

## 泰安市残疾大学生体育活动现状与发展对策研究

潘 峰

泰山医学院, 泰安, 271000

**摘要:** 随着我国高校的扩招, 高校中残疾大学生的数量逐步增加。体育活动能够促进他们身体的康复, 也能够陶冶他们的情操, 因此高校残疾大学生体育活动的开展意义重大。本文以泰安市的高校残疾大学生为研究对象, 调查分析了高校体育教师对残疾大学生体育活动的态度及残疾大学生体育锻炼的等级、时间、强度、场所和锻炼项目等, 并提出了相应的发展对策。

**关键词:** 泰安市, 残疾大学生, 体育活动, 发展对策

## Research of Taian Disability Students' Physical Activities Situation and Development Strategy

PAN Feng

Taishan Medical University, Taian, 271000, China

残疾人是我国人口的重要组成部分, 在总人口数量中占据一定的比例。社会各界逐渐重视残疾人的利益和体育锻炼, 残疾大学生在高校中的教育和利益也得到了进一步的重视和发展, 认识到发展残疾人体育教育是高校体育教育的一部分, 也是和谐社会发展的基本要求。我国相关法律法规也明确规定了应当在高校中开展残疾大学生体育教育, 《中华人民共和国体育法》第 16 条规定: “学校应当创造条件为病残学生组织适合其特点的体育活动。”《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》中也明确提出了: “对部分身体异常和病、残、弱及个别高龄等特殊群体的学生, 开设以康复、保健为主的体育课程。”

### 1 研究对象与方法

#### 1.1 研究对象

本文以泰安市山东农业大学、泰山医学院、泰山学院、泰山职业技术学院和山东服装职业学院等高校的 100 名残疾大学生和 50 名体育教师为研究对象。

#### 1.2 研究方法

##### 1.2.1 问卷法

本研究根据残疾大学生体育教学和锻炼活动的实际情况选择了毛荣建 (2003) 锻炼态度量表, 梁德清等人 (1992) 修订的《体育活动等级量表》, 以及自行编制的残疾大学生课外体育锻炼行为情况调查问卷。对以上量表和自行编制的调查问卷进行了信度和信度检测, 均符合本文调查的目的和要求。

本研究随机从以上高校中抽取了 100 名残疾大学

收稿日期: 2012-06-26; 修回日期: 2012-09-29

通讯作者: 潘峰, 讲师。E-mail: fpan@tsmc.edu.cn

基金项目: 泰山医学院青年基金资助项目 (2011SKQN009)

生,其中50名男生和50名女生,发放100份,回收96份,有效问卷92份,男生问卷45份,女生问卷47份,有效率为92%;随机抽取了体育教师50人,发放问卷50份,回收50份,有效问卷48份,有效率为96%。

### 1.2.2 文献资料法

在本研究从选题到写作完成,根据研究的需要和残疾大学生体育教学和体育锻炼的特点查阅了大量的相关书籍和论文,比如:《社会心理学》、《教育学》、《特殊教育》、《体育心理学》、《教育心理学》、《锻炼心理学》、《特殊教育史》、《特殊体育概论》、《今日学校中的特殊教育》、《残疾人体育研究》、《体育锻炼与心理健康》、《国外特殊教育资料选编》等相关书籍。并且从“中国核心期刊网”、“中国学位论文数据库”及维普中文期刊网等查阅了大量的文献资料,为本文的研究提供了坚实的理论基础和方法。

### 1.2.3 统计学处理

对所回收问卷进行科学的整理分析,采用SPSS17.0对调查问卷进行数据处理。计数资料用卡方检验。 $P \leq 0.05$ 为差异有统计学意义。

### 1.2.4 逻辑分析法

本文研究过程中,运用了逻辑学的相关知识和方法对相关资料和信息进行了比较、分析和归纳,发现研究中存在的问题,并进行了及时的修改。

## 2 结果与分析

### 2.1 体育教师对残疾大学生参加体育活动态度的调查分析

高校体育教师是残疾大学生参加体育活动的组织者和鼓励者,他们的态度与看法决定着残疾大学生体育活动的正常开展与否。通过表1可知,在调查的48名体育教师中,有79.17%的体育教师认为残疾大学生完全有必要上体育课,有16.67%的体育教师认为残疾大学生完全没有必要上体育课,有4.17%的体育教师认为残疾大学生是否上体育课由他们自己决定。由此可见,在高校体育教师队伍中大多数的体育教师还是认识到体育课对残疾大学生体育锻炼的重要性,但是仍然有一部分的体育教师认识不到体育教学对残疾大学生的康复作用。

表1 您认为残疾大学生有必要上体育课的选择结果

项目选择	选择人数	百分比 (%)
完全有	38	79.17
完全没有	8	16.67
随他们自己	2	4.17

( $\chi^2 = 46.50, P = 0.000$ )

