

一视同仁,没有偏爱或拒绝任何一个有关。在性态度上,高年级的学生比低年级学生具有更多的负向态度。有男/女朋友的学生在交往过程中往往能够正确处理两性关系,有研究显示,有过恋爱经历的 90 后大学生在对待婚前性行为的态度上表现的更加活泼,没有恋爱经历者则相对传统和保守^[8]。

本研究表明,父母教养方式与大学生的性知识及性行为有关系,与国内的一些研究一致^[9]。父母的拒绝和过度保护不利于子女性心理的健康发展,父母过度保护会使子女缺乏自主能力以及产生对父母的过度依赖,心理年龄严重滞后,使大学生本应该形成的一些性观念、性态度不能正常获得,从而制约了性控制力的形成,导致大学生较早发生性行为^[10]。国内外研究表明,父母对子女的情感交流和支持是降低青少年性行为的重要保护因子^[11-12]。因此,情感温暖能够正确引导子女性启蒙,对性有正确认知。母亲的情感温暖比父亲更利于子女性心理的健康发展,可能由于母亲能够与子女进行更多的交流沟通,从中引导他们对性的感和认知。国内某些研究也表明,亲子间有关性的交流,尤其是与母亲关系的好坏对青少年婚前性行为发生具有突出的影响^[13]。

综上所述,父母教养方式对大学生的性心理有重要影响,拒绝和过度保护不利于子女性心理的健康发展,而情感温暖则有利于其子女性心理的健康发展。因此,建议通过家庭形式从小对子女进行性教育,由父母来正确引导他们对性的探知,使他们拥有正确的性认知和性态度。

4 参考文献

- [1] 武多惠,杨健.湛江地区女大学生性行为现状及其与性心理健康关系[J].中国健康心理学杂志,2013,21(4):597-599.
- [2] 谢琴红,杨映萍,欧薇,等.黔北地区留守初中生亲子沟通及其与性心理健康的关系[J].中国学校卫生,2014,35(6):898-900.
- [3] 蒋奖,鲁峥嵘,蒋苾菁,等.简式父母教养方式问卷中文版的初步修订[J].心理发展与教育,2010,25(1):94-99.
- [4] 杨润涛,温斌,张东枚,等.大学生性心理健康问卷编制[J].中国学校卫生,2010,31(6):706-708.
- [5] 谷月姣.父母教养方式及行为与大学生性心理健康的相关研究[D].大连:大连医科大学,2013.
- [6] 温斌,杨润涛,张东枚,等.大学生性心理健康特点的定量研究[J].中国健康心理学杂志,2010,18(7):851-852.
- [7] 杨黎.中学生亲子间性知识沟通现状及其性态度研究[D].昆明:昆明医科大学,2013.
- [8] 张云喜.90 后大学生爱情态度研究[J].中国性科学,2013,22(8):92-96.
- [9] 张妍,任慧莹.父母教养方式与大学生心理健康关系元分析[J].中国学校卫生,2012,33(4):423-426.
- [10] 赵婷玉,陈建新.大学生父母教养方式与心理健康间的关系研究[J].武汉职业技术学院学报,2014,13(6):105-108.
- [11] MARCHAND E, SMOLKOWSKI K. Forced intercourse, individual and family context, and risky sexual behavior among adolescent girls[J]. J Addict Health, 2013, 52(1):89-95.
- [12] 宋逸,季成叶,胡培瑾.我国城、乡高中生性行为发生的比较[J].北京大学学报,2013,45(3):376-381.
- [13] 程静.当代青少年婚前性行为现状及影响因素实证研究[J].中国青年研究,2015,33(5):54-58.

