

# 高校高职称教师群体体育健身意识的调查研究

翁兴和<sup>1</sup>,梅雪雄<sup>2</sup>,黄景东<sup>1</sup>

(1. 厦门大学体育部,福建 厦门 361005;2. 福建师范大学体育科学学院,福建 福州 350007)

**摘要:**主要采用文献资料法、调查法、数理统计法,对福建省高校高职称教师的健康状况、体育人口现状及其特征和体育健身意识进行了分析。结果表明:福建高校高职称教师群体的身体状况不容乐观,体育人口为 20.9%,教师对体育与健康的关系、全民健身活动、体育健身功能等的认识只停留在表面层次,还没有达到理性认识。

**关键词:**全民健身;体育健身意识

**中图分类号:**G806(257) **文献标识码:**A **文章编号:**1007-3612(2004)08-1034-03

## Study on Fitness Consciousness among Teachers with Senior Professional Titles at Colleges and Universities

WENG Xing-he<sup>1</sup>, MEI Xie-xiong<sup>2</sup>, HUANG Jing-dong<sup>1</sup>

(1. Dept. of P. E. Xiamen University, Xiamen 361005, Fujian China; 2. School of Kinesiology and Physical Education, Fujian Normal University, Fuzhou 350007, Fujian China)

**Abstract:** Adopting the methods of literature review, investigation and mathematical statistics, this paper makes an analysis of the health condition, present condition of sport population and its characters as well as fitness consciousness of the teachers with senior professional titles at colleges and universities in Fujian Province. The result shows that the teachers' health condition allows of no optimism. The sport population accounts for 20.9% of the total number of the teachers. The relationship between the teachers and physical exercises, fitness, sports for all and the functions of physical exercises stays at the superficial level, far from consciousness.

**Key words:** fitness; consciousness

目前,已经有许多学者围绕全民健身进行了方方面面的研究,其中不少学者也对不同群体的体育健身意识进行了研究,但大多是纯理论性的或者研究得并不全面、深入。不同的群体有其不同的体育健身意识,关于福建高校高职称教师这一特殊群体的体育健身意识至今还没有人研究。良好的体育健身意识是形成体育锻炼习惯的基础。因此,本课题的研究目的正是想通过调查并了解福建省高校高职称教师群体的体育健身意识,以便提出培养其良好健身意识的措施,从而增强他们的体质。

## 1 研究对象和方法

**1.1 研究对象** 本课题样本选自厦门大学、集美大学、国立华侨大学、泉州师范学院、漳州师范学院、福州大学、福建师范大学、福建医科大学、福建农林大学、福建中医学院、闽江学院、福建工程学院、莆田学院、龙岩师范专科学校等高校的在职正、副教授。共发放调查问卷 300 份(采用随机抽样),回收问卷 243 份,其中无效问卷 29 份,有效问卷 214 份,有效回收率为 71%;男教师 142 名,占 66.4%,女教师 72 名,占 33.6%;正教授 40 名,占 18.7%,副教授 174 名,占 81.3%。从所选市区经济发展水平、各高校分布范围和学科专业分布等情况看,可认为本课题调查对象可以反映福建省高校正副教授这一群

体(2000 年福建统计年鉴查得有 30 所高校,其中正教授 643 名,副教授 2380 名)的基本状况与特征。

### 1.2 研究方法

**1.2.1 调查法** 从大量文献中收集并经专家筛选,选取了体育锻炼与健康的关系认识、全民健身的认识、体育健身功能的认识等几项指标,设计了《福建省高校高职称教师群体体育健身意识问卷》,对上述研究对象进行问卷调查。为了保证问卷质量和可靠性,在实施问卷调查前,对问卷的内容效度进行了检验,专家总体评价结果为:很高和较高的占 87%。