在体育教学的过程中对所在班级的残疾大学生是如何安排的,由表2可知,有50%的体育教师安排残疾大学生见习,有20.83%的体育教师安排残疾大学生免修体育课,有29.17%体育教师让残疾大学生自己选择,没有体育教师设计安排有助于他们康复的活动。由此可见,体育教师在班级残疾大学生的课程安排上还存在较大的问题,没有体育教师专门针对残疾大学生设计有利于他们康复的体育活动。同时通过卡方检验, $P$ 值小于0.05有显著差异性,统计结果有意义。

表2 假定您现在所代班级有残疾学生  
您将如何安排他们的体育课

项目选择	选择人数	百分比 (%)
免修	10	20.83
见习	24	50.00
随学生自愿	14	29.17
设计安排有助于他们康复的活动	0	0

通过表3可知,在调查体育教师安排残疾大学生见习或者免修的原因,有47.92%的体育教师认为其主要的原因为所学有限,无法兼顾;有20.83%的体育教师是尊重学生和家长的请求;有16.67%的体育教师认为是为避免发生伤害事故,不敢问津;有14.58%的体育教师认为是师资不足,无法兼顾。

表3 您认为让残疾生免修或见习的选择结果

项目选择	选择人数	百分比 (%)
师资不足无法顾及	7	14.58
所学有限无法兼顾	23	47.92
尊重家长、学生的要求	10	20.83
为免意外不去问津	8	16.67

表4 如果体育教师没有想过为残疾学生设计安排有助于他们康复的活动的选择结果(可做多项选择)

项目选择	选择人数	百分比(%)
时间精力不允许 无法去兼顾	36	75.00
自身教学能力有限	22	45.83
怕学生出意外 无法承担责任	45	93.75
学校不曾要求 超出了自己的职责	30	62.50

在调查体育教师为什么不能设计有助于残疾大学生康复的体育内容的原因,由表4可知,最主要的原因是因为怕学生出意外无法承担责任;其次是时间精力不允许无法去兼顾;再次是学校不曾要求超出了自己的职责;最后是因为自身教学能力有限。由此可见,害怕残疾大学生在体育教学活动中出现伤害是体育教师不设计体育教学康复内容的主要原因。

## 2.2 残疾大学生体育活动等级的调查分析

本文根据根据梁德清等人《体育活动等级量表》的评分标准,通过对调查的残疾大学生填写的《体育活动等级量表》进行统计得到他们一个月的运动量。由表5可知,在调查的45名男生中有53.6%的是小运动量,有34.4%的是中等强度的运动量,仅有12%的是较大强度的运动量。在调查的47名女生中有85.37%的是小运动量,11.1%的是中等运动量,3.2%的是大运动量。同时通过卡方检验, $P$ 值小于0.05,具有显著差异性,统计结果有意义。由此可见,残疾大学生在校体育活动运动量是不能满足体育锻炼的基本需求,应当加大运动量,从而取得较好的锻炼效果。

表5 残疾大学生课外体育活动等级统计表(%)

性别分组	小运动量( $\leq 19$ )	中运动量(20~42)	大运动量( $\geq 42$ )	$\chi^2$	$P$
男生( $N=45$ )	24(53.6%)	15(34.4%)	6(12%)	10.80	0.005
女生( $N=47$ )	40(85.7%)	5(11.1%)	2(3.2%)	56.979	0.000
$\chi^2$	4.000	5.000	2.000		
$P$	0.046	0.025	0.157		

## 2.3 残疾大学生体育锻炼频度的调查分析

体育锻炼的频度是检验体育人口的重要指标,由表6可知残疾大学体育锻炼的频度,每周锻炼3~5次的学生占到调查总数的15.22%,其中男生17.78%,女生12.77%;大约每天锻炼一次的占到总数的27.17%,其中男生24.44%,女生29.79%;每周锻炼1~2次的占到总数的38.04%,其中男生占到40%,

女生占到36.17%;一个月一次以下的占到总数的8.7%。在每周锻炼1~2次的队伍中,如果加以适当的引导教育,可以促使他们成为体育锻炼活动大军的成员。

通过卡方分析可知,在男女学生锻炼各频度之间的 $P$ 值均大于0.05,不具有显著差异性。但是在男生内部统计时 $P=0.004$ 小于0.05有显著差异性,但是女生 $P=0.119$ 大于0.05,不具有显著差异性。

表6 残疾大学生课外体育锻炼频度调查表

	一个月1次以下		一个月2~3次		每周1~2次		每周3~5次		大约每天一次		$\chi^2$	$P$
	$N$	%	$N$	%	$N$	%	$N$	%	$N$	%		
男生 (45人)	3	6.67	5	11.11	18	40.00	8	17.78	11	24.44	15.333	0.004
女生 (47人)	5	10.64	5	10.64	17	36.17	6	12.77	14	29.79	5.851	0.119
$\chi^2$	0.5				0.029		0.286		0.360			
$P$	0.480				0.866		0.593		0.549			

