研究方向: 青少年体育。

organizations, the guarantee for sports facilities, and the guidance for scientific fitness training.

**Keywords:** school student; off-campus sports training; off-campus physical exercise; off-campus sports competition; participation in sports

## 0 引言

近年来,国家在《健康中国行动(2019—2030年)》<sup>[1]</sup>等法规政策多次强调了中小学生校外体育参与的重要性。2019年7月,教育部体育卫生与艺术教育司司长王登峰在健康中国行动推进委员会新闻发布会上指出:“中小学生每天在校内要有一小时的体育活动,离开学校之后,到家里也要参加一小时室外活动,即每天两小时的体育锻炼活动”<sup>[2]</sup>。我国学者也对校外体育进行了系列理论研究。学者们通常把青少年人群界定为学前教育阶段至大学阶段,即年龄分布在5~22岁,其中中小学生在青少年人群的主体人群<sup>[3]</sup>。校外体育是指在学校之外不以学校为主体组织参加的体育健身活动,是学校体育的延续和补充,主要形式有社区体育活动、公园广场体育活动、社会体育竞赛、体育兴趣班、寒暑假、传统节日、双休日体育活动等<sup>[4]</sup>。校外体育辅导是青少年参与体育锻炼的主要行为方式,已被社会、家长和青少年广泛认可<sup>[5]</sup>,其锻炼效果较好,青少年校外体育辅导是提升青少年体质健康的重要路径<sup>[6-7]</sup>。以相关研究成果为理论基础,以国家政策为研究背景,文章运用文献资料、问卷调查等方法从校外体育培训、校外体育锻炼、校外体育竞赛3个方面研究了安徽省中小学生当前校外体育参与现状,并提出相应的对策,为今后地方和国家制定校外体育参与保障政策及构建治理体系提供参考。

## 1 研究方法

### 1.1 问卷调查法

课题组向中小学体育教研员、学校体育专家等发放2轮专家问卷后修改制定了问卷。分别采用专家评定法、重测法对问卷进行效度检验和信度检验,结果表明,问卷信度和效度均较高;采用随机抽样的方式在安徽省16个地级市小学、初中和高中发放问卷3 920份,回收有效问卷3 699份,有效回收率94.36%。有效问卷中男生1 888名、女生1 811名,分别占比51.04%、48.96%;小学一年级至高中三年级各年级的人数分别占总数的5.76%、6.06%、14.25%、5.97%、8.73%、6.65%、9.19%、15.65%、2.76%、7.38%、11.95%、5.65%。

### 1.2 数理统计法

运用Excel软件对问卷数据进行常规统计和处理,用SPSS20.0软件进行统计描述,采用卡方检验对不同性别学生校外体育参与的情况进行比较,差异有统计学意义取 $P < 0.05$ ,差异非常有统计学意义取 $P < 0.01$ 。

## 2 研究结果

### 2.1 安徽省中小学生参与校外体育培训现状

#### 2.1.1 参与校外体育培训的总体情况

在被调查的3 699名中小学生中,付费参加校外体育培训(简称付费培训)、免费参加校外体育培训(简称免费培训)、付费和免费参加校外体育培训都有(简称付费和免费培训)、无校外体育培训(简称无培训)的人数及比例如表1所示。从表1可以看出,男生参加校外体育培训的比例略高于无校外体育培训的比例,女生则相反。经统计学分析,男、女生参与校外体育培训方面的人数及比例差异具有统计学意义( $\chi^2=70.119, P < 0.05$ )。总体上看,参与校外体育培训的比例略低于未参加校外体育培训的比例。

表1 安徽省中小学生参与校外体育培训总体情况一览表

类型	男生		女生		总数	
	人数	比例/%	人数	比例/%	人数	比例/%
付费培训	339	17.96	166	9.17	505	13.65
免费培训	338	17.90	299	16.51	637	17.22
付费和免费培训	153	8.10	141	7.79	294	7.95
无培训	1 058	56.04	1 205	66.54	2 263	61.18
合计	1 888	100.00	1 811	100.00	3 699	100.00

小学阶段,一年级和五年级参加校外体育培训的人数比例在40%以下,其他几个年级的比例都在40%以上,其中六年级的比例达到了50.81%;初中阶段,随着年级的增长,参加校外体育培训的学生比例递减;高中阶段,高二年级参加校外体育培训的人数比例最低,仅有26.02%,整体的人数比例均不高,要低于初中年级和小学阶段(表2)。

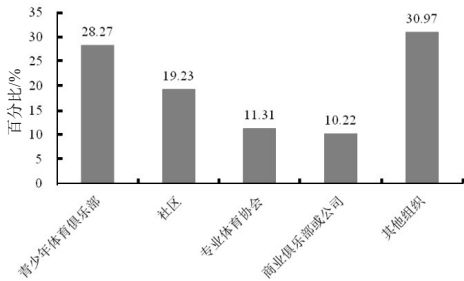
#### 2.1.2 参与校外体育培训的机构、场所及动机情况

培训机构的属性和场地的收费状况会影响中小学生对校外体育培训的积极性。据本次调查,为安徽省中小学生提供校外体育培训的服务机构主要有青少年体育俱乐部、社区、专业体育协会和商业俱乐

