

# 青少年体育锻炼风险认知程度的差异分析<sup>①</sup>

杨 明

西南大学 体育学院, 重庆 400715

**摘要:** 编制了青少年体育锻炼风险认知调查表. 通过对 516 名青少年进行调查, 使用 spss17.0 软件对数据进行了描述性统计和方差分析. 研究结果显示: 1) 青少年体育锻炼风险认知性别因素差异显著; 2) 青少年体育锻炼风险经历差异显著; 3) 体育锻炼的良好效果和体育锻炼的正确方法是影响青少年体育锻炼风险认知因素的两个重要因素.

**关键词:** 青少年; 体育锻炼; 风险认知

**中图分类号:** G806

**文献标志码:** A

新中国成立以后, 历届中央领导人都非常重视学校体育工作的开展. 1951 年毛泽东同志提出“健康第一, 学习第二”的方针, 他还多次强调, 要减轻学生过重的负担, 保证青少年的健康成长, 并积极倡导劳卫制, 开展群众性的学校体育活动. 改革开放以来, 邓小平同志始终高度重视学校体育工作, 指出“要把学校的体育工作搞好”. 江泽民同志强调, “保证和提高亿万人民的健康水平和体能素质, 始终是体育工作的立足点和归宿”. 进入新世纪以来, 以胡锦涛同志为总书记的党中央, 坚持以人为本的科学发展观, 高度关注人民的健康. 党的十六大指出, 把提高全民族的健康素质、思想道德素质和科学文化素质一起作为全面建设小康社会的重要目标<sup>[1]</sup>.

“健康第一”, 是教育工作落实科学发展观的重要体现, 是以人为本、促进人的全面发展的内在要求. 青少年的健康是国家的财富, 更是每一个人健康成长和实现幸福生活的根基. 有了健康的体魄, 就能为祖国和人民做出更大贡献, 拥有更加幸福的生活<sup>[1]</sup>. 近年来, 中国青少年体质健康普查结果显示青少年的体质健康状况不容乐观, 中央对这一问题高度重视. 2006 年 12 月 23 日, 教育部、国家体育总局召开了建国以来的第一次全国学校体育工作会议. 国务委员陈至立到会讲话, 并提出了大力加强学校体育工作, 提高青少年健康素质, 推进素质教育的实施. 2007 年 5 月中共中央国务院下发了《中共中央国务院关于加强青少年体育锻炼增强青少年体质的意见》, 明确提出了要加强青少年体育锻炼, 增强青少年体质. 基于此, 本研究将探讨青少年对参与体育锻炼的风险认知程度并加以分析, 以期为提高我国青少年体质健康水平, 指导青少年健康锻炼并提供理论和实践依据.

## 1 实验

### 1.1 研究方法

采用自编的青少年体育锻炼风险认知调查表进行调查. 对青少年体育锻炼风险认知相关因素进行归

① 收稿日期: 2011-04-05

基金项目: 西南大学 2009 年度中央高校基本科研业务费专项资金资助(SWU0909673).

作者简介: 杨 明(1973-), 女, 重庆人, 讲师, 主要从事体育教育方面的研究.

纳。调查包括3个内容：1)总体风险认知；2)风险认知的特征：可能性、可控性、严重性；3)风险认知影响因素。在使用之前对问卷做了信效度检验(见表1、表2)。本调查表Cronbach's  $\alpha$  在0.716~0.894之间,表明问卷可有效预测风险认知的程度。问卷中各因子与总分相关系数在0.897~0.932之间,呈高度相关;各因子之间相关系数在0.612~0.736之间,呈中等程度相关。这表明问卷具有较高的结构效度,能够满足实验需要。本实验共发放调查问卷541份,回收有效问卷516份,回收有效率95.4%。

表1 青少年体育锻炼风险认知调查表的Cronbach's  $\alpha$  系数

维度	Cronbach's $\alpha$	维度	Cronbach's $\alpha$
总体风险认知	0.716	风险的严重性	0.831
风险的可能性	0.821	风险认知的影响因素	0.894
风险的可控性	0.813	问卷总体	0.853

表2 青少年体育锻炼风险认知调查表因素相关系数

	总体风险认知	风险的可能性	风险的可控性	风险的严重性	影响因素	问卷总体
总体风险认知	1.000					
风险的可能性	0.612	1.000				
风险的可控性	0.655	0.679	1.000			
风险的严重性	0.712	0.736	0.643	1.000		
影响因素	0.673	0.659	0.735	0.694	1.000	
问卷总体	0.897	0.912	0.869	0.932	0.901	1.000

## 1.2 调查对象

重庆市5所重点中学高中一年级学号尾数为2和6的学生共516人,其中男生252人,女生264人,平均年龄 $15.93 \pm 0.49$ 。

## 1.3 数据分析

数据统计采用了spss17.0软件,主要采用了描述性统计和方差分析。

# 2 结果与分析

## 2.1 性别和风险经历对青少年体育锻炼风险认知的影响

由表3可见,不同性别青少年在总体风险认知和风险认知特征方面(风险的可能性、可控性和严重性)存在显著性差异( $p < 0.01$ ),风险认知影响因素性别差异不显著( $p > 0.01$ ),问卷总体性别差异显著( $p < 0.01$ )。在风险经历方面,总体风险认知、风险认知的可能性、风险认知可控性、风险认知的影响因素和问卷的总体差异显著( $p < 0.01$ ),风险认知的严重性差异不显著( $p > 0.01$ )。

