

聋生体质健康测试认知情况调查与分析

赵美娟

江苏省徐州市特殊教育学校 江苏徐州 221141

摘要: 本文通过对聋生体质健康测试认知情况进行调查与分析,了解聋生的体质健康状况,帮助他们树立正确的测试观、体育观、健康观,继而运用适切的方法、措施帮助他们提高身体素质,为将来聋生的体质健康标准的制定提供数据上的支持及内容、方法上的帮助。

关键词: 聋生; 体质健康标准; 认知

一、调查背景

《国家学生体质健康标准》(以下简称《标准》),我国从2007年至今针对普通学生的《标准》实施已有十多年,《标准》作为《国家体育锻炼标准》的有机组成部分,是《国家体育锻炼标准》在学校的具体实施,是国家对不同年龄段学生个体在体质健康方面的基本要求,是促进学生体质健康发展,激励学生积极进行身体锻炼的教育手段,是学生体质健康的个体评价标准。《标准》的实施将对促进和激励学生积极参加体育活动,养成体育锻炼习惯,不断增强体质起到重要作用。但在这些《标准》的实施却没有涉及到针对残疾学生体质健康测试与评价的部分。所以,我国各类残疾学生体质健康状况如何?有无专门的测量与评价标准?现行的普通学生体质健康测试指标是否适用于残疾学生?这些我们都不得而知。因此,本文是市十三五规划课题的一项调查研究,规划课题是运用普校《标准》对聋生进行测试并与普校学生测试数据进行对比。从而了解聋生的体质健康状况,了解他们对体质健康标准的认知情况,并通过适宜的方法、措施帮助聋生提高身体素质,以便将来为聋生的体质测试标准的制定提供数据上的支持及内容、方法上的帮助,争取早日出台《聋生国家体质测试标准》。

二、调查的主要内容

1. 调查说明

调查时间: 2019年4月-5月。

调查地点: 徐州市特殊教育学校、新沂市特殊教育中心、邳州市聋哑学校等。

调查对象: 初高中聋生及特殊教育学校体育教师

调查方法: 问卷调查法及电话访谈法

调查人: 课题组成员

调查分工: 第一组负责新沂市特殊教育中心、邳州市聋哑学校; 第二组负责徐州市特殊教育学校及徐州市内融合教育班级中的小部分学生的调查及徐州地区特殊教育学校教师的电话调查。

本次问卷调查专门以特殊教育学校初高中聋生和特殊教育学校聋部体育教师为调查对象,对其进行了关于参加体质健康测试现状情况的调查。通过调查了解到特殊教育学校聋初高中学生在体质健康测试方面的认知情况及需要解决哪些方面的问题。

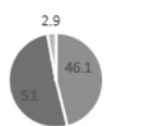
本次调查采用抽样调查方式,于2019年4月-5月间向徐州地区特殊教育需求的聋生发放调查问卷152份,其中男生91份,女生61份,全部回收,回收率100%,其中有效问

卷146份,由于聋生中有多重残疾的学生,他们的理解能力欠缺,在调查中虽然有老师帮助逐题解释,仍有无效问卷6份,有效率96.1%。

2. 调查结果与分析

(一) 是否愿意参加《国家学生体质健康标准》测试?

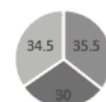
愿意参加测试情况



■ 非常愿意 ■ 一般愿意 ■ 不愿意

(图一)

了解体测目的



■ 完全了解 ■ 基本了解 ■ 不了解

(图二)

通过调查,如图一所示我们可以看出有46.1%的同学非常愿意参加测试,一般愿意的占51%,只有2.9%左右的同学不愿意参加测试。可以看出希望参加的同学占96.1%,只有极少数同学不愿意参与。

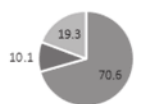
(二) 你是否了解体质测试的目的?

从图二我们可以看出完全了解的占35.5%,基本了解的占30%,不了解的占34.5%。也就是说大部分同学基本了解,小部分同学不了解,经过电话再次调查原因是一些聋校没有进行过《标准》的测试,教师也没有进行过相关知识的介绍,是造成学生不了解的主要原因。

(三) 聋生更有必要进行体能测试?

从图三发现,赞同这一观点的学生占70.6%,不赞同的只占10.1%,中立者占19.3%。看出聋生大多明白体能测试的重要意义。

聋生要加强体能测试



■ 赞同 ■ 不赞同 ■ 中立者

(图三)

测试表现情况



■ 尽最大努力 ■ 正常发挥 ■ 及格就可 ■ 参加就行

(图四)

(四) 测试时你会怎么样?

