

县级中学学生对健美操运动的态度与认知调查

---以贵州省毕节市金沙中学为例

谢容

西藏民族大学体育学院

DOI:10.12238/mef.v4i2.3465

[摘要] 本文通过问卷调查、访谈及数理统计等方法,对贵州省毕节市县区万人学校金沙中学的健美操运动开展现状、学生态度及认知情况进行调查。得出结论:金沙中学学生了解健美操的途径较为单一,学生对健美操的认知有较大偏差,部分学生有抵触情绪。提出建议:学校应以多媒体为媒介为学生营造良好的体育氛围,激发学生对健美操的认知及塑造学生良好的学习态度,通过组织健美操比赛,增强学生在健美操教学中的学习效果转换。

[关键词] 中学生;健美操;认知

中图分类号: G8

文献标识码: A

A Survey of Students' Attitude and Cognition to Aerobics in County Middle Schools

---Taking Jinsha Middle School in Bijie City, Guizhou Province as an Example

Rong Xie

College of Physical Education, Xizang Minzu University

[Abstract] Through the methods of questionnaire, interview and mathematical statistics, this paper investigates the current situation, students' attitude and cognition of aerobics in Jinsha Middle School in Bijie City, Guizhou Province. Conclusion: Jinsha middle school students' way of understanding the aerobics is relatively single, students have a big deviation in cognition of aerobics, and some students are resisting. Suggestions: the school should take multimedia as the medium to create a good sports atmosphere for students, stimulate students' cognition of aerobics and shape students' good learning attitude, through the organization of aerobics competition, enhance students' learning effect conversion in aerobics teaching.

[Key words] middle school students; aerobics; cognition

健美操是一项集体操、舞蹈、音乐为一体的有氧类运动项目,健美操运动既能帮助中学生增强体质、陶冶情操、增加自信和提升审美能力,又能在竞赛的过程中提升学生的专业技能和社会适应能力;经常练习可改善和提高学生的心肌功能,适宜的运动强度能够从整体上提高学生的营养水平,代谢能力及免疫力。健美操动作和程序对整体肌群和局部肌群都具有明确的针对性,经常进行健美操锻炼,能改善形态,塑造形体。

中学生特别是高中生所承学业的压力较大,而健美操明快奔放的音乐和井然有序的动作会转移练习者的注意力,

缓解学业所带来的压力,同时也可体会到相互合作,共同进步,永不言败的体育精神。为促进毕节市金沙中学健美操运动的更好开展提供参考依据。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

以贵州省毕节市金沙县金沙中学5位健美操老师和随机抽取的630位学生为调查对象,对金沙中学健美操运动开展现状进行调查。

1.2 研究方法

1.2.1 本文通过文献资料法、访谈法、问卷调查法、数据统计法对金沙中学三个年级的学生和学校健美操教师发

放电子问卷655份,其中有效率问卷635份,有效率97%;

2 研究结果与分析

2.1 金沙中学学生对健美操运动的态度情况分析

态度是推动认知新事物的重要动机,作为锻炼主体的中学生,对健美操抱以什么样的态度,关系到他们在健美操运动中的学习效果。在对金沙中学随机抽查的630位学生中,关于健美操运动喜爱程度调查中,对健美操这个项目非常喜欢、喜欢、一般喜欢、不太喜欢及非常不喜欢的人数分别占总人数的8.7%、19.2%、53.3%、15.9%、2.9%。其

中,选择不喜欢与非常不喜欢的多为男生,在进一步的访谈中,发现他们对健美操的兴趣不高,甚至比较抵触,大多数男生主认为健美操这个体育项目是归属于女孩子的项目,他们相对比较喜欢同场竞技对抗类(篮球、足球)的运动项目;调查中,健美操老师表示,学习过程中男生协调性都会稍弱一些,学起来比较吃力,所以觉得动作难,不好学,如表1所示。

表1 金沙中学学生对健美操的态度情况表 (n=630)

变量	非常喜欢	喜欢	一般	不太喜欢	非常不喜欢
人数	55	121	336	100	18
百分比	8.7%	19.2%	53.3%	15.9%	2.9%

调查数据显示,该校学生对健美操的喜好程度中在一般喜欢所占比例最大,占总人数的53.3%。可见,如果学校针对健美操增大发展力度引导,激发学生学习兴趣,会很大程度导航提高学生对健美操运动的喜爱程度。极不喜欢也是极少一部分,大多数男生认为,健美操是女孩子的运动项目,对健美操缺少正确的认识。对于这部分人,我们只能从根源上去改变。

