

大学生体质弱势群体隐性体育行为的 教师干预策略研究^①

赵东平¹, 周文芳²

1. 重庆科技学院 体育部, 重庆 401331; 2. 重庆城市管理职业学院 人文教育学院, 重庆 401331

摘要: 当前研究对大学生体质弱势群体隐性体育行为的教师干预策略进行了探讨. 采用文献资料、问卷调查、数理统计、专家访谈等方法对大学生体质弱势群体隐性体育行为的表现和影响因素进行调查分析, 并在此基础上提出大学生体质弱势群体隐性体育行为的教师干预策略, 以期有效改善大学生体质弱势群体的身心健康状况提供参考.

关键词: 大学生; 体质弱势群体; 隐性体育行为; 策略

中图分类号: G804

文献标志码: A

文章编号: 1000-5471(2019)10-0070-05

社会学行为理论认为^[1-2], 行为是个体在生活中表现出的生活态度及具体的生活方式, 是在相应的物质条件下, 个体或群体在社会制度及价值观念的影响下表现出的基本特征. 体育行为按其表现形式可分为显性体育行为和隐性体育行为, 相较于可以直接观察的显性体育行为, 隐性体育行为则是在特定学生群体中反映出的内在的心理活动过程, 主要由体育动机、体育价值观、体育态度、体育兴趣等组成, 对显性体育行为具有直接的导向、驱动和支持作用^[3]. 有研究进一步指出^[4], 隐性体育行为的内在驱动对学生体育参与的外在表现有着非常直接的促进作用, 对于主动获得体质健康水平的提高和身心的全面发展均具有非常积极的意义. 高校体质弱势学生群体因其特殊的身体和生理特征, 一直是高校体育教育的“短板”^[5], 同时因受责任分散效应的影响以及传统教学模式的束缚, 学校场域中对大学生体质弱势群体的关注和关怀都极为欠缺, 相关责任主体也不甚明晰, 教育公平理念在该群体中并没有得到足够的体现. 教师作为学校体育的直接参与者、主导者对学生的隐性体育行为有着极为重要的影响, 其情感的注入程度和有效的干预策略是影响其内在隐性体育行为的重要因素. 所以, 对高校体质弱势群体隐性体育行为的教师干预策略进行探究, 既是新时代教育公平理念的体现, 亦是高等教育改革进入“深水区”后的必然举措.

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

以重庆市6所本科院校的体质弱势学生群体作为调查对象, 该群体主要包括体测不及格、体质量指数 $BMI < 20$ 或 $BMI > 26.5$ 、因病或残疾免体测的3类学生.

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

根据研究主题, 在CNKI等中外文期刊网站收集有关体质弱势、隐性体育行为、行为与认知等相关文

① 收稿日期: 2019-03-02

基金项目: 重庆科技学院转岗干部专项科研项目(1989018); 重庆市教委科学技术研究项目(KJQN201901548).

作者简介: 赵东平(1963-), 男, 副教授, 主要从事学校体育学研究.

通信作者: 周文芳.

献资料. 同时, 借助高校图书馆查阅相关书籍和已有研究成果.

1.2.2 专家访谈法

根据研究目的和任务, 分别对西南大学等本科院校的体育老师和体育部门的领导进行走访, 就当前高校体质弱势学生群体的隐性体育行为进行专门访谈, 为本研究的开展获取资料.

1.2.3 问卷调查法

根据访谈专家的建议, 合理编制学生调研问卷. 问卷内容主要从体育参与动机、体育价值观、体育态度、体育参与兴趣等几方面进行设计. 为保证问卷的有效性和可靠性, 在发放问卷之前结合有关专家的实时建议反复对问卷进行完善, 在得到充分认可后予以发放. 针对体质弱势群体共发放学生问卷 230 份, 回收 218 份, 回收率为 94.8%, 其中有效问卷 210 份, 有效率为 91.3%.

1.2.4 数理统计法

运用 ExcelXP 和 SPSS17.0 统计软件对调研数据进行统计和分析.