图四表明在测试时将尽自己最大努力的占40.2%,会正常发挥的占34.3%,及格就可的占17.6%,参加就行的占7.9%。由于重视不够,教育不力,引导不适,有小部分同学出现消极状况,及缺乏顽强拼搏、勇于挑战的精神。

(五) 在测试中,你觉得哪项会比较有难度

身高与体重占7.8%;肺活量占11.8%;50米跑占5.9%;

立定跳远占 13.7%；坐位体前屈占 11.8%；男 1000 米、女 800 米占 30.4%；仰卧起坐占 28%；引体向上占 67.8%；没难度的仅占 4.9%。由于这道题是多选题，没用图表表示。但是，我们发现男女生耐力和男生的引体向上仍是考核的难点，要加强耐力、上肢和腰腹肌力量的训练。

(六) 你认为体质测试项目和制度合理吗？



(图五)

(图六)

图五看出，认为合理，没必要改进的占 50.2%；较为合理，但应该自由选择体测项目，尊重个体差异的占 44.2%；完全不合理，取消体测占 5.6%。

(七) 其他相关调查

有 88.2% 的同学认为参加体育锻炼能促进身体、心理和社会适应能力；回答不清楚的占 11.8%。把没有时间作为很少参加体育锻炼的主要原因，课业压力繁忙，锻炼时间短，学校对体质测试工作没做硬性要求，场地器材缺乏，无特长项目等都是影响体质健康的原因。占 36.8% 的同学每周都能坚持 1-2 次 1 小时以上的体育锻炼，但是有占 28.2% 的学生强调各种原因不能坚持体育锻炼。

通过电话调查聋教育的体育教师 20 名，从图六看出 45% 的老师认为很有必要进行聋生体质健康测试；40% 的老师认为国家规定就测，不规定就不测；15% 的老师认为是自找麻烦，国家没有要求没有必要测试。30% 的老师认为完全可以根据普通《标准》进行，但不要上报；55% 的老师认为可以根据普通《标准》测试，年龄上略趋向低一级，他们认为聋生入学年龄参差不齐，不应该按年级分组应按照年龄分组测试。15% 的老师认为不必要侧。

三、理性分析

通过此次问卷调查，我们看到：在聋生体质健康测试认知情况调查中，70.6% 的同学和 85% 的老师认为对聋生进行体质健康测试很有必要，也发现部分特殊教育学校这一块是白板，无论是老师还是学生对体质测试无认识，需要有相应的政策出台，使各级各类学校都能重视学生体质健康测试工作。随着我国全面深化改革，基础教育、特殊教育取得了巨大进步，关注聋生体育诉求和需要，保障聋生体育权利，提高聋生社会适应能力已成为当前聋校体育教育的重要任务。近年来，我国青少年学生体质健康水平的持续下降，已经引起了国家和社会的高度关注，聋生作为青少年的一部分，身体健康状况不容乐观，应受到更多的关注和重视。

四、对策与建议

通过此次调查，我们应该从如下几点开展对聋生的《标准》测试工作，加强聋生体育锻炼的促进工作。

(一) 加强特殊教育教师、学生对《标准》功能重要意义的认识

《标准》是促进学生体质健康发展、激励学生积极进行身

体锻炼的重要手段，具有教育和激励功能。所选用的指标有身高、体重、肺活量、50 米跑、立定跳远、男生 1000 米女生 800 米跑、引体向上、仰卧起坐、坐位体前屈等项目指标与身体健康关系密切的身体成分、心血管系统功能、肌肉的力量和耐力、以及关节和肌肉的柔韧性等要素的基本状况。

《标准》是学生体质健康的个体评价标准，并规定各学校将每年测的数据上报到国家学生体质健康标准数据管理系统，该系统有反馈功能，该系统为家长提供了在线查询和在线评估服务，向学生提供了个性化的身体健康诊断，让学生准确了解自身体质健康状况的基础上使之有针对性的进行锻炼。

《标准》增加了一些简便易行，锻炼效果较好的项目，对引导学生进行体育锻炼具有较强的实效，同时通过国家学生体质健康标准数据管理系统，学生还可以查询到针对性较强的运动处方，用于自身因地制宜，因材施教地进行体育锻炼来提高身体健康水平。

希望聋校领导、教师、家长、学生能自觉了解《标准》的内容，测试方法，根据要求加强锻炼。

(二) 科学的引导聋生加强体育锻炼，掌握 1-2 项体育运动项目，养成良好的锻炼习惯

《标准》有利于促进学生、家长乃至全社会认识到身体成分、身体形态、身体机能、身体素质和运动能力是影响人体健康水平的重要因素，从而对健康概念有个重新认识，建立符合现代社会发展趋势的体质健康新理念。在理念的基础上引导学生选择简便易行、实效性强的项目进行锻炼，逐渐促进学生运动技能水平的提高。因《标准》测试项目有必测和选测项目，有利于促进学校在“健康第一”思想指导下将体育课程与《标准》既各有侧重，又相互配合。从而促进体育课程内容的改革，鼓励教师大胆进行校本课程的开发和研究，激励学生主动学习 1-2 项体育运动项目，积极参加体育锻炼，养成良好的锻炼习惯。与此同时强调教师对学生学法的指导，提高聋生自学、自练的能力，注重教学评价的多样性，重视聋生学习的效果和反应，真正使聋生养成坚持体育锻炼的习惯，形成勇敢、顽强和坚忍不拔的意志品质，促进聋生在身体、心理和社会适应能力等方面健康、和谐地发展，为提高国民的整体健康水平发挥重要作用。