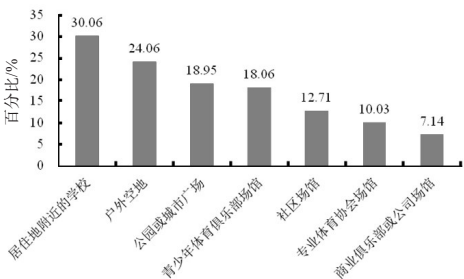
表2 安徽省各年级学生参与校外体育培训情况一览表

年级	班级 人数	参与校外体育培训		未参与校外体育培训	
		人数	占本年级比例/%	人数	占本年级比例/%
小学一年级	213	82	38.50	131	61.50
小学二年级	224	97	43.30	127	56.70
小学三年级	527	245	46.49	282	53.51
小学四年级	221	106	47.96	115	52.04
小学五年级	323	112	34.67	211	65.33
小学六年级	246	125	50.81	121	49.19
初中一年级	340	155	45.59	185	54.41
初中二年级	579	212	36.61	367	63.39
初中三年级	102	35	34.31	67	65.69
高中一年级	273	87	31.87	186	68.13
高中二年级	442	115	26.02	327	73.98
高中三年级	209	65	31.10	144	68.90

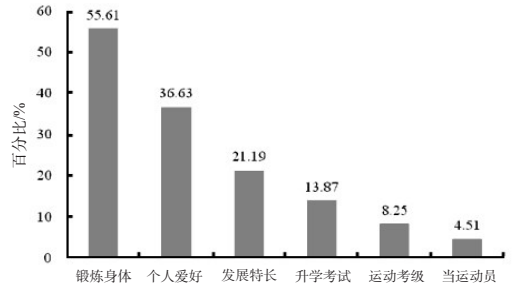
部或公司等机构,其中,青少年体育俱乐部是安徽省中小学生参与校外体育培训的主要机构(图1a);安徽省中小学生接受校外体育培训的场所(此题为多选题)有居住地附近的学校、户外空地、公园或城市广场、青少年体育俱乐部场馆、社区场馆、专业体育协会场馆、商业俱乐部或公司场馆,其中,居住地附近的学校是学生接受校外体育培训的主阵地,商业俱乐部或公司场馆提供的场地比例最小(图1b)。从以上数据可以看出,民办非企业、政府和社会组织等公益性机构所占的比例不高;学校场地、不收费场地、低收费场地是中小学生校外体育培训的主场地。本次调查显示,学生参与校外体育培训的动机(此题为多选题)多样且健身目的明显,其中以锻炼身体为目的的学生最多,达55.61%(图1c)。



a.安徽省中小学生校外体育培训服务机构占比



b.安徽省中小学生接受校外体育培训场所情况



c.安徽省中小學生参与校外体育培训动机

图1 参与校外体育培训的机构、场所及动机情况

## 2.2 安徽省中小學生参与校外体育锻炼现状

### 2.2.1 参与校外体育锻炼的总体情况

安徽省中小學生平时参加校外体育锻炼现状特征为经常参加人数比例较小、性别差异显著(表3)。经统计学分析,男、女生在参加校外体育锻炼的人数比例差异具有统计学意义( $\chi^2=102.357, P<0.05$ )。

表3 安徽省中小學生参加校外体育锻炼的总体情况一览表

类型	男生		女生		总数	
	人数	比例/%	人数	比例/%	人数	比例/%
经常参加	589	31.20	307	16.95	896	24.22
偶尔参加	1 051	55.67	1 226	67.70	2 277	61.56
从不参加	248	13.14	278	15.35	526	14.22
合计	1 888	100	1 811	100	3 699	100

小学阶段,四年级学生经常参加校外体育锻炼的人数比例(28.96%)最高,一年级学生经常参加校外体育锻炼的人数比例(21.13%)最低;初中阶段,初一年级学生经常参加校外体育锻炼的人数比例(36.47%)最高,初二年级学生经常参加校外体育锻炼的人数比例(27.98%)最低;高中阶段,高三年级学生经常参加校外体育锻炼的人数比例(20.57%)

表4 安徽省各年级学生校外体育锻炼情况一览表

年级	经常参加		偶尔参加		偶尔参加		年级 人数
	人 数	占本年级 比例/%	人 数	占本年级 比例/%	人 数	占本年级 比例/%	
小学一年级	45	21.13	129	60.56	39	18.31	213
小学二年级	55	24.55	131	58.48	38	16.96	224
小学三年级	117	22.20	359	68.12	51	9.68	527
小学四年级	64	28.96	131	59.28	26	11.76	221
小学五年级	73	22.60	188	58.20	62	19.20	323
小学六年级	67	27.24	164	66.67	15	6.10	246
初中一年级	124	36.47	176	51.76	40	11.76	340
初中二年级	162	27.98	355	61.31	62	10.71	579
初中三年级	31	30.39	52	50.98	19	18.63	102
高中一年级	47	17.22	179	65.57	47	17.22	273
高中二年级	68	15.38	292	66.06	82	18.55	442
高中三年级	43	20.57	121	57.89	45	21.53	209