收稿日期:2015-11-10;修回日期:2015-12-02

· 生长发育 ·

某高校学生体质健康状况变化及其影响因素分析

杨洋,吴永慧,李幸堂,李明

北华航天工业学院体育部,河北 廊坊 065000

【文献标识码】 A

【中图分类号】 R 179 R 195

【文章编号】 1000-9817(2016)05-0785-03

【关键词】 体质;生长和发育;回归分析;学生

当今,大学生体能状况呈下降的趋势令人担忧,

已引起诸多学者的高度关注^[1]。对健康的追求是人生的永恒和根本,但影响体质健康的因素是多方面的。对于在校大学生来说,自身的个人因素和学校因素尤为重要。本研究采用动态追踪的方法,定性和定量相结合探讨大学生在校 4 a 的体质健康变化特点以及体质健康的主要影响因素,旨在为改善大学生体质健康和制定有针对性的健康促进策略提供依据。

1 对象与方法

1.1 对象 以北华航天工业学院 2009 级学生为研究

【基金项目】 河北省高等教育科学研究规划课题项目(HB13G0612)。

【作者简介】 杨洋(1981-),男,内蒙古人,硕士,讲师,主要研究方向为健康教育与运动人体科学。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2016.05.047

对象。于 2010 年 5 月,按分层整群抽样原则抽取 9 个系 30 个行政班共 900 名在校生作为被试。后续 3 a 因学籍变动、数据不完整等原因,剔除被试 46 名,其中男生 29 名,女生 17 名。4 a 数据完整的 854 名大学生构成研究样本,其中男生 535 名,女生 319 名,平均年龄(21.35±1.44)岁。

1.2 方法

1.2.1 指标测量 测试人员为学校体育部门经过专门培训的体育教师和工作人员,测试时间为每年的 5—6 月,测试地点在学校大学生体质监测室,测试仪器为教育部、体育总局指定采用的中体同方体质测试仪。按《检测细则》技术规范完成,现场质控符合要求^[2]。测试指标包括身高、体重、握力、立定跳远、台阶试验(长跑)和肺活量。派生指标:体质量指数[BMI=体重(kg)/身高²(m)²]^[3]、肺活量体质量指数[肺活量(mL)/体重(kg)]和握力指数[握力(kg)/体重(kg)×100]。依据“大学生体质健康标准”^[4]对测试指标或派生指标进行等级评价,并按照身高标准体重(15 分)、耐力(20 分)、肺活量体质量指数(15 分)、立定跳远(30 分)、握力体重指数(20 分)的权重系数计算体质健康总分。

1.2.2 问卷调查 采用“大学生校园体育生活方式”调查问卷。问卷在相关专家评价、修改基础上完成。各因子赋值方法按照从对体质健康有利的程度或满意程度,由高到低分别计“5~1”分。问卷调查利用每年的动员会,在辅导员协助下由课题组成员以行政班为单位集体完成。调查前向被试讲清指导语,强调调查结果仅用于教学研究,鼓励学生如实作答。问卷试

测现场独立填写,当场收回。问卷个人因素和学校因素 2 个维度 Cronbach α 系数:一年级为 0.788 和 0.896,二年级为 0.795 和 0.887,三年级为 0.778 和 0.876,四年级为 0.768 和 0.858,结果表明,问卷具有良好的信度。

1.3 统计分析 采用“学生体质监测管理系统”采集各测试指标原始数据。运用 SPSS 17.0 软件对数据进行统计学处理。采用χ²检验对不同指标评价等级在各年级的分布情况进行比较;采用回归分析对体质健康总分影响因素进行分析。检验水准 α=0.05。

2 结果

2.1 大学生体质健康派生指标变化趋势 由表 1 所示,大学生 BMI、握力指数和肺活量指数 3 个派生指标,不同年级之间差异均有统计学意义(χ²值分别为 69.345,129.138,72.052,*P*值均<0.01)。在 BMI 等级评价中,随年级的增长,偏胖和肥胖的人数明显增多;握力指数评价为优秀的构成比显著下降;而肺活量指数评价优秀率下降的同时,评价为差的构成比却明显增加。

2.2 大学生身体素质和体质健康总分变化趋势 表 2 显示,立定跳远评价等级为优秀的构成比,随年级的升高明显下降;耐力素质评价为优秀的构成比,虽没有逐年下降,但四年级最低;体质健康总分的评价等级为优秀的构成比,基本呈逐年下降的趋势;不同年级之间指标等级构成差异均有统计学意义(χ²值分别为 71.287,323.610,68.466,*P*值均<0.01)。