**1.2.2 数理统计法** 运用 SPSS10.0 应用软件对收集到的有关数据进行统计处理。主要运用  $\chi^2$  检验进行差异的显著性检验。

## 2 结果与分析

**2.1 高职称教师的健康状况** 根据调查,高职称教师群体的身体状况不容乐观。在被调查者中,有 59.8% 的人患有不同程度的慢性疾病,其中有 64.1% 的人患有 1 种慢性疾病,有 30.5% 的人患有 2~3 种的慢性疾病,有 5.5% 的人患有 4 种以上的慢性疾病。

**2.2 高职称教师体育人口现状及其特征分析** 目前世界上对体育人口的界定尚没有一个统一的标准。因此,依据不同

投稿日期:2003-09-18

作者简介:翁兴和(1976-),男,福建建瓯人,助教,硕士,研究方向体育教学与训练。

的标准得出的体育人口数据就有较大的差别。根据国内外比较一致的看法,结合我国的实际情况及传统习惯,作者把体育人口的划分标准按每周参加 3 次以上体育活动,每次锻炼 30 min 以上作为本次研究体育人口的界定标准。调查资料显示,高职教师群体的体育人口为 20.9%,大大低于 42.91% 的广东省高校高级知识分子体育人口值<sup>[1]</sup>,低于 28.5% 的湖北省高校高级知识分子体育人口值<sup>[2]</sup>,而且也低于 34.3% 的全国科教文人员体育人口值(国家体育总局于 2002 年 12 月 6 日公布的 2001 年中国群众体育现状调查结果:科教文人员中的体育人口增长幅度较大,由 1996 年的 12.6% 增加到 2000 年的 34.3%)。从性别分组来看,男性高职教师属于体育人口的为 21.6%;女性为 19.4%。 $\chi^2$  检验表明男性体育人口与女性体育人口无显著性差别 ( $P < 0.05$ )。从年龄分组中可以看出,36~50 岁年龄组体育人口明显多于其它年龄组,高职教师体育人口有“中间大,两头小”的山峰型特征(图 1)。这与广东省高校高级知识分子体育人口和全国体育人口的“两头较大,中间较小”的马鞍型特征成相反状态。

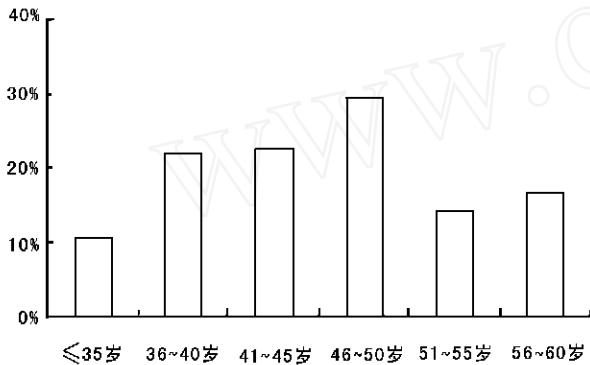


图 1

以高职教师的职称分组来看,正教授的体育人口为 11.1%,副教授为 23.0%;以高职教师的学历分组来看,博士后或博士学历的体育人口为 8.3%,硕士学历的为 11.5%,本科学历的为 28.8%。由此或许可以这么认为:学历越高,则教师越容易评上正教授,但同时也由于所承担的学科科研任务相对较重或学校的行政事务较多而影响了他们参加体育锻炼的时间。

### 2.3 高职教师的体育健身意识

2.3.1 对体育锻炼与健康的关系的认识(表 1) 结果表明,高职教师已认识到健康受多方面因素的影响,但对于体育锻炼是维持或增进自己身心健康最佳方法的认识还不足。

表 1 福建高校高职教师认为有利身心健康的因素

	男		女		合计	
	人数	比例/ %	人数	比例/ %	人数	比例/ %
经常保证充足的睡眠	91	64.1	42	58.3	133	62.1
适当参加娱乐活动	89	62.7	42	58.3	131	61.2
进行适度体育活动	76	53.5	43	59.7	119	55.6
有规律的生活	80	56.3	32	44.4	112	52.3
提高饮食质量	65	45.8	46	63.9	111	51.9
不吸烟或少吸烟	73	51.4	15	20.8	88	41.1
不饮酒或少饮酒	60	42.3	17	23.6	77	36.0
控制饮食	54	38.0	22	30.6	76	35.5
补充一些保健品	33	23.2	19	26.4	52	24.3
适当参加社区、单位活动	30	21.1	16	22.2	46	21.5
其它	5	3.5	2	2.8	7	3.3