最高,高二年级学生经常参加校外体育锻炼的人数比例(15.38%)最低。总体上看,初中生经常参加校外体育锻炼的人数比例略高于小学阶段和高中阶段,高中阶段最低(表4)。

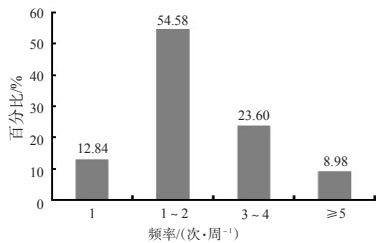
### 2.2.2 参与校外体育锻炼的频率、时长及组织形式

学生参与校外体育锻炼频率为1次/周、1~2次/周、是3~4次/周、≥5次/周的占比分别为12.84%、54.58%、23.60%、8.98%(图2a),可见,每周锻炼1~2次的学生最多,每周锻炼5次及以上的学生最少。学生参与校外体育锻炼时长≤30 min的占比最高,为44.60%;其次是锻炼时长为30~60 min,占比39.08%;锻炼时长>60 min的占比最低,为16.32%(图2b)。学生参与校外体育锻炼的组织形式方面(此题为多选题),和同学、朋友一起参与校外体育锻炼占比最高,为59.08%;其次是和家人一起参与校外体育锻炼,占50.64%;再次是独自一人参与校

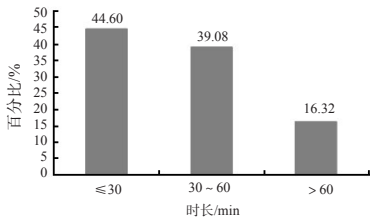
外体育锻炼和参与社会体育活动,分别占17.07%、11.51%;其他组织形式较少,占9.69%(图2c)。学生参与校外体育锻炼接受指导情况方面,有一半左右的学生没有人指导(占50.05%),仅1/3左右的学生有专业人士指导(占29.12%),另外20.83%的学生有专业人士指导,但并非专业人员(图2d)。总体来说,学生参与校外体育锻炼频率较低、每次锻炼时长较短、自我组织是主要的组织形式、基本无专业指导。

### 2.2.3 参与校外体育锻炼的场所及项目情况

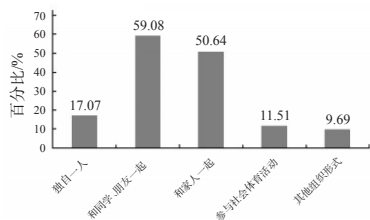
学生参与校外体育锻炼的场所方面(此题为多选题),在居住地附近的空地进行校外体育锻炼学生占比最高,为50.54%;其次为在公园进行锻炼,占比45.81%;再次为在居住地附近的学校场馆进行锻炼,占比34.89%;其他的还有在免费社会体育场馆、付费商业体育场馆、其他场所进行锻炼,占比分别为25.57%、11.70%、16.16%(图3a)。学生对校外



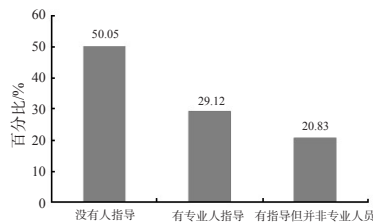
a. 安徽省中小學生校外體育鍛煉各頻率占比



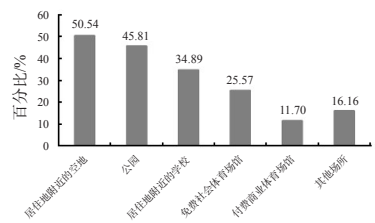
b. 安徽省中小學生參與校外鍛煉的各時長占比



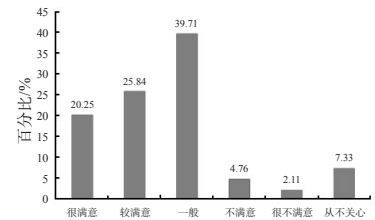
c. 安徽省中國小學生參與校外體育鍛煉的組織形式



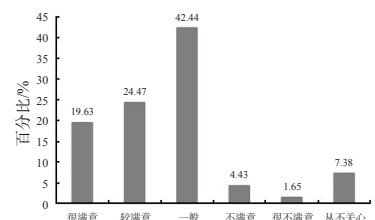
d. 安徽省中小學生校外體育鍛煉接受指導情況



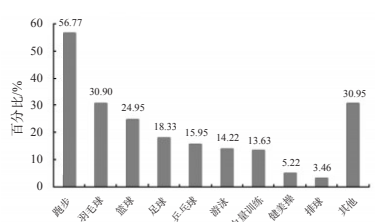
a. 安徽省中小學生校外體育鍛煉場所選擇情況



b. 安徽省中小學生對校外體育鍛煉場地數量滿意度情況



c. 安徽省中小學生對校外體育鍛煉場地質量滿意度情況



d. 安徽省中小學生校外體育鍛煉項目選擇情況

图2 安徽省中小學生參與頻率、時長及組織形式

图3 參與校外體育鍛煉的場所及項目情況

体育锻炼场地数量很满意仅占20.25%,较满意占25.84%,一般占39.71%,不满意占4.76%,很不满意占2.11%,从不关心占7.33%(图3b)。学生对校外体育锻炼的场地设施质量很满意的占19.63%,较满意的占24.47%,一般的占42.44%,不满意的占4.43%,很不满意的占1.65%,从不关心的占7.38%(图3c)。学生参与校外体育锻炼的项目(此题为多选题)以跑步和球类项目为主(图3d)。