表 1 不同年级大学生体质健康派生指标构成分布/%

年级	BMI					握力指数				肺活量体质量指数			
	偏瘦	正常	超重	偏胖	肥胖	优	良	中	差	优	良	中	差
一	19.9	68.5	0.5	8.9	2.2	43.1	35.1	19.8	2.0	24.9	29.8	33.2	12.1
二	15.5	71.3	0.6	10.1	2.5	38.2	36.7	22.9	2.2	21.8	28.2	36.9	13.1
三	13.8	72.2	0.3	11.0	2.7	27.7	41.7	28.3	2.3	10.8	33.7	42.8	12.7
四	12.2	68.6	0.9	14.1	4.2	27.6	42.4	28.4	1.6	10.1	32.8	43.5	13.6

表 2 不同年级学生身体素质和体质健康总分等级构成/%

年级	立定跳远				耐力				体质健康总分			
	优	良	中	差	优	良	中	差	优	良	中	差
一	6.7	29.2	51.2	12.9	15.3	36.5	39.4	8.8	8.8	61.3	19.1	10.8
二	5.2	27.4	53.2	14.2	14.4	36.2	41.9	7.5	7.3	59.6	23.7	9.4
三	4.7	27.0	51.2	17.1	18.1	38.1	35.0	8.8	8.5	59.1	20.5	11.9
四	1.6	28.9	56.6	12.9	4.2	25.6	62.6	7.6	3.3	62.0	24.9	9.8

2.3 大学生体质健康总分的主要影响因素分析 以体质健康评价总分为因变量,以性别(男=1,女=2)和“大学生校园体育生活方式”各个维度的具体因子得分为自变量,对不同年级大学生进行线性回归分析,结果见表 3。

3 讨论

3.1 对大学生体质健康总分有较强影响的人口学因素 性别对大学生体质健康总分的影响,主要与不同性别大学生体育生活方式之间的差异有直接关系。这同类研究中有较深入的探讨^[5],本文不再赘述。

性别对不同年级大学生体质健康总分的影响程度存在差异,原因主要是高年级大学生体育生活方式相对较差且女生更为突出。

表 3 大学生体质健康总分影响因素
多元线性逐步回归分析(B 值,n=854)

影响因素		一年级	二年级	三年级	四年级
人口学因素	性别	-0.093 *	-0.088 *	-0.109 **	-0.114 **
	个人因素				
个人因素	锻炼重要性	0.125 **	0.139 **	0.134 **	0.182 **
	运动参与	0.306 **	0.342 **	0.276 **	0.201 **
	休闲时间利用	0.134 **	0.151 **	0.128 **	0.098 *
	饮食习惯	0.162 **	0.198 **	0.121 **	0.107 **
	睡眠情况	-0.195 **	-0.191 **	-0.207 **	-0.238 **
	学校因素				
	体育课程设置	0.057	0.098 *	0.061	0.053
学校因素	学校场地设施	0.095 *	0.157 **	0.152 **	0.132 *
	课外体育开展	0.038	0.162 **	0.064	0.038
	校园体育文化	0.045	0.087 *	0.075 *	0.053
	体质健康测评	0.055	0.102 **	0.063	0.034

注: * P<0.05, ** P<0.01。

3.2 对大学生体质健康总分有较强影响的个人因素运动不足是目前学术界公认的影响大学生体质健康状况的最主要因素^[6]。本次调查表明,“运动参与”对大学生体质健康的贡献率最大。然而,被试在运动参与的程度上还不是很理想,选项为“经常”者一至四年级的报告率分别为 75.3%、58.9%、32.4%和 35.8%。特别是三、四年级,只有 1/3 满足体育人口评价标准^[7],势必导致个体体重逐年相对增加,表现在体质健康测评中,与体重有关的项目如 BMI 中肥胖和肥胖的人数增多;握力指数、肺活量体质量指数以及立定跳远和耐力中评价为“优秀”的人数逐年减少,而评价为“差”的人数在相对增加。

