

萍乡市气排球运动的发展现状与对策研究

谭磊

萍乡卫生职业学校 江西萍乡 337055

[摘要] 随着我国老龄化进程的快速增加和物质文化水平的不断提升, 在全民健身热潮不断涌现, 体育运动出现休闲娱乐化趋势, 气排球具备质地柔软、球体轻、便于掌握等特点, 具有娱乐休闲性, 能够适应各类体制人群, 对大众的身心无伤害、技术难度小, 对大众的体育意识、参与性增强, 心理健康和身心健康起着明显的积极作用。本文以萍乡市气排球运动的开展现状为研究对象, 调查分析萍乡市气排球运动的现状和影响其发展的因素。

[关键词] 气排球; 萍乡市; 发展; 对策

气排球运动是由排球运动衍生而来的聚集健身、娱乐、休闲等特点于一身的大众体育健身运动。相对于硬排来说, 气排球具有球质软, 重量轻, 体积大、飞行速度慢、场地小等特点, 即便是大力的扣杀打到对方的身体也不会造成严重的损伤。所以气排球运动是一项运动强度低、难度小、观赏性和趣味性较高的运动项目, 非常适合中老年人开展, 对提高大众的生活质量、增强健康、实现健康老龄化有很大的帮助。随着全民健身工程的深入开展, 如何提高国民的体质健康, 实现科学健身, 改善人民群众的生活质量, 倡导新的体育健身方式, 是广大体育工作者必须加以重视的问题。本文针对萍乡市喜爱气排球运动的群众的现状进行调查, 并对调查的数据进行准确的分析, 找出实际萍乡市气排球现状的存在的不足之处, 并提出合理科学的策略。

一、研究对象与方法

(一) 研究对象

本文通过对萍乡市参与气排球运动群众的现状及发展的状况进行调查和分析。

(二) 研究方法

1. 文献资料法

通过中国知网以“气排球”“气排球的特征与价值”等为关键词查阅并下载了 50 多篇相关文献资料, 为本论文的研究奠定基础。

2. 专家访谈法

根据研究需要, 对萍乡市气排球协会成员、萍乡学院体育学院

老师、萍乡市气排球协会相关的专业人士进行了访谈, 并与萍乡市参加比赛的裁判员和运动员进行交流、面对访谈, 了解萍乡市气排球运动发展的实际情况。

3. 问卷调查法

对相关专家和学者进行调查问卷。共发放问卷 110 份, 回收问卷 105 份, 去除无效问卷 5 份, 有效回收率 90%。

4. 数据统计法

运用 Spss12.0 软件对调查数据进行统计、处理和分析。

二、研究结果与分析

(一) 萍乡市气排球参与者的基本情况分析

1. 气排球参与者的性别和年龄

本文调查了萍乡市 100 名气排球运动爱好者, 其中男性 58 人, 女性 42 人。在年龄段分布上, 46-50 岁中老年人最多, 占总人数的 39%; 其次是 51-55 岁的参与者, 占调查总人数的 25%; 41-45 岁参与者占调查总人数的 19%, 这三个年龄阶段的参与者居于前三。并且可以看到 60 岁以上的老年人参与者只占总调查人数的 3%, 明显要次于占据调查总人数 8% 的 40 岁以下的青年参与者。然而从总体上, 萍乡市气排球运动参与者中 40-55 岁的中老年人最多, 占总调查人数的 83%。并且也有部分中青年逐渐加入到气排球运动中, 说明气排球运动也慢慢成为广大人群喜爱的运动项目之一, 使气排球运动在萍乡市不断壮大起来。

2. 气排球参与者的文化程度和职业

表 1 萍乡市气排球参与者的文化程度和职业统计表 (n=100)

参与者的文化程度				参与者的职业				
小学以下	初中	高中	本科及以上	教师	公务员	事业单位	经商	其他
3	35	44	18	26	23	40	5	6

从调查统计结果可以看出, 萍乡市气排球参与者中高中学历的参与者最多, 占总调查人数的 44%, 其次是初中学历的参与者, 占总调查人数的 35%。而他们从事的职业中, 企事业单位占据总人数的第一位; 其次是教师占第二位; 然后是公务员为第三位, 分别占调查总人数的 40%、26%、24%。由此可以看出, 受到职业工作性质, 企

事业单位、教师与公务员的工作时间较为固定, 收入较稳定, 并且工作单位也会举办多姿多彩的活动去丰富员工的业余生活。

(二) 萍乡市气排球参与者练习的现状分析

1. 参与者锻炼频率及锻炼时间

表 2 萍乡市气排球参与者每周锻炼频率及每次锻炼时间调查统计表 (n=100)