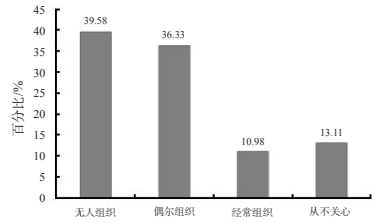
总体来说,安徽省中小學生校外体育锻炼的场所主要集中在空地、公园及居住地附近的学校体育场地,且满意度不高。中小學生的体育运动兴趣和技能主要来自学校体育的培养,校外体育需求更趋向于学校体育的项目和场地设施,然而公园、住宅小区等社会性体育场地设施多是成年化、老年化特点,不能满足中小學生的校外体育需求。学校体育场地设施向社会开放,是缓解我国当前全民健身场地设施供给不足问题的重要途径<sup>[8]</sup>。尽管青少年学生校外体育锻炼是全民健身的范畴,但以功操拳为主的普通大众健身活动项目明显不受青少年学生欢迎,当代的青少年学生是受过学校体育系统教育的一代,对运动项目的掌握和需求要明显高于当前中年老人,他们需要从有氧运动、球类运动、极限运动、水上运动、冰雪运动、户外活动等运动项目中得到更有效的锻炼和更多方面的心理满足。他们更倾向于通过大肌肉群、大关节参与以及足够的运动负荷对人体的身心产生剧烈的刺激<sup>[11]</sup>。

### 2.2.4 学生所在社区体育活动开展情况

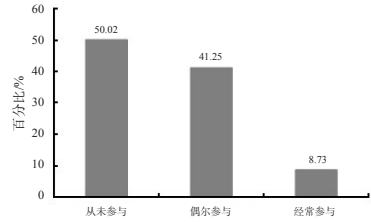
家庭、学校和社区是中小學生完整性教育的三重场域,共同承担着以体育方式促进中小學生健康成长的使命与责任<sup>[12]</sup>,社区是中小學生校外体育锻炼的主阵地,社区青少年体育活动开展对中小學生校外体育促进的作用不容忽视。安徽省中小學生所在社区青少年体育活动经常组织的比例极小且满意度不高,学生所在社区的青少年体育活动的组织情况方面,无人组织的占39.58%、偶尔组织的占36.33%、经常组织的占10.98%、从不关心的占13.11%(图4a)。由于活动组织与开展的较少,导致学生在社区的体育活动参与情况方面不容乐观,有50.02%的学生从未参与过社区组织的体育活动,有41.25%的学生偶尔参与社区组织的体育活动,仅有8.73%的学生经常参与社区组织的体育活动(图4b)。

### 2.2.5 学生对参与校外体育锻炼重要性的认识及家长的态度

参加体育锻炼对中小學生当前的重要程度方面,有28.82%的学生认为非常重要,有39.82%的学



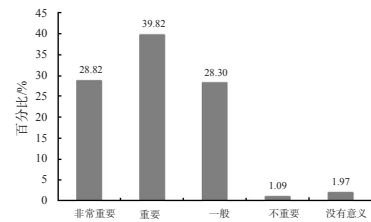
a.安徽省中小學生所在社区青少年体育活动组织情况



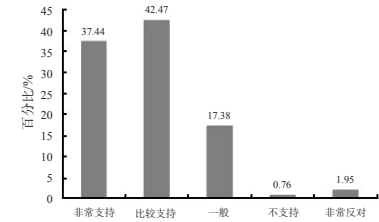
b.安徽省中小學生参与所在社区体育活动情况

图4 安徽省中小學生所在社区体育活动开展情况

生认为重要,有28.30%的学生认为一般,有1.09%的学生认为不重要,有1.97%的学生认为没有意义(图5a)。家长对学生参加校外体育活动的态度方面,有37.44%的学生家长非常支持,有42.47%的学生家长比较支持,有17.38%的学生家长态度一般,有0.76%的学生家长不支持,有1.95%的学生家长非常反对(图5b)。总体上学生对校外体育锻炼的重要性认识较高,家长也较为支持。



a.安徽省中小學生对参与校外体育锻炼重要性的认识



b.安徽省中小學生家长对学生参加校外体育活动的态度

图5 安徽省中小學生对校外体育锻炼重要性的认识及家长的态度

## 2.3 安徽省中小學生参与校外体育竞赛现状

### 2.3.1 参与校外体育竞赛的总体情况

安徽省中小學生参加校外体育竞赛的总体特征表现为经常参加比例较小、性别差异显著,不同学段差别较大。在3699名中小學生中,有11.87%的学生经常参加校外体育竞赛,有47.17%的学生偶尔参加校外体育竞赛,有40.96%学生从不参加校外

體育競賽。其中,有13.45%的男生和10.22%的女生經常參加校外體育競賽,有46.66%的男生和47.71%的女生偶爾參加校外體育競賽,有39.88%的男生和42.08%的女生從不參加校外體育競賽(表5)。經統計學分析,男女生在參加校外體育競賽方面的人數比例差異具有統計學意義( $\chi^2=9.465, P < 0.05$ )。