#### 2.3.2 对全民健身的认识

2.3.2.1 对“全民健身计划”的了解 调查表明,有 13.1% 的人从未听说过“全民健身计划”,有 30.8% 的人仅仅听说过,有 42.1% 的人知道但不清楚内容,有 14.0% 的人知道并了解内容。这种情况表明高职教师群体对“全民健身计划”的了解程度还不能令人满意。到 2000 年为止,全民健身计划第一期工程已经完成,现今已进入了第二期工程的实施。然而,对于福建高校高职教师来说还有 13.1% 的人从未听说过“全民健身计划”,这与“家喻户晓,人人参与”的目标还有较大的差距。可见,福建各高校对“全民健身计划”的宣传力度还不够。

2.3.2.2 对全民健身与体育产业关系的认识 发展全民健身,在注重全民身心健康水平提高的同时,我们也要注意体育产业的发展。全民健身的发展与体育产业的发展是相互影响、相互促进的关系。

调查表明,高职教师有 46.3% 的人认为全民健身活动的开展要注重全民身心健康水平的提高,有 2.8% 的人认为全民健身活动的开展要注重体育产业的发展,而有 50.9% 的人认为全民健身活动的开展要在注重全民身心健康水平提高的同时注重体育产业的发展。这说明许多高职教师已经认识到了全民健身活动的开展应以全民身心健康水平的提高为根本,同时还应重视体育产业的发展。

2.3.2.3 对全民健身活动的主要经费来源的认识 调查资料显示,有 7.5% 的高职教师认为全民健身活动的主要经费应该由国家来出,有 4.7% 的人认为应该由单位来出,有 8.9% 的人认为应该由个人出资,而有 79.0% 的人则认为应该由国家、单位与个人共同来出资。这一统计结果表明,在全民健身活动开展经费来源上,绝大多数高职教师都已认识到全部由国家出资是不现实的,但认为完全由个人出钱参加体育锻炼的教师也并不多。由此可见,随着计划经济向市场经济的转轨,人们长期以来所形成的依靠国家投资搞体育活动的观念虽已有所改变,但这种转变不可能一步到位。而在过渡期间,全民健身活动的开展应采取国家、单位与个人共同出资的方式是可以考虑的。但是,应通过宣传和各种媒体等介绍其他国家大众体育的运行模式,让广大人民群众认识到每一个人都应对自己的健康负有责任,群众体育的最终取决于大众的自发、自学与自愿,自费是不可避免的。

2.3.3 对体育健身功能的认识 在对体育功能认识的多项选择中(表 2),大部分高职教师基本上认识到了体育锻炼在促进人的生理、心理和社会适应等方面的作用。但是,根据作者的访问和观察,还有一部分人对体育健身功能的理解还只是停留在表层,还没达到内化的水平。

表 2 福建高校高职教师对体育功能的认识程度(前十位)统计

序号	功能	人数	比例/ %
1	能增强体质、增进健康	201	93.9
2	能锻炼意志	168	78.5
3	能调节情绪	161	75.2
4	缓解紧张的生活、工作压力,保持自己旺盛精力	155	72.4
5	能丰富生活	148	69.2
6	能防病治病	147	68.7
7	能陶冶情操	140	65.4
8	能保持健美的体型	128	59.8
9	克服不良习惯,充实生活	115	53.7
10	能加强人际交往	114	53.3

(下转第 1038 页)