锻炼频率 (次)				每次锻炼时间 (分钟)			
1 次及以下	2-3 次	4-5 次	6 次及以上	20-40 分钟	40-60 分钟	60-90 分钟	90 分钟以上
14	32	48	6	4	15	38	43

通过参与者的运动频率能够看出对气排球运动的喜爱程度, 在表 2 中可以看到, 4-5 次占总人数的 48%, 2-3 次占总人数 32%。总体而言, 萍乡市气排球运动参与者锻炼的频率普遍偏频繁, 参与性与积极性高。每次锻炼时间在 90 分钟以上最多, 占总人数的 43%, 其次是 60-90 分钟, 占总人数的 38%, 第三是 40-60 分钟, 占总人

数的 15%。总体看参与者每次练习在一小时以上为 81%。说明气排球的运动负荷较小, 能适应于人群的体能, 练习时间持续时间较长, 大多数都能长时间参与运动中。

3. 参与者参加气排球运动的动机

表 3 萍乡市气排球运动参与者动机统计表 (可多选)

动机	人数	占百分比	次序
强身健体	65	65%	1
结识朋友	39	39%	3
愉悦身心	42	42%	2
个人爱好	24	24%	4
打发时间	3	3%	5

如表 3 可知, 参与者参加气排球运动动机最主要是想强身健体, 占据总人数的 65%, 在气排球运动中需要有跳, 移动, 跑等技术, 使参与者的反应速度、柔韧、协调等身体素质得到提高, 并可以促进人们的肌肉和骨骼的锻炼, 并且提高心血管系统的功能, 从而促进参与者身心全面发展。其次是愉悦身心, 占据总人数的 42%, 在参加气排球运动或比赛时, 可以在从中感受到运动的乐趣, 在快乐

中运动。第三为结识朋友, 占据总人数的 39%, 气排球是一项集体的比赛运动, 在此能够促进人与人之间的交流, 并且在比赛中可培养参与者的团队意识与默契度。初此之外, 有 24% 的参与者是因对气排球运动的个人爱好参与其中。

4. 参与者参加气排球运动的形式

表 4 萍乡市气排球运动参与者运动形式调查 (n=100)

运动形式	人数	百分比	次序
社区组织的集体锻炼	10	10%	3
与朋友同事一起锻炼	51	51%	1
参加协会组织锻炼	32	32%	2
与家人一起锻炼	5	5%	4
自己个人锻炼	2	2%	5

通过表 4 分析萍乡市气排球运动参与者运动形式中, 与朋友同事一起锻炼占总人数的 51%, 参加协会组织锻炼占总人数的 32%, 社区组织的集体锻炼占总人数的 10%。由此可见, 萍乡市群众的运动动机很强, 对体育运动意识浓厚, 能主动参与到锻炼中, 并且气排

球运动的开展也离不开相关体育组织与社团的支持与推广。

(三) 萍乡市气排球参与者对气排球运动的认知与评价

1. 参与者对气排球运动的认知程度与满意程度

表 5 萍乡市气排球运动参与者运动形式调查 (n=100)

认知程度				满意程度			
非常了解	比较了解	较少了解	不了解	非常满意	比较满意	不满意	非常不满
64	31	4	1	23	61	16	2

从参与者对气排球运动的认知程度中可看出: 萍乡市气排球参与者对气排球还是很了解的, 非常了解占总人数的 64%, 比较了解占总人数的 31%, 较少了解与不了解仅占 5%。而对气排球运动开展现状的满意程度中非常满意占总人数的 23%; 比较满意占总人数的 61%; 不满意占总人数的 16%; 非常不满占总人数的 2%。说明萍乡市

对气排球的开展现状的满意程度较差, 有 20% 的参与者对开展现状不满意, 需要进一步对气排球进行大力宣传与推广, 要经常组织相关比赛与交流等活动, 调动参与者积极性, 使气排球在萍乡市发展的更好。

(四) 气排球运动发展的制约因素

表 6 气排球运动制约因素 (可多选)

制约因素	人数	占百分比	次序
活动经费少	56	56%	2
宣传力度不够	47	47%	3
体育主管部门不够重视	33	33%	5
气排球场地设施欠缺	63	63%	1
缺少社区管理组织	16	16%	7
与其他球队的交流少	7	7%	8
专业教练员、裁判员欠缺	41	41%	4
开展比赛少	28	28%	6

1. 气排球场地器材缺乏

气排球场地器材缺乏因素受到 63% 的气排球参与者选择, 认为气排球场地器材缺乏是影响气排球运动发展的最主要的因素。由于场地与器材的缺乏, 参与者无固定的运动场所, 可能有部分参与者想参加到气排球中, 却应所在的小区或社区无场地而无法练习。其次有些气排球的场地是由羽毛球场地来代替, 没有正规的气排球场地, 并且缺少气排球场地器材也影响了气排球的赛事组织举办。