表5 安徽省中小學生參加校外體育競賽的總體情況

類型	男生		女生		總數	
	人數	比例/%	人數	比例/%	人數	比例/%
經常參加	254	13.45	185	10.22	439	11.87
偶爾參加	881	46.66	864	47.71	1745	47.17
從不參加	753	39.88	762	42.08	1515	40.96
合計	1 888	100	1 811	100	3 699	100

小學階段,五年級學生經常參加校外體育競賽的人數比例最高,為12.38%;三年級學生經常參加校外體育競賽的人數比例最低,為8.73%。初中階段,初一年級學生經常參加校外體育競賽的人數比例最高,為22.65%,初二年級學生經常參加校外體育競賽的人數比例最低,為14.34%。高中階段,高三年級學生經常參加校外體育競賽的人數比例最高,為11.00%,高二年級學生經常參加校外體育競賽的人數比例最低,為6.56%。總體上看,初中生經常參加校外體育競賽的人數比例略高於小學階段和高中階段,高中階段最低,具體如表6所示。

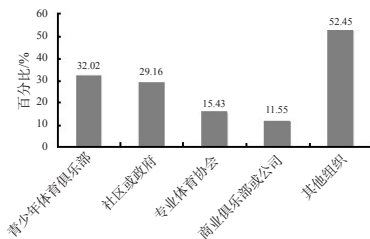
表6 安徽省不同年級學生參加校外體育競賽情況

年級	班級 人數	經常參加		偶爾參加		偶爾參加	
		人 數	占本 年級 比例/%	人 數	占本 年級 比例/%	人 數	占本 年級 比例/%
小學一年級	213	20	9.39	105	49.30	88	41.31
小學二年級	224	25	11.16	104	46.43	95	42.41
小學三年級	527	46	8.73	255	48.39	226	42.88
小學四年級	221	27	12.22	117	52.94	77	34.84
小學五年級	323	40	12.38	153	47.37	130	40.25
小學六年級	246	25	10.16	122	49.59	99	40.24
初中一年級	340	77	22.65	155	45.59	108	31.76
初中二年級	579	83	14.34	286	49.40	210	36.27
初中三年級	102	15	14.71	43	42.16	44	43.14
高中一年級	273	29	10.62	126	46.15	118	43.22
高中二年級	442	29	6.56	184	41.63	229	51.81
高中三年級	209	23	11.00	95	45.45	91	43.54

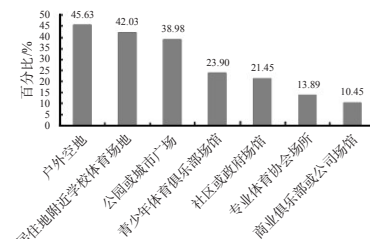
2.3.2 參與校外體育競賽的組織者、場所及家長態度

安徽省中小學生參加的校外體育競賽的組織者情況方面(此題為多選題),組織者為青少年體育俱樂部的占比最多,為32.02%;其次是社區或政府,

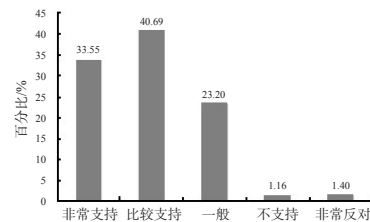
占29.16%;再次為專業體育協會,占15.43%;最少的商業俱樂部或公司,占11.55%;其他組織形式占52.45%(圖6a),說明組織形式多樣。學生參加校外體育競賽的場所方面(此題為多選題),最多是戶外空地,占45.36%;其次是居住地附近學校體育場地,占42.03%,再次是公園或城市廣場,占38.98%;最少的商業俱樂部或公司場館,占10.45%,具體如圖6b所示。家長對學生參加校外體育競賽的態度方面,大部分家長支持學生參加校外體育競賽,僅有1.16%的家長不支持和1.40%的家長非常反對,具體如圖6c所示。



a. 安徽省中小學生校外體育競賽的組織者情況



b. 安徽省中小學生校外體育競賽的場所情況



c. 安徽省中小學生家長對學生參加校外體育競賽的態度

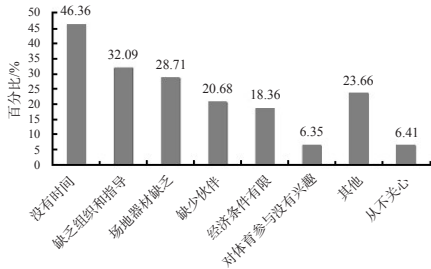
圖7 安徽省中小學生參與校外體育的制約因素及需求期望

從圖6可以看出,當前安徽省中小學生校外體育競賽的組織者主要青少年體育俱樂部、社區或政府、專業體育協會等非營利性組織,體育競賽的場所主要集中在戶外空地、居住地附近學校體育場地、公園或城市廣場等免費場所,家長較支持學生參加校外體育競賽。