象棋图》。

3.2 西夏体育既有“军中之戏”，亦不乏休闲、娱乐之功用。西夏勃兴以武力。宋夏时期，民族矛盾经常处于主导地位，战事不断，刺激了社会对军事技能的需要，习武被社会所重视。西夏体育项目中的射术、蹴鞠等本为军中练武之戏，没有摆脱军事训练的性质。然射术、蹴鞠、相扑实兼有练武、娱乐、健身为一体的功能。而围棋、象棋活动更是一种舍弃气力、取其寂静、独用心思的以纯娱乐为目的的体育运动形式。即便是练武中的射术竞技，又可以赌博方式进行，但尺度把握十分明确。西夏的舞蹈、弈棋活动，折射出西夏民族爱好和平、享受安宁生活的精神状态。

3.3 西夏体育形式尚不完备、纯粹。西夏是佛教国家，亦深受儒学影响。西夏中期的仁宗、仁孝时期，是西夏封建经济的高度发展时期，由于崇尚儒学与实行科举取士的结果，使党项贵族逐渐失去了崇尚骑射的武风，而日益沉溺于安逸奢靡之中。较之德育、智育，西夏体育有被忽视、轻描淡写之时。由于史文简缺，对西夏体育中的御马、泛舟等活动仅作了简单表述和臆测，具体形式尚不明了。古代习御应该掌握的五种技术即“五御”，就是“鸣和鸾、逐水曲、过君表、舞交衢、逐禽左”五种驾车控马的基本技术<sup>[4]</sup>，从要求的这些内容看，西夏之“御”是否具备，还没有相关材料的印证。另有考：汉魏时棋局（指围棋）纵横十七道，至唐增为十八道，至宋时为十九道<sup>[15]</sup>。西夏虽遗有形制多样的围棋子实例，但对其棋局道数及棋子数目，仍缺乏足够的认识。又如《文海》中“剑武”释：“武斗也，敌对有之兵器为砍断之谓”<sup>[61]</sup>；“竞走”释：“疾趋也，为你争我赶之谓”<sup>[61]</sup>。若按此两条释句认可西夏有“剑术”项目和类似现代田径运动中的“竞走”项目，依据亦较勉强。

3.4 西夏体育也是中华民族多元文化碰撞、交流的一个侧面。宋、辽、金、西夏时期文化的交流与发展，是农业文化与草原文化同时并存、互相影响、激荡、借鉴、促进。党项族立足的河套兴、灵、绥、宥、夏州等地，原来就是中原王朝的边区，农

业经济相当发达，汉文化的发展有着深厚的基础。党项族在深入汉族地区，并长期和汉族人民生活往来中，自觉或不自觉受汉文化即唐宋文化的影响。逮至建国，其典章文物制度多采自宋朝，即富弼说西夏“得中国土地，役中国人力，称中国位号，仿中国官属，任中国贤才，读中国书籍，用中国车马，行中国法令”<sup>[16]</sup>就是指这一方面的情况而言。中国古代传统体育活动中的乐、射、御、相扑、蹴鞠、弈棋等项目在西夏的存在，正是在此背景下，汉文化交流、借鉴的一部分内容。

## 参考文献：

- [1] 汤开建. 谈谈古代党项民族的武技与尚武精神[J]. 武术研究, 1982, (1).
- [2] 汤开建. 谈谈党项民族的武技及其尚武精神[J]. 甘肃群体, 1982, (1).
- [3] 秦文忠. 略论西夏的军事体育[J]. 宁夏大学学报(自然科学版), 1985, (1).
- [4] 吴炎. 党项民族的尚武精神及军事体育活动[J]. 成都体育学院学报, 1988, (4).
- [5] 李范文. 同音研究[M]. 银川: 宁夏人民出版社, 1986.
- [6] 史金波, 白滨, 黄振华. 文海研究[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 1983.
- [7] 史金波, 白滨, 吴峰云. 西夏文物[M]. 北京: 文物出版社, 1988.
- [8] 史金波, 聂鸿音, 白滨译. 西夏天盛律令. 卷 10. 司序行文门. 见刘海年, 杨一凡总主编. 中国珍稀法律典籍集成[M]. 北京: 科学出版社, 1994, 甲编第 5 册第 244 页.
- [9] 戴锡章编撰, 罗矛昆校点. 西夏纪. 卷 13[M]. 银川: 宁夏人民出版社, 1988, 291 - 293.
- [10] 史金波. 西夏、党项史料正误三则[J]. 民族研究, 1981, (3).
- [11] 中国社会科学院考古研究所编著. 宁夏灵武窑发掘报告. 第 75 ~ 77 页、107 页、133 页、188 ~ 189 页, 图版 76、图版 103、图版 134, 中国大百科全书出版社, 1995.
- [12] 王天顺. 西夏地理研究[M]. 兰州: 甘肃文化出版社, 2002.
- [13] 西夏天盛律令. 卷 18. 渡船与舟门. 见刘海年, 杨一凡总主编. 中国珍稀法律典籍集成. 甲编第 5 册第 419 页.
- [14] 崔乐泉. 古代的体育教育[J]. 文史知识, 1998, (4): 67.
- [15] 尚秉和. 历代社会风俗事物考[M]. 岳麓书社, 1991, 393.
- [16] 长编. 卷 150, 庆历四年六月条.