2. 活动经费不足

资金对一项体育运动项目来说, 是重要的物质保障。如果想更好的将气排球运动推广与宣传, 必须需要充足的资金支持。如表 4-11 中, 活动经费不足因素受到 56% 的气排球参与者选择, 只有充足的资金, 才能更好的使参与者在优良的环境中训练, 并能够举办较多的气排球赛事。并且偶尔会有省或全国性的比赛, 参与者想报名参加, 可能受到活动经费有限的原因而不得不放弃参加比赛。

3. 宣传教育不够

如表 6 所述, 有 47% 的气排球参与者认为对气排球的宣传教育不够也影响着气排球的发展。想要更多的市民参与到气排球运动中, 让更多的市民了解气排球运动, 并成为他们喜爱的体育项目之一, 必须大力的对气排球进行宣传。

4. 缺少专业的教练和裁判员指导

通过对萍乡市举办比赛的裁判员的调查中可以看到, 每一次的比赛中, 气排球参与者当裁判占据总人数的 66%, 而社会体育指导员只占 13%, 说明缺少专业的气排球裁判员, 并在有 76% 的参与者

反馈对气排球专业的培训活动很少举行, 并且笔者在对比赛实地考察时, 发现在比赛中竟然很少有医护人员, 这也是制约萍乡市气排球运动开展的重要因素之一。

5. 体育主管部门支持力度不强

在表 6 中看到, 有 33% 的气排球参与者认为气排球运动还受到体育主管部门支持力度不强因素的影响。只有相关体育部门对气排球运动重视与支持, 才能享受到多方面与多渠道的组织与推广气排球运动, 并体育主管部门对气排球协会或组织的管理制度进行相应的修改与建议, 使制度更完善。

三、结论与建议

(一) 结论

1. 萍乡市气排球参与者年龄普遍在 45-55 岁之间偏多, 职业涉及广泛, 如企事业单位人员、教师、公务员等, 文化程度较高, 并且收入稳定, 具有较强的健身意识。

2. 萍乡市气排球参与者每次参与运动时间一般都持续在 60 分钟以上, 甚至众多都是在 90 分钟以上, 每周锻炼次数在 3-4 次以上, 参与者积极性高, 对气排球的喜爱程度。

3. 萍乡市气排球参与者一般都是参加协会组织锻炼和与朋友同事一起锻炼为主, 在工作之余主动参加到气排球活动中, 并在活动中以强身健体, 愉悦身心, 结识朋友为目的。

4. 萍乡市气排球场地缺乏, 一般都是与羽毛球场地共用。其次活动经费不足, 无法满足气排球比赛的组织。在比赛活动中缺少专业的裁判员, 一般都是参与者作为裁判, 在比赛中兼备参赛人员与

(下转第 88 页)

国家一直重视中职毕业生的就业问题。中职毕业生的就业成功是一项造福大众和人民的伟大工程。根据每年面临就业困难的大学毕业生人数的增加,还推出了许多重要的政策,以及如何具体执行这些政策,这要求学校教育管理人员对中职毕业生进行相应的就业教育,首先是所有学校的教育行政管理人员都应树立正确的学生就业观,培养勤奋工作的精神素质。同时,我们必须引导学生走出舒适区。在这方面,我们还可以与学生的父母进行沟通,以使中职毕业生在较早的社会中能够独立,不再依赖父母。这是为了增强中职毕业生的职业意识。同时,必须告诉中职毕业生提高其实践能力,因为进入社会后,中职毕业生仅具有理论知识是无用的,而且具有相应的实践能力。对中职毕业生的就业教育将大大提高中职毕业生的就业率。

5 结束语

线下教育市场内,大部分学生对创业的概念仍较为陌生,仍不理解职业在自身后期发展中的重要性,为此本文从3个方面,开展了中职教育中创业教育与职业指导的渗透方法的深入研究。并以市场内某中职院校为试点院校,应用本文提出的教育指导渗透方法,在日常专业课程中融入多元化形式职业指导教育。以此提高学生适

应社会的能力,实现为经济社会输送源源不断的人才。

参考文献:

- [1] 彭经纬,高倩. 应届生职业指导精准化的思考与尝试——以安徽工程大学应用化学2017届毕业生为例[J]. 山东农业工程学院学报,2019,36(02):064-065.
- [2] 黄燕姿. 基于专业认同下高职学生职业决策能力提升方法的研究——以F高职院校为例[J]. 湖南邮电职业技术学院学报,2019,18(04):065-067+070.
- [3] 贾建锋,姚旭生. 高校创新创业教育评价体系设计——基于消费者导向评价模式理论的视角[J]. 东北大学学报(社会科学版),2019,21(01):082-088+095.
- [4] 孟祥斌,张倩,田卫华,等. 新工科背景下应用型工科高校创新创业人才培养模式研究[J]. 沈阳工程学院学报(社会科学版),2019,15(01):116-119+130.
- [5] 孙刚,汪斌,丛榕. “3+3+3”模式:应用型本科高校创新创业教育与专业教育互动融合的实践路径[J]. 昆明理工大学学报(社会科学版),2019,19(03):082-088.