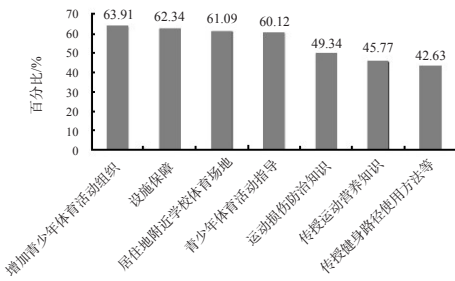
2.4 參與校外體育的制約因素及需求期望

安徽省中小學生參與校外體育的制約因素方面(此題為多選題),從調查結果來看,制約因素較多,其中最主要的是沒有時間、缺乏組織和指導、場地器材缺乏,具體如圖7a所示。政府和社会今后能

提供怎样的保障是学生当前比较关心的问题。调查发现,安徽省中小学生对校外体育需求的期望(此题为多选题)主要集中在软硬件保障和科学健身指导上(图7b)。



a.安徽省中小学生对校外体育参与的制约因素



b.安徽省中小学生对校外体育需求的期望

图7 安徽省中小学生对校外体育的制约因素及需求期望

### 3 讨论

#### 3.1 中小学生对校外体育培训

中小学生对校外体育是学校体育的有机互补部分,是学校体育资源的有益补充,是学生体质健康持续提升的主空间。校外体育培训是校外体育的重要组成部分,在增强学生的身体素质、发展学生的体育特长以及运动员的选拔与早期培养等方面发挥着重要的作用。安徽省中小学生对校外体育培训的比例不高,可能与学生课业负担重、校外体育培训服务供给不足、家长经济承受能力等方面有关。7~12岁是掌握运动技能的最佳年龄段,加强运动技能学习,有助于将来适应不同的运动项目和运动环境,增加运动自信,提高体育参与意识<sup>[11]</sup>。安徽省小学生参加校外体育培训的比例高于中学阶段,有利于运动技能的普及。随着年级的增加,学业任务和压力的增大,学生参加校外体育培训的比例逐渐下降,高中生的比例最小,与高考压力有很大关系。为安徽省中小学生对校外体育培训服务的机构主要是青少年体育俱乐部、专业协会、社区等,相对而言,商业俱乐部或公司等市场组织没有发挥出提供服务的功能。随着安徽省经济发展水平逐步提高,人均可支配收入不断增加,以及国

家对体育培训业的持续支持,安徽省中小学生对校外体育培训业发展前景将有广阔的空间。在我国学生体质健康状况依然不容乐观的状况下,安徽省中小学生对校外体育培训的动机以健身为主,反映出学生及家长对校外体育培训的认识较为理性,其次是个人爱好发展特长、升学考试等,多样化的动机会催生多样化的需求,有利于中小学生对校外体育培训业的多样化发展。

#### 3.2 中小学生对校外体育锻炼

7~18岁中小学生对正处于生长发育关键时期,体育锻炼有促进人体骨骼、肌肉生长,增强心肺功能,改善循环、消化及呼吸系统的作用,对培养健美体态、提高学习能力、消除疲劳、调节情感、预防疾病有着积极的重要意义<sup>[12-13]</sup>。安徽省中小学生对经常参加校外体育锻炼的学生比例较低,说明学生放学后和节假日参加体育锻炼的积极性不高,或是锻炼习惯没有普遍养成,或是课业负担重、体育锻炼场地缺乏等客观因素导致;初中生经常参加校外体育锻炼的人数比例略高于小学阶段和高中阶段,高中阶段最低。原因主要有:小学生独立能力差需要家长陪伴才能参与校外锻炼,导致参与校外体育锻炼的比例较低,高中生因学习压力最大导致校外体育锻炼的比例很低;安徽省中小学生对有组织的校外体育锻炼较少,说明学生所在社区缺乏体育组织。校外体育锻炼的场所主要集中在空地、公园及居住地附近的学校体育场地等免费场地,项目以跑步和球类项目为主,原因主要是跑步较为简单易行,球类运动是学校体育的主要内容,学生校外从事这些项目进行锻炼具有一定的技能基础;社区是中小学生对校外体育锻炼的主阵地,安徽省中小学生对所在社区青少年体育活动经常组织的比例极小且满意度不高,说明安徽省社区建设没有发挥出体育锻炼、社会服务等综合功能,有待于进一步提高。学生对校外体育锻炼的重要性认识较高,家长也较为支持,说明体育锻炼的价值已经深入人心,尽管由于种种原因目前参与体育锻炼中小学生对比例不高,但可以认为校外体育锻炼具有较大的需求。

#### 3.3 中小学生对校外体育竞赛

体育竞赛活动能培养学生团队合作、尊重对手、遵规守纪和顽强拼搏的精神,有助于学生树立正确的人生观和价值观,是实现体育育人的重要途径<sup>[14]</sup>。校外体育竞赛是校外体育培训和校外体育锻炼的升华和检验,是提高参与者积极性最直接的措施。安徽省中小学生对参加校外体育竞赛的总体比例较小,其中初中生比例略高于小学生和高中生,