表3 性别和风险经历对青少年体育锻炼风险认知影响的方差分析

因素	性别		风险经历与否	
	F	p	F	p
总体风险认知	7.921	0.001	7.542	0.002
风险的可能性	7.877	0.001	9.886	0.001
风险的可控性	7.654	0.002	6.729	0.003
风险的严重性	6.285	0.004	2.311	0.125
风险认知影响因素	1.986	0.145	6.697	0.004
问卷总体	7.459	0.002	6.831	0.003

方差分析的结果表明,青少年在风险程度判断上存在一定的性别差异,在风险认知特征方面,青少年中的男性对风险发生的可能性、可控性、严重性程度明显高于女性。有运动损伤经历的青少年在对大多数风险进行初步判断时,不存在显著差异。而存在显著差异项目上,可能性及可控性方面无受伤经历的青少年评估较高,即认知体育锻炼风险存在的可能性和可控性较高,而对严重性评估较低。这主要与部分青少

年未经历过运动损伤有关,他们认为虽然风险较高,但能够受到较好的控制。

## 2.2 青少年体育锻炼风险认知影响因素分析

青少年体育锻炼风险认知影响因素调查采用 1~5 分评分标准,表示强度由弱到强.要求调查对象根据自己的实际情况对 10 个影响因素进行评分,通过对数据的统计和分析,将 10 个影响因素按照总分排序(表 4)。

表 4 青少年体育锻炼风险认知影响因素排序(n=516)

影响因素	M	SD	排序
体育锻炼的良好效果	3.07	1.21	1
体育锻炼的正确方法	3.01	0.94	2
可知的运动风险	2.90	0.96	3
教师告知的风险	2.72	0.99	4
媒体报道的风险	2.68	1.01	5
自身经历的风险	2.61	0.92	6
自身素质的风险	2.55	0.96	7
以前发生的风险	2.52	0.87	8
害怕受伤的风险	2.50	0.93	9
他人造成的风险	2.49	1.06	10
环境造成的风险	2.48	0.92	11
设施存在的风险	2.46	0.81	12
未来发生的风险	2.42	0.88	13
周围可能的风险	2.34	0.97	14
最近发生的风险	2.30	0.86	15

由表 4 可见,体育锻炼的良好效果、体育锻炼的正确方法、可知的运动风险、教师告知的风险和媒体报道的风险排在影响因素的前 5 位,环境造成的风险、设施存在的风险、未来发生的风险、周围发生的风险和最近发生的风险排在后 5 位.而在已有的研究中<sup>[2-7]</sup>,最近发生的风险和害怕受伤的风险都排在前面,这主要与调查对象受伤经历有关.以前发生的风险、他人造成的风险、未来发生的风险以及未来可能发生的风险都属于“潜在”的风险,不容易被个体感觉到<sup>[8-9]</sup>。

## 3 结 论

1) 青少年对体育锻炼风险认知程度的判断存在性别差异,男性青少年比女性青少年认为风险发生的可能性、可控性及严重程度要高。

2) 青少年对体育锻炼风险认知经验因素存在差异,没有经历过运动损伤的青少年认为风险发生的可能性、可控性及严重性较有过身体损伤经历的青少年高。

3) 影响青少年体育锻炼风险认知因素的排序结果为:体育锻炼的良好效果、体育锻炼的正确方法、可知的运动风险、教师告知的风险、媒体报道的风险、自身经历的风险、自身素质的风险、以前发生的风险、害怕受伤的风险、他人造成的风险、环境造成的风险、设施存在的风险、未来发生的风险、周围发生的风险、最近发生的风险。

## 参考文献:

- [1] 陈至立. 切实加强学校体育工作,促进广大青少年全面健康成长 [EB/OL]. (2007-01-17)[2010-11-15]http://www.gov.cn/lhdh/2007-01/17/content\_499368.htm.
- [2] 宋洲洋,石 岩. 中老年人体育锻炼风险认知的实证研究 [J]. 体育科学, 2010, 30(5): 25-32.
- [3] 石 岩,侯婵莉. 体育活动风险认知特征及其影响因素的理论研究 [J]. 体育科学, 2008, 28(10): 66-73.

- [4] MUN S H. The Perception of Risk in Sport Activities [J]. Doctor Dissertation, 2003, 2(1): 216—228.
- [5] NENA L. Consumers Perceived Risk: Sources Versus Consequences [J]. Electronic Commerce Res Applications, 2003, 2(1): 216—228.
- [6] SIEGRIST M, CVETKOVICH G. Perception of Hazards: The Role of Social Trust and Knowledge [J]. Risk Analysis, 2000, 20(5), 713—719.
- [7] 王 苗, 石 岩. 小学生体育活动的安全问题与风险防范理论研究 [J]. 体育与科学, 2006, 27(6): 36—40.
- [8] 于清源, 谢晓非. 环境中的风险认知特征 [J]. 心理科学, 2006, 29(2): 362—365.
- [9] 谢晓非, 徐联仓. 风险认知研究概况及理论框架 [J]. 心理学动态, 1995, 3(2): 17—22.

## Analysis of the Differences of Risk Cognition of Physical Exercise for the Teenagers

YANG Ming

*School of Physical Education, Southwest University, Chongqing 400715, China*

**Abstract:** This research involves a “Questionnaire of Risk Cognition of Physical Exercise for the Teenagers”. There are 516 teenagers being investigated. To apply the questionnaire method and the software of spss17.0 to do the descriptive statistics and variance analysis of the data. There are gender factor, experience of the risk factor and cognitive influence factor for the analysis. The result shows that: 1) the gender factors have significant difference; 2) the cognition of the risk has significant difference; 3) the top 2 influence factors are: the good result of the physical exercise and the right approaches.

**Key words:** teenagers; physical exercise; cognition of risk

责任编辑 汤振金