(三) 在普通《标准》的基础上，根据聋生的个体差异，灵活进行测试

《标准》从身体形态、身体机能和身体素质等方面综合评价学生的体质健康水平，其中，身高、体重、肺活量、50 米、坐位体前屈为 1- 大学各年级的必测项目，另外各年级还有选测指标，各年级段有所侧重，有所不同，在总分评定中由标准分和附加分构成。根据以上阐述，我们发现聋生完全可以依据《标准》进行测试，但是要灵活进行，根据调查，聋生希望进行球类、绳类等的测试。由于选测项目较多一般学校为了省事，对技能性的篮球运球、足球运球、排球垫球等项目不让学生选，对所有学生进行统一项目的测试，不给他们选择的机会。例如初中身高体重、肺活量、50 米跑、坐位体前屈、立定跳远、引体向上（男）1 分钟仰卧起坐（女）、1000 米跑（男）800 米跑（女）。而篮球、足球、排球等测试没有评价的统一标准，大部分教师不去选择测试，也是此调查中反映较多的问题，希望教师根据聋生的个体差异，给他们自主选择的机会，灵活选择适合他们的项目进行《标

准》的测试。根据几年来的试用普校《标准》测试聋生的研究发现评分表可以稍微调整,由于聋生入学年龄差异较大,一个班级学生悬殊3-5岁的比比皆是,用年级划分误差太大,把年级改为年龄,聋生就可以根据普校《标准》进行测试评分。

(四)动员社会人士、家长参与到聋生的体育活动中,共同提高他们的身体素质,使他们身体、心理及社会适应能力均衡发展

社会、家庭、学校三结合教育是形成教育合力的最有效的措施。需要家长的支持,例如,每年把测试情况反馈给家长,反应孩子肥胖需要减肥,家长偏偏给孩子买饮料、糖果等增肥的食物;为了提高学生的身体素质,老师布置的家庭体育作业,家长无动于衷;多让学生跑几圈,家长告你体罚等等情形时有发生,希望家长为了自己孩子的身体健康,积极配合教师的工作。每个人都将是社会中的一员,而不是独立的个体,聋人也一样,为了培养他们的社会适应能力,经常组织一些社会人士进行体育活动,体育竞赛,希望社会人士大大提供助学、助教、赞助活动经费,器材等。

体育活动能提高学生的自信心、意志品质和调节情绪的能力,特别是在体育教学中要防止只重视运动技能的传授,而忽视心理健康目标达成的现象;要努力使聋生在体育活动过程中既掌握基本的运动技能,又发展心理品质;要根据聋生的年龄特点与心理特征,注意创设一些专门的情景,采取一些特别的手段,促进聋生身体、心理健康水平的提高。体育活动对于发展学生的社会适应能力具有独特的作用,经常参与体育活动的学生,合作和竞争意识、交往能力、对集体和社会的关心程度都会得到提高,而且,学生在体育活动中所获得的合作与交往等能力能迁移到日常的学习和生活中去,因此在体育教学中应特别注意营造友好、和谐的课堂氛围,采取有效的教学手段和方法培养学生的社会适应能力。要特别关注学生形成良好的体育道德和合作精神,增强他们对社

会的责任感。

五、希望上级部门出台针对残疾学生(聋生)的相关《标准》,激励和促进聋生全面发展

我国从2007至今针对正常学生的《标准》实施已有十多年,但是在这些《标准》中均没有涉及到针对残疾学生体质健康测试与评价的部分。所以,我国各类残疾学生体质健康状况如何?有无专门的测量与评价标准?现行的普通学生体质健康测试指标是否适用于残疾学生?这些我们都不得而知。因此,本次的调查研究是对聋生进行体质健康测试并与普校学生测试数据进行对比,了解聋生的体质健康状况,通过适宜的方法、措施帮助聋生提高身体素质,为将来聋生的体质测试标准的制定提供数据上的支持以及内容、方法上的帮助,争取早日出台《聋生体质健康标准》。

推动聋生体育锻炼,提升聋生身体素质任重而道远。在今后体育锻炼教学中,我们还应加大的改革力度,使体育教学个性化、多样化,营造生动、活泼、主动的学习氛围,把增进学生健康,提高体育能力,培养学生终身体育的意识,养成积极乐观的生活态度作为体育教学改革的重点工作。

参考文献:

- [1] 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,2008.
- [2] 《国家学生体质健康标准解读》编委会.国家学生体质健康标准解读[M].北京:人民教育出版社,2007.
- [3] 赵卫新.基于核