高中阶段最低。这种现状与全省中小学生竞赛体系有关,初中生的比赛通常有区县级、地市级和省级,而小学生省级比赛较少;高中生由于学习压力大,参加比赛的比例较小。当前安徽省中小学生校外体育竞赛的组织者主要是非营利性组织,体育竞赛的场所主要集中在户外空地、居住地附近学校体育场地、公园或城市广场等免费场所,反映出安徽省中小学生体育竞赛服务供给以满足基本需求为主,也反映出体育竞赛市场还不活跃;家长较支持学生参加校外体育竞赛,说明家长对校外体育竞赛的价值认识较为正确,有利于校外体育竞赛活动的进一步发展,也有利于中小学生校外体育竞赛市场的培育。

中小学生校外体育活动组织建设、场地设施建设与完善、科学健身指导等是安徽中小学生校外体育锻炼亟待解决的问题,反映出安徽省中小学生校外体育参与的全面需求。在完善的物质基础上,对追求高质量的体育参与提出了多样化的、高质量的需求。如何进一步构建校外体育公共服务平台体系,满足中小学生体育权利诉求<sup>[15-16]</sup>,是今后安徽省乃至全国青少年体育事业发展的主要任务。

## 4 结论与建议

### 4.1 结论

当前安徽省中小学生参与校外体育培训、体育锻炼及体育竞赛的总体比例不高,性别差异显著,不同学段差别较大,其中高中生的参与度最低;校外体育培训和竞赛的组织者以公益性机构为主,校外体育锻炼主要表现为学生自我组织,基本都在免费和低收费场地开展;学生所在社区几乎没有体育

社会组织,培训和竞赛组织很少,家长较支持学生参与校外体育,学生参与校外体育培训、锻炼目的多样且以健身为主,是学生提升体质健康水平的内在需求。学生对校外体育参与的期望主要在于增加青少年体育活动组织等软件需求、体育场地设施保障等硬件需求及科学健身指导需求。

### 4.2 建议

1)安徽省政府或教育行政部门出台政策,鼓励基层政府和教育部门开展校外体育培训、购买校外体育培训服务,动员和支持安徽省中小学生特别是女生参与校外体育培训,重点关注高年级的学生校外体育培训参与情况。

2)全面落实国家和地方有关学生减负政策,为安徽省中小学生参与校外体育锻炼留足时间,鼓励学生积极参与校外体育锻炼;支持社区开展联合中小学校开展校外体育活动、联合体育部门发挥社会体育指导员的专业指导功能;加快推进学校体育场地对外开放,加大中小学生校外体育场地和设施供给。

3)完善安徽省中小学生校外体育竞赛体系,为学生搭建多参与面广泛、层级系统的竞赛活动平台<sup>[17]</sup>,通过委托专业协会和青少年体育俱乐部、向企业购买服务等形式举办各类校外体育竞赛,充分调动企事业单位场地参与学生校外体育竞赛。

4)各级政府和体育部门应积极指导社区发挥体育功能,为学生校外体育参与筑牢阵地。鼓励社区成立青少年体育组织或增加现有社区组织的体育功能<sup>[18]</sup>,以学校、社区和家庭为依托,组建社会体育指导员志愿者组织,招募、培养专业志愿者,为安徽省中小学生校外体育参与提供专业知识和人力保障。

### 参考文献:

- [1] 健康中国行动推进委员会.健康中国行动(2019—2030年)[EB/OL].(2019-07-09)[2020-01-12].  
[http://www.gov.cn/xinwen/2019-07/15/content\\_5409694.htm](http://www.gov.cn/xinwen/2019-07/15/content_5409694.htm).
- [2] 严雨程.教育部明确要求中小学生每天要有2小时体育锻炼[EB/OL].(2019-07-26)[2020-02-05].  
<https://new.qq.com/omn/20190726/20190726A0QD9N00.html>.
- [3] 李卫东,王健,朱斌,等.湖北省青少年体质健康促进政策研究[J].武汉体育学院学报,2016,50(6):13-16.
- [4] 赵林.青少年校外体育健身保障机制研究[J].体育文化导刊,2015(7):18-21.
- [5] 包长春,姜山.青少年校外体育辅导现象利弊分析及治理对策[J].体育文化导刊,2018(12):114-118+130.
- [6] 任杰,平杰,舒盛芳,等.青少年体育健康教育模式的构建与干预策略——基于上海地区中、小学生的调查[J].体育科学,2012,32(9):31-36.
- [7] 肖坤鹏.青少年校外体育辅导现象解读[J].体育文化导刊,2016(8):152-156.
- [8] 刘璐,李峰.学校体育场地设施向社会开放的困境与现实路向研究[J].沈阳体育学院学报,2016,35(3):30-35.
- [9] 卢元镇,于永慧.我国体育改革与全民健身:回顾、展望及应关照的社会事实[J].上海体育学院学报,2019,43(1):1-6.
- [10] 舒宗礼.全民健身国家战略背景下社区青少年体育社会组织的培育与发展[J].体育科学,2016,36(6):3-10.
- [11] 马瑞,宋珩.基本运动技能发展对儿童身体活动与健康的影响[J].体育科学,2017,37(4):54-62.
- [12] 段佳丽,王观,高爱钰,等.北京市2014年中小学生体育锻炼知识态度行为[J].中国学校卫生,2017,38(3):341-344.
- [13] 陈金整,蔡浩刚,陆阿明,等.少年体育参与影响因素的相关性研究[J].成都体育学院学报,2015,41(2):121-126. (下转第86页)