睡眠情况和饮食习惯也是影响大学生体质健康的个人因素之一。“饮食不合理”列在影响大学生体质健康状况的第 2 位^[8]。本研究的统计结果显示,在“通宵熬夜”的选项中,选择“从不”的仅有 16.2%~38.8%。20.8%以上的学生“往往凭一时的高兴”而随意安排睡眠时间。不规律的睡眠习惯必然会使荷尔蒙水平增高,激发脂肪酶来增加脂肪含量,导致个体免疫功能的低下,对身体健康造成影响。在饮食习惯上,三餐“规律”饮食者仅占 29.1%~45.9%,无规律、缺节律、不健康的饮食行为都会对健康造成损害。在睡眠情况和饮食习惯因子上,大三学生的统计结果最不理想,与该人群较差的体质健康水平相对应。

3.3 对大学生体质健康总分有较强影响的学校因素本研究结果显示,学校场地设施、课外体育开展和校园体育文化对被试体质健康总分的贡献率在年级上呈现出“两头大、中间小”的特点,该特点也呈现在握力指数、立定跳远、耐力以及体质健康总分评价为“差(不及格)”的构成分布上,可能主要与各年级学生对

上述 3 项指标的满意度不同有关。大三学生对学校场地设施、课外体育开展和校园体育文化 3 项指标的满意度最低,“满意”和“较满意”的分别仅有 30.48%、32.89%和 43.87%。

场馆设施和体育器材是体育活动的载体。本研究统计结果显示,不同年级均有超过 60%的学生认为学校体育场馆和运动设施不能满足需求,且高年级学生的不满意程度较高。目前,学校的体育场馆等硬件设施未能或勉强达到国家规定的标准,仅有的场馆设施却由于种种原因开放力度不够,学生拥有的运动设备、运动器材短缺,使得想通过体育锻炼来改善健康体质的愿望大打折扣。

校园体育文化作为一门潜在课程,以特有的方式和途径无时无刻不在影响着学生,示范、导向、凝聚、选择和辐射功能和其他教育形式所难以比及的^[9]。然而,在对学校体育文化满意度的调查中,对学校体育精神文化和制度文化的满意度相对较高,“满意”和“较满意”也仅仅达到 58.25%和 54.68%,对学校体育物质文化和行为文化的满意度相对较低,“满意”和“较满意”仅有 41.28%和 35.56%。学生对校园体育物质文化和行为文化较低的满意度,从另一个侧面也反映出学校场馆设施和体育器材的不足,以及学校在开展课外体育活动中所存在的问题。

志谢 感谢庞大庆副教授给予学校学生体质监测数据的大力支持!

4 参考文献

[1] 尹小俭,桂建强,季浏,等.中国大学生体质健康变化趋势的研究[J].北京体育大学学报,2012,35(9):79-84.
[2] 中国学生体质健康调研组.2000 年全国学生体质健康调研报告[M].北京:高等学校出版社,2002:33.
[3] 邢文华.关于体质综合评价方法研究综述[J].体育科学,1993(3):31-33.
[4] 教育部体育卫生与艺术教育司.国家学生体质健康标准锻炼手册[M].北京:人民教育出版社,2014.
[5] 刘相林.辽宁省大学生体质健康现状与发展对策研究[J].吉林体育学院学报,2006,22(1):131-132.
[6] 冯志坚,傅建霞.江苏省大学生体质健康影响因素及干预措施研究[J].山东体育科技,2010,32(1):80-83.
[7] 李相如.群众体育实践探索与研究:来自北京群众体育现状的报告[M].北京:北京体育大学出版社,2004:25.
[8] 魏锦龙,马莉,李世荣,等.大学生体质健康状况发展变化规律的研究[J].西安体育学院学报,2003,20(5):42-43.
[9] 卢元镇.中国体育社会学[M].北京:北京体育大学出版社,2000:238-243.

收稿日期:2015-11-04;修回日期:2015-12-30