(上接第82页)

裁判员,从而无法保证公平公正的比赛结果,以及在比赛场上无医护人员。萍乡市气排球的组织管理不够完善,制度体系不够健全,政府与相关体育主管部门不够重视。

5. 萍乡市气排球发展受到多因素的影响,如:气排球场地器材不足、活动经费不足、体育主管部门支持不够、宣传教育不够、缺乏专业的教练员与裁判员、缺少社区管理组织等。

(二) 建议

1. 加强领导重视程度,完善管理制度

任何一项群众体育运动,要想在某一市区开展的如火如荼,深受群众的喜爱,必须要得到相关管理部门与领导的大力支持与管理,并且让领导们也参与到气排球运动中,亲身感受气排球运动的乐趣和与其他体育项目的不同。首先加强对协会或社区组织的管理制度,制度一些考核、奖罚等管理措施,调动各个组织之间的交流与比较,从而提高各组织自身内部的提高。其次大力对气排球已经建立的协会或社区组织已有的制度进行完善,将已经过时或落后的制度删除,并制定新兴的相关政策与规章制度。简而言之,取其精华,去其糟粕,让气排球这项新型的体育项目有进一步的提升。

2. 加大场地设施资金投入

场地设施是一项体育项目的重要保障,只有充足的体育设施,才能更有效的开展体育活动。由于气排球运动对场地要求较低,不管是在篮球馆,羽毛球馆,还是室内室外,公园,社区都可以进行气排球运动。但由于萍乡市缺乏正规的气排球场地而制约其发展,所以必须扩建气排球场地。如:在公园空地建一个室外场地;对已经旧的或废弃的场地进行改造等措施增加气排球场地,从而满足气排球参与者的运动需求。

3. 建立教练员的培养机制,提高裁判员的水平

在气排球运动中,如果想要掌握和提高该运动的技术水平,就必须要有专业的气排球教练员指导和训练,但由于萍乡市缺乏专业的教练员,所以需大量引进技术人才,可以从高等院校的专业老师、体校等挑选技术水平高的专业人士担任教练员,而不是参与者相互之间的交流,从而整体提高气排球的专业技术水平。与此同时,想要有一场公平公正的气排球比赛,必须要有专业的裁判员,然而提高裁判员的水平,需经常开展气排球相关的裁判员培训活动,以及

在日常进行裁判员的考核,使裁判员在每一次培训或考核中总结新的经验。

4. 加强对气排球项目宣传工作,开展到萍乡各中小学校

宣传不管是对于推广某项运动而言还是对某种产品等而言,都是必不可少的。要想让萍乡市广大群众知道和了解气排球运动,必须加大宣传力度,可通过到各小区或商场进行气排球表演赛;通过电视、广播等电子方式;专业人士对气排球的宣讲讲座等途径,让市民了解气排球并参与到气排球中,并且逐渐走进校园,让萍乡市各中小学校将气排球融入到阳光体育项目中去,安排到体育教学课程中,让更多的青少年了解与喜爱气排球,从而促进气排球走向多元化多样化的形式。

5. 提高群众的健身和终身体育意识

群众是参加每项体育项目的主体。想要更多的群众参与气排球,必须提高群众健康的意识,主动参与到气排球运动锻炼中。只有萍乡市民重视锻炼对身心健康的重要性,提高参与体育活动的积极性,形成终身体育的意识,才能壮大萍乡市参与运动的群众队伍,从而通过宣传让更多的群众参与气排球运动。

参考文献:

- [1] 邓华平. 江西省老年气排球运动开展现状及发展对策研究[D]. 江西师范大学,2012.
- [2] 耿金镛. 河南省老年气排球运动发展现状研究[D]. 河南师范大学,2011.
- [3] 郭泽心,姜丹. 气排球竞赛规则演变研究[J]. 当代体育科技,2015,5(34):238-239.
- [4] 郭泽心. 郑州市群众气排球运动发展现状研究[D]. 河南大学,2016
- [5] 侯林艳. 60-69岁老年气排球运动参与者体能及主观幸福感的研究[D]. 云南师范大学,2018.
- [6] 皇甫姣. 奉化市中老年气排球运动发展现状与运行模式的研究[D]. 华东师范大学,2011.
- [7] 孔令超. 皖北地区老年人气排球运动的现状调查与分析[D]. 苏州大学,2015.