2 结果与分析

2.1 大学生体质弱势群体隐性体育行为的表现

2.1.1 体育参与态度

G 奥尔伯特认为^[6], 态度是根据经验而系统化了的—种心理准备状态, 它对个人的反应具有指导性的或动力性的影响. 体育态度是对学生体育行为内在信念的评价, 是一种情感体验和行为意向的综合表现. 表 1 的统计结果显示, 有 28.10% 的学生对体育参与持“消极”态度, 有 11.90% 的学生对体育参与持“非常消极”的态度, 说明这一部分学生很少甚至是从不主动参与体育锻炼, 对体育参与带有一定的抵触心理.

表 1 大学生体质弱势群体体育参与态度统计表(N=210)

	非常积极	积极	—般	消极	非常消极
人数	19	38	69	59	25
百分比/%	9.05	18.10	32.86	28.10	11.90

2.1.2 体育参与动机

动机是激发和维持个体进行活动, 并使之朝向某一目标的心理倾向, 它是人类大部分行为的动力基础^[7]. 体育参与动机是指推动个体从事体育活动并维持这些活动的一种心理状态, 它是客观体育需求在学生内心的主观反映. 表 2 的统计结果显示, 大学生体质弱势群体体育参与的主要动机分别是强身健体、丰富业余生活、满足兴趣爱好、增加体育交流, 尤其是强身健体选项的选择频数达到了 172 次, 占比达 81.90%, 说明大学生体质弱势群体在身体上对健康的需要更为强烈, 另一方面也说明了强身健体仍然是学校体育最重要、最根本的职能.

表 2 大学生体质弱势群体体育参与动机统计表(N=210)

内 容	选择频数/次	百分比/%	排序
强身健体	172	81.90	1
丰富业余生活	89	42.38	2
满足兴趣爱好	75	35.71	3
增加体育交流	72	34.29	4
为了改变体型	39	18.57	5
应付体育考试	33	15.71	6
为了抗病防病	27	12.86	7
其他	3	1.43	8

2.1.3 体育参与兴趣

兴趣是人们认识自身需要时的情绪表现, 有着积极的情绪色彩和认知倾向^[8]. 体育参与兴趣是个体在认识和选择体育活动时的一种心理倾向, 它对于体育参与的积极性、主动性及习惯养成均具有非常重要的推动作用. 由表 3 的统计结果可知, 有 36.19% 的学生对体育参与的兴趣为“—般”, 仅有约五分之一的学生表示对体育参与“不感兴趣”. 总的来看, 大部分学生对体育参与的兴趣介于“—般”与“感兴趣”之间, 并呈

现出偏向“感兴趣”的趋势。

表 3 大学生体质弱势群体体育参与兴趣统计表(N=180)

	非常感兴趣	感兴趣	一般	不感兴趣	非常不感兴趣
人数	27	61	76	31	15
百分比/%	12.86	29.05	36.19	14.76	7.14

2.1.4 体育价值观

价值观是人们用以评价事物价值并以此指导自身行为的心理倾向。体育价值观是人们从自身出发对体育现象、体育功能的认识所产生的重要性判断的内部标准^[9]。体育价值观的树立对学生外在身体素质的提高与体育活动的加强有着非常直接的关系。表 4 的统计结果显示,大学生体质弱势群体的体育价值观排在前三位的主要是健身价值、娱乐价值和人际交往价值。大学生体质弱势群体对这 3 项的高认同感主要体现了对健身、娱乐和人际交往的内在需求,而对于体育经济价值和政治价值的认同感相对较低,说明很大一部分学生的体育价值观还存在一定的滞后性,有待进一步的加强。

表 4 大学生体质弱势群体体育价值观统计表(N=210)

观念类型	选择频数/次	百分比/%	排序
健身价值	195	92.86	1
娱乐价值	169	80.47	2
人际交往价值	106	50.48	3
教育价值	91	43.33	4
经济价值	45	21.43	5
政治价值	27	12.86	6

2.2 大学生体质弱势群体隐性体育行为的影响因素

2.2.1 主观因素的影响

个体身心发展的真正动力是其自身的主观能动性^[10],体质弱势学生群体除受特殊的身体和生理特征影响,其自身的主观能动性也是影响体育参与的重要因素。调查结果表明(表 5),在影响大学生体质弱势群体隐性体育行为的主观因素中,自身惰性和怕被别人笑话的选择频数最高,分别排在第一位和第二位。大学生体质弱势群体因其特殊的身体特征,在运动参与中往往处于劣势,从而表现出“怕出丑”的羞怯自卑心理,过高和过于泛化的羞怯自卑致使其虽有意愿参加体育活动但又不敢走向操场,久而久之就越发的懒惰和更加不自信^[11]。另外,没有喜欢的项目和缺乏意志力也是影响大学生体质弱势群体隐性体育行为的重要因素,占比分别达到 42.86%和 35.24%。值得一提的是,有部分学生(7.14%)对学校基于人文关怀出台的免修政策产生了误解,认为体育课可以申请免修,反正都可以及格,所以就没有必要参与体育锻炼。