## 2.4 残疾大学生体育锻炼时间的调查分析

由表7我们可以知道残疾大学生残疾体育锻炼的时间,除正常的体育课外每次参加体育锻炼时间在31~59 min及以上的男女生比例分别为36.67%和21.28%;锻炼时间在11~30 min的学生占到调查总数的32.61%,其中男生占到了40%,女生占到了

25.53%,对这一部分残疾大学生进行适当的引导和指导,锻炼时间增加到30 min以上是完全有可能的。几乎没有持续性体育运动的学生占到总数的15.22%,这也应当引起重视。通过卡方检验可知,在锻炼的具体时间的选择上 $P$ 值均大于0.05,男女生之间没有显著差异性,在锻炼时间的选择上男生 $P=0.115$ 大于0.05,不具有显著的差异性,但是女生 $P=0.046$ 小于0.05,说明女生之间表现出明显的差异性。

表7 残疾大学生体育锻炼时间调查表

性别分组	几乎没有持续性体育运动		10 min 以内		11 ~ 30 min		31 ~ 59 min		1 h 以上		$X^2$	$P$
	$N$	%	$N$	%	$N$	%	$N$	%	$N$	%		
男生 (45人)	5	11.11	10	22.22	18	40.00	5	11.11	7	15.56	5.933	0.115
女生 (47人)	9	19.15	16	34.04	12	25.53	6	12.77	4	8.51	9.702	0.046
$X^2$	1.143		1.815		1.200		0.091		0.818			
$P$	0.285		0.178		0.273		0.763		0.366			

## 2.5 残疾大学生体育锻炼强度的调查分析

锻炼强度是检验体育锻炼效果的重要的标志,体育人口的认定标准要求体育锻炼活动达到中等运动强度以上,由表8可知,残疾大学生体育锻炼的强度主要是在低强度水平上,有高达87.9%的女生体育锻炼

的强度在低强度水平上,男生也同样达到了62.4%,卡方检验 $P=0.118$ 大于0.05,不具有显著差异性;女中等强度水平上的仅占12.1%, $P=0.046$ ,说明男女生之间有显著差异性;在高强度的选择上 $P=0.257$ ,没有显著差异性;这需要在他们进行体育锻炼的时候进行适当的引导,从思想上达到一定的标准和要求,认识到体育锻炼强度对体育锻炼的影响。

表8 残疾大学生课外体育锻炼强度调查表 (%)

性别分组	低强度 (A&B)	中强度 (C)	高强度 (D&E)	$X^2$	$P$
男生 (45人)	28 (62.4)	12 (26.7)	5 (10.9)	18.533	0.000
女生 (47人)	41 (87.9)	4 (8.5)	2 (3.6)	61.574	0.000
$X^2$	2.449	4.000	1.286		
$P$	0.118	0.046	0.257		

## 2.6 残疾大学生体育锻炼时间段的调查分析

由表9可知,残疾大学生在体育锻炼时间段的选择上,男女学生大多数都选择在早晨晨练时间进行体育锻炼,男生达到了91.11%,女生同样达到了

89.36%;其他时间段,男生主要集中在下午放学后57.78%、课间休息24.44%、周末20%;女生锻炼时间段相对男生均匀;但女生中有25.53%的同学选择“无固定时间”这与女生特殊的身体条件以及身心特点有关。

表 9 残疾大学生课外体育锻炼时间段调查表

锻炼时间段	男生 (45 人)		女生 (47 人)	
	N	%	N	%
早晨晨练时间	41	91.11	42	89.36
课间休息时间	11	24.44	5	10.64
上午下课到 下午上课时间	5	11.11	6	12.77
下午放学后	26	57.78	10	21.28
晚饭后	3	6.67	12	25.53
周末	9	20.00	15	31.91
无固定时间	6	13.33	12	25.53

## 2.7 残疾大学生体育锻炼场所的调查分析

在体育锻炼场所的选择上, 由表 10 可知, 有 81.52% 的选择在学校体育场馆进行体育锻炼, 男女的比例没有太大的差别; 其次有 30.43 的学生选择在公共场所, 其中男生占 40%, 女生占 21.28%; 选择在学校寝室进行锻炼的占到了 25%; 选择在校外体育场馆进行锻炼的占到了 21.74%; 由此可见, 学校运动场馆和公共娱乐场所是残疾大学生体育锻炼的主要地点。同时通过卡方检验可知, 在运动场地的选择上, 在校外健身场馆选项上  $P=0.025$  说明男女生之间存在显著差异性, 其他场地选择没有显著差别。