队的三位内线球员都具备中远距离投篮能力,其中周琦的罚球命中率仅为40%。中国队又是一支较为倚重内线进攻的球队,在比赛的焦灼时刻或者决胜时刻这种罚球命中率是非常致命的。我们的后卫线罚球命中率也仅为68%,后卫本应是场上投篮稳定性和准确性最好的球员,从罚球次数就可以看出来我们的前锋球员在场上可以说毫无威胁,从罚球数据来看我们的前锋球员投篮时,防守球员不会扑到我们的前锋球员面干扰其投篮,我们的前锋球员几乎没有持球攻击篮筐的能力,这也就是为什么我们的前锋球员罚球次数少得可怜的原因。回看本届赛事,中国队主教练的排兵布阵选择也是中国队前锋表现乏力的主要原因,在此次赛事中中国队主教练为了提高攻防转换速度痴迷于三后卫阵容,导致整体阵容身高不足,篮板球处于劣势,中国队的锋线球员只有翟晓川能够获得上场机会,另外两位优秀的锋线球员几乎得不到上场机会等等。

## 4 结论与建议

### 4.1 结论

1)中国男篮在比赛中获得罚球数虽处于均值水平,但整体罚球命中率偏低,不能很好地把握罚球得分的机会,和世界强队相比罚球命中率( $P<0.05$ )存在明显差异。

2)中国队中锋球员获得罚球机会较多,说明中国队较为倚重内线球员进攻,后卫球员和前锋球员获得罚球机会较少,尤其是前锋球员,几乎没有罚球机会,说明我们的前锋球员缺乏攻击性,且各个位置球员罚球命中率不高,在前锋和中锋上和世界强队相比罚球命中率( $P<0.05$ )都存在明显差异。

3)中国队在比赛的第二节获得罚球机会很少且后期罚球命中率不高,尤其是加时赛阶段。

4)中国队获得罚球机会的区域主要集中在合理冲撞区和三秒区,三分线内的中距离进攻区域获得罚球机会很少,三分线外的投篮犯规获得的罚球机会只有一次,说明中国队中远距离进攻对于防守方来说威胁性不大,导致防守都集中在内线区域。

5)有目共睹CBA篮球联赛日趋火爆,现中国男篮队队员在本届世锦赛中的罚球率有所下滑,形成反差,值得好好总结。

### 4.2 建议

1)中国男篮应加强日常罚球、投篮的训练和比赛,提高罚球命中率。尤其是在非常特殊的情况下,强对抗、强疲劳和强困难的时候,把握好罚球得分的良好机会。

2)进一步加强球员不同位置的冲击力,尤其加强前锋球员的持球进攻能力和中远距离投篮的准确性和稳定性,早日解决“锋无力现象”。

3)加强在比赛的第二节制造罚球机会的能力,使队员在比赛的第四节时间里都可以保持较好的状态,保证队伍在整场比赛中的强大进攻,从而能形成对对手连续有效的进攻。

4)针对现中国男篮队队员在本届世锦赛中的罚球率有所下滑,应进一步提升队伍的管理水平,继续强化提高队员的拼搏、爱国和奉献等精神层面的教育和训练。

5)随着CBA篮球联赛市场的火热,应进一步完善比赛制度和规则完善,多一些限制外籍球员的上场时间,以此来增加国内球员锻炼提升的机会,以提高国家队的整体实力。

### 参考文献:

- [1] 刘义锋.对提高篮球罚球命中率训练的探讨[J].哈尔滨体育学院学报,2005(2):89-90.
- [2] 李希水.对篮球运动员罚球时的心理问题及训练的研究[J].吉林体育学院学报,2004,20(4):55-56.
- [3] 王洪宝,胡学明.影响篮球罚球命中率的因素[J].体育世界,2007,(10):46-47.
- [4] 马雷.对提高罚球命中率训练效果的研究[A].北京体育大学学报,2009,32(10):142-144.
- [5] 李航.上肢力量训练对篮球专项班男生罚球命中率的影响[J].武汉体育学院学报,2006,40(2):73-74.
- [6] 佟春雨.浅析“罚篮”在现代篮球比赛中的作用[J].辽宁体育科技,2002(5):20-24.

(上接第77页)

- [14] 蒋红文.学校体育竞赛活动育人价值及实现路径探究[J].青少年体育,2020(1):35-36.
- [15] 邵峰,邓鑫,董喜军.我国青少年体育发展中政府责任意识研究[J].沈阳体育学院学报,2017,36(2):41-45+51.
- [16] 刘林星,殷晓辉,邱建国.我国青少年校外体育公共服务模式的构建[J].首都体育学院学报,2019,31(2):166-170+192.
- [17] 柳鸣毅,王梅,徐杰,等.“健康中国2030”背景下中国青少年体育公共政策研究[J].体育科学,2018,38(2):91-97.
- [18] 王先茂,王健,鲁长芬,等.学校、社区、家庭体育一体化发展困局、域外经验与发展对策研究[J].成都体育学院学报,2019,45(3):112-118+126.