表 5 影响大学生体质弱势群体隐性体育行为的主观因素统计(N=210)

主观因素	选择频数/次	百分比/%	排序
自身惰性	162	77.14	1
怕被别人笑话	112	53.33	2
没有喜欢的项目	90	42.86	3
缺乏意志力	74	35.24	4
体育课可以免修没必要	15	7.14	5

2.2.2 客观因素的影响

客观存在的外部环境是诱发大学生体质弱势群体内在隐性体育行为的重要因素。调查结果表明(表 6),影响大学生体质弱势群体隐性体育行为的客观因素中,缺乏参与体育锻炼的氛围、缺少场地器材、缺乏专业人员指导、缺乏课外活动组织和缺乏锻炼时间是制约学生参加体育活动的主要因素,其中缺乏参与体育锻炼的氛围和缺乏活动时间分别排在前两位。由于大学一、二年级学生的课业负担相对较重,占据了他们大部分的精力,使其没有更多可以自由支配的时间和精力投入到体育锻炼中。相较于场地器材的缺乏,参与体育锻炼的氛围对大学生体质弱势群体隐性体育行为的影响更为重要,虽然目前各高校都在积极营造良好的校园体育氛围,但并没有为体质弱势群体营造一个可以广泛参与的氛围,在学校举办的各类体育竞赛

活动中,体质弱势学生往往只是一个旁观者,并不能成为一个真正的参与者,继而直接影响到他们体育参与的积极性,成为影响大学生体质弱势群体隐性体育行为的另一重要客观因素。

表 6 影响大学生体质弱势群体隐性体育行为的客观因素统计(N=210)

主观因素	选择频数/次	百分比/%	排序
缺乏参与体育锻炼的氛围	158	75.24	1
缺乏活动时间	113	53.81	2
缺乏场地、器材设施	52	24.76	3
缺乏专业人员指导	41	19.52	4
缺乏课外活动组织	28	13.33	5

2.3 大学生体质弱势群体隐性体育行为的教师干预策略

2.3.1 教师应加大对体质弱势群体的人文关怀

对于体质弱势学生群体教师应加大对他们的人文关怀力度,在课堂内尽量为每一位学生制定相应的运动处方,做到“精准扶弱”。教学过程中,应更多的向体质弱势群体倾斜,在技能掌握上给予更多的指导,并适当降低教学难度和要求,让其获得更多的成就感,避免“免修”式的消极关怀。在课外体育中,教师应通过正面鼓励和侧面技术指导的补偿式教育弥补课堂教学的不足,让体质弱势学生的隐性体育行为在潜移默化的人文关怀中得到改善。

2.3.2 教师应增加与体质弱势群体的情感交流

师生之间有效的情感交流对于学生的心理和行为具有较好的促进作用,尤其对于体质弱势学生群体,他们由于特殊的身体或生理特征,在体育参与过程中有着较大的心理压力,这就需要教师有针对性地对其进行情感交流和心理疏导。随着交流的不断深入和情感的不断加深,体质弱势学生对老师的信任度得到了提高,逐渐走出心理的“阴霾”,并愿意参与到以老师为主导的各项体育活动中。通过体育活动中的情感认同,提升体质弱势学生群体的幸福感、获得感,提高体育参与的意识 and 兴趣,从而使体质弱势学生群体的隐性体育行为得到明显的改善。

2.3.3 教师应注重体质弱势群体良好体育习惯的培养

大学生体质弱势群体隐性体育行为的产生是一个长期的多种因素叠加、发展的过程,因此,要改善他们的隐性体育行为,提高他们的身心健康水平并非一朝一夕所能达成,这就要求教师在体育活动中不仅要注重技能的传授,更要注重学生良好体育习惯的养成。良好的体育习惯的养成可以充分发挥学生体育参与的自主性、自觉性,让其始终以一种积极的态度和饱满的精神状态主动、自觉、持久地参与到各项体育活动中,不仅有助于他们实现自我超越,更有助于隐性体育行为的切实改变。