(上接第 1035 页)

2.3.4 对体育报道、比赛方面的关注程度。随着社会的进步，人们余暇时间的增多，体育宣传和报道已成为社会媒体关注和选择的重要内容之一。中央和地方的报刊、电视中，体育内容的报道逐年增加，关注体育的新闻报道，欣赏体育比赛已成为居民业余文化生活的重要组成部分。调查显示，高职教师主动关注体育的人数占 41.4%，处于“主动、被动、随意和不关注”4 种因素的第 2 位，多于常乃军调查的山西中型城市居民主动关注体育的人数百分比(31.02%)，被动关注、随意关注和不关注的人数比例分别占调查人数的 7.9%、48.6%、2.3%。这与知识分子比较重视文化生活的职业特点有很大的关系，同时与社会的进步、全民健身的宣传、他们的闲暇时间增多及他们对健康重要性的认识等有明显的正相关关系。

调查发现，主动关注体育新闻报道和比赛的男性高职教师略高于女性高职教师，分别占本群体的 45.1%、33.3%。检验表明男女之间无显著性差异( $P < 0.05$ )。也许可以认为，随着社会和经济的发展，职业妇女，特别是知识分子的职业妇女已经摆脱了体育是男性特有的传统观念的束缚，体验体育的快乐正成为她们所追求的目标。

## 3 结论与建议

1) 福建省高校高职教师群体的健康状况不容乐观，各高校领导应重视本校体育活动的开展，努力促进全校师生积极参加体育锻炼，加强校园体育文化的建设，从而使高职教师在这个浓厚的体育环境中形成良好的体育意识。2) 福建省高校高职教师对体育与健康的关系、全民健身活动、体育健身功能等的认识只停留在表面层次，还没有达到理性认识。各高校应该加大开展体育锻炼意义的宣传力度，大力宣传身体健康的真正意义，使高职教师正确理解身体健康的基本概念，提高他们对体育健康重要性的认识，以促使其积极投入到科学、健康、有效的体育健身运动中去。

## 参考文献：

- [1] 熊斗寅. 从国际大众体育发展趋势展望我国全民健身计划的发展前景[J]. 体育科学, 1998, 18(2): 3 - 8.
- [2] 许红峰, 黄汉升, 韩淑艳, 等. 2010 年中国社会体育发展趋势[J]. 中国体育科技, 1999, 35(5): 2 - 13.
- [3] 陈辛. 提高大众健身意识的对策[J]. 体育文史, 1998, (4): 20 - 21.
- [4] 李力研. 论“全民健身计划”的基础理论建设[J]. 武汉体育学院学报, 1995, (3): 9 - 13.
- [5] 李建英, 许家巧. 试论太原市民健身意识与行为差异性[J]. 中国体育科技, 38(3): 43 - 45.
- [6] 张永军. 我国 25 - 50 岁劳动力人口的健身观念[J]. 体育科学, 18(3): 12 - 15.