针对对健美操课有抵触情绪的,我们应该加大对健美操的宣传力度,让学生了解健美操的意义和价值,让学生在学的过程中体验到健美操,给他们带来的乐趣,为开展健美操教学奠定基础。

2.2 学生对健美操运动的认知

健美操运动是众多体育项目中同时拥有艺术和体育的完美结合,而且健美操能给学习者带来成就感,在节奏明快欢快的音乐伴随下享受运动带来的快乐体验,在紧张的中学生活中可以帮助其排解其生活和学习带来的郁闷情绪,舒缓身心。所以,健美操的发展必不可少。金沙中学学生对健美操的认知情况如下:非常了解、了解、一般、不了解,人数分别是44人、103人、287人、196人,分别占总人数的7%、16.3%、45.6%、31.1%,如表2。由此可见,对健美操不了解的学生人数将近占有三分之二,学

生们对于健美操的了解大部分停留在一知半解中,缺乏积极引导。这也是制约该校健美操运动的发展的重要因素。由于学生对健美操认识不足,喜好态度也会偏低,如果很好的与校园文化相结合,增加普及程度,学生对健美操的认知便能有效解决。

表2 金沙中学学生对健美操了解程度调查表 (n=630)

健美操了解程度	人数	百分比
非常了解	44	7%
了解	103	16.3%
一般	287	45.6%
不了解	196	31.1%

2.3 在健美操的了解途径方面

表3 金沙中学学生了解途径调查表 (n=630)

了解途径	人数	百分比
体育课中	217	34.5%
网络	158	25.1%
家长	12	1.9%
健美操培训班	50	7.9%
不了解	147	23.3%
其他	46	7.3%

除了在体育课,网络了解健美操运动之外,学生课余时间还可以通过杂志,宣传片,海报公益性健身娱乐场所等其它方式了解健美操,健美操不仅仅局限于学校内推广,可以通过课外活动,校外公益的形式了解健美操。学生的了解途径反应了该地区健美操发展情况,而在对金沙学生的调查中了解到,大多数学生来自于乡镇中小学,小学及初中基本没了解过。有34.5%的学生是在体育课中才对健美操有所了解;27%的同学通过网络途径和受家长影响;另外,7.9%的学生通过健美操培训班了解该项目;有193名学生对健美操不了解或其他,占总人数的30.6%。数据显示的结果也反应了该校健美操发展的比较落后的,总的来说,金沙中学是一个万人型高中,其生源来自整个县城,数据该校学生对健美操的了解途径单一,大多源于体育课,直接映射了该地区的健美操发展水平一

般,以及该地区对该项目的重视程度不够,如表3所示。

3 建议

金沙中学大部分学生对健美操的态度为喜欢或一般喜欢,还有少部分学生甚至是持抵触情绪;金沙中学无论是场地设施还是师资力量上都是能够满足该校健美操课程开展需求的,但是学生对健美操的课程兴趣不够,问题还出在健美操教学内容上,在教授内容上选择符合学生身心特点,满足学生的兴趣导向,满足学生好奇心,做出大胆创新能够达到健美操教学要求的教学内容。激发学生积极的学习态度,促进学生对健美操有更深入的了解。

金沙中学学生对健美操这项运动知之甚少,大都是通过体育课及网络才对该项目有所认识,了解途径过于单一;金沙中学是一个全寄宿制的学校,学校周末都会组织观看电影。因此建议可以利用这个时间段播放各种健美操激动人心的比赛视频,借助多媒体为学生营造一个体育氛围,激发学生的学习兴趣。

[参考文献]

- [1]官家秀.安徽省大学生健美操开展现状及发展研究[J].体育科学,2004(12):74-76.
- [2]孙晓琪.如何提高中学生对健美操的学习兴趣[J].科学大众(科学教育),2020(03):190.
- [3]赵婧语,郭兰英,刘万兵,等.黄冈市城区小学健美操教学开展现状及发展对策研究[J].体育科技文献通报,2019,27(08):78-82.
- [4]官家秀,郝利玲.安徽省大、中学校健美操开展现状与发展研究[J].北京体育大学学报,2006(01):110-112.
- [5]雷强,李凤梅.《全国健美操大众锻炼标准》在西安市高校开展现状的调查研究[J].西安体育学院学报,2004(6):32-34.

作者简介:

谢容(1997—),女,汉族,贵州毕节人,2020级硕士研究生在读。