2.3.4 教师应为体质弱势群体营造良好的体育活动氛围

良好体育活动氛围的营造不仅包括要为其提供必要的教学资源和活动场地,还包括成立稳定的管理机构和专门的体育社团或体育俱乐部。教师作为学校体育的主要参与者,应努力为体质弱势学生群体营造一个多方参与、乐享其中的体育活动氛围,让体质弱势学生群体既有自己的组织,又有定期的活动开展,还有专业教师或医务人员的指导,从而让体质弱势学生群体在这种良好的体育活动氛围中不断提高体育参与的兴趣,使其内在的隐性体育行为得到有效改善,继而对其外在的显性体育行为和身体素质产生明显的改善作用。

3 结 论

大学生体质弱势群体主要由身体残疾、特殊疾病和身体虚弱 3 类学生构成,这类学生在隐性体育行为(体育动机、体育价值观、体育态度、体育兴趣等)上均表现出不同程度的消极现象,除特殊的身体和生理特征外,其自身惰性、自卑心理和良好的体育活动氛围等主、客观因素对大学生体质弱势群体隐性体育行为均有非常重要影响。教师的有效干预对体质弱势大学生隐性体育行为具有较好的促进作用。

参考文献:

- [1] 陶漫. 大学生隐性自杀行为的概念辨析、识别工具及方法 [J]. 教育评论, 2016(5): 99-102.
- [2] 戴维·迈尔斯. 社会心理学 [M]. 8版. 侯玉波, 乐国安, 张智勇, 等译. 北京: 人民邮电出版社, 2006.
- [3] 金健秋, 徐国宏, 尹海立. 大学生体育行为探析 [J]. 中国体育科技, 2001, 37(7): 33-35.
- [4] 肖舒鹏, 骆理俊. 高校体育弱势群体学生隐性体育行为的研究——以江西省为例 [J]. 中国学校体育(高等教育), 2014, 1(8): 21-24.
- [5] 寇文海, 王华倬, 周坤. 教育公平视域下高校体育弱势群体体育教育权利保障研究 [J]. 体育文化导刊, 2018(11): 131-135.
- [6] D. P. 奥苏伯尔. 教育心理学 认知观点 [M]. 北京: 人民教育出版社, 1994.
- [7] 段锦云, 王朋, 朱月龙. 创业动机研究: 概念结构、影响因素和理论模型 [J]. 心理科学进展, 2012, 20(5): 698-704.
- [8] 徐冬英. 学业情绪理论及其对流动儿童学业情绪辅导的启示 [J]. 教育学术月刊, 2017(6): 96-105.
- [9] 元文学, 侯金凤. 生命周期视域下学生体育价值观理论探讨: 影响因素与培养策略 [J]. 沈阳体育学院学报, 2019, 38(1): 52-57.
- [10] 刘一民, 刘翔. 青少年学生体育行为的本真、异化与回归 [J]. 北京体育大学学报, 2017, 40(5): 66-72.
- [11] 文旭平, 文善恬. 主题团体心理辅导融入体育教学的实验研究——一项“改善羞怯”的团辅融入高校体育课程的干预实践 [J]. 西南师范大学学报(自然科学版), 2015, 40(2): 145-149.

On Teachers' Intervention Strategies of Recessive Physical Education Behavior of Vulnerable Groups in College Students' Physique

ZHAO Dong-ping¹, ZHOU Wen-fang²

1. Department of Physical Education, Chongqing University of Science and Technology, Chongqing 401331, China;

2. School of Liberal Education, Chongqing City Management College, Chongqing 401331, China

Abstract: The current research probes into the teachers' intervention strategy of recessive sports behavior of college students' physique weak group. By means of literature, questionnaire, mathematical statistics and expert interview, an investigation and an analysis have been made in this paper on the performance and influencing factors of hidden sports behavior of vulnerable groups of college students' physique. On this basis, the author has put forward the teacher intervention strategy of recessive physical education behavior of college students' physique vulnerable groups, in order to provide reference for effectively improving the physical and mental health of college students' physical and mental weak groups.

Key words: college students; physique weak group; recessive sports behavior; strategy

责任编辑 胡 杨