表 10 残疾大学生体育锻炼场所调查表

性别分组	学校运动场馆		校外健身场馆		学校寝室		公共场所		其他		$X^2$	P
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
男生 (81 人)	36	80.00	15	33.33	9	20.00	18	40.00	6	13.33	32.786	0.000
女生 (69 人)	39	82.98	5	10.64	14	29.79	10	21.28	1	2.13	64.551	0.000
$X^2$	0.120		5.000		1.087		2.286		3.571			
P	0.729		0.025		0.297		0.131		0.059			

续表

## 2.8 残疾大学生体育锻炼项目的调查分析

在体育锻炼项目的选择上, 由于男生和女生之间的兴趣爱好、体育锻炼习惯和身心发展特点存在较大的差别, 也表现出来较大的差别。男生体育锻炼项目的顺序依次为广播操、篮球、乒乓球、足球、羽毛球、健身慢跑等; 女生的体育锻炼项目依次为广播操、羽毛球、健身慢跑、乒乓球、健美操等, 这与她们自身的身心发育特点有着密切的关系。

表 11 残疾大学生体育锻炼项目调查表

锻炼项目	男生		女生	
	N	%	N	%
广播操	42	93.33	45	95.74
篮球	39	86.67	18	18.30
乒乓球	31	68.89	14	29.79
足球	28	62.22	1	2.13

锻炼项目	男生		女生	
	N	%	N	%
羽毛球	25	55.56	39	82.98
健身慢跑	23	51.11	25	53.19
游泳	20	44.44	6	12.77
散步	10	22.22	5	10.64
骑自行车	8	17.78	4	8.51
排球	7	15.56	6	12.77
健美操	4	8.89	13	27.66
网球	3	6.67	1	2.13
赛跑	2	4.44	1	2.13
门球	0	0.00	0	0.00
太极拳	0	0.00	1	2.13
其他	2	4.44	3	6.38

### 3 结论与对策

#### 3.1 结论

(1) 体育教师对残疾大学生参加体育锻炼在认识上存在严重不足, 大多数的体育教师认为他们有必要上体育课, 在体育课上大多数是安排他们进行免修或者自己选择体育锻炼的方式, 没有体育教师根据学生残疾状况进行设计体育锻炼的内容。

(2) 在体育活动等级上, 大多数的学生选择的是小运动量的活动等级, 特别是女生; 在体育锻炼频度上, 每周在 1~2 次的学生占据较大的比例, 应当对这一部分学生进行正确的引导。

(3) 在体育锻炼时间上, 锻炼时间在 11~30 min 的学生占到调查总数的三分之一, 没有持续性体育运动的学生也占据较大的比例。残疾大学生体育锻炼的强度主要是在低强度水平上, 中等体育强度上的学生比例较少。

(4) 残疾大学生在体育锻炼时间段的选择上, 男女学生大多数都选择在早晨晨练时间进行体育锻炼, 其他时间段, 主要集中在下午放学后和课间休息。在体育锻炼场所的选择上, 大多数选择在学校体育场馆进行体育锻炼, 男女的比例没有太大的差别。在体育锻炼项目的选择上, 男生和女生存在较大的差别, 也表现出来较大的差别。

#### 3.2 对策

(1) 首先从思想上提高认识, 意识到体育教学和

体育锻炼对残疾大学生的身体康复有着较大的影响, 特别是学校的领导和体育教师。体育教师在指导残疾大学生体育教学和体育锻炼的过程中应当根据其残疾的程度和特点制定针对性的体育锻炼内容。

(2) 在残疾大学生体育锻炼的过程中进行指导, 在活动等级、活动时间及锻炼强度上应当加强指导, 在我国体育人口的评定标准之内进行适当的调整, 以促进他们的身体康复为进行体育锻炼活动的根本原则。同时应当加强学校体育场馆建设的管理和分配, 为残疾大学生残疾体育锻炼和体育教学提高足够的活动场所和空间。

(3) 在残疾大学生进行体育锻炼项目的选择上应当促使学生以自己的兴趣爱好和自身的身体条件相结合, 既能满足自身的运动爱好, 又能促使自身的身体素质增强和康复。

### 参考文献

- [1] 刘辉, 刘利江, 唐军. 我国残疾大学生体育现状及其参与锻炼的价值研究 [J]. 洛阳师范学院学报, 2011, 30 (11): 78-81.
- [2] 刘健欣. 刍议残疾大学生体育教学 [J]. 黑河学刊, 2009 (4): 100-101.
- [3] 刘辉, 刘利江, 唐军, 等. 影响江西省残疾大学生参与体育运动的因素及发展对策调查分析 [J]. 赤峰学院学报 (自然科学版), 2012, 28 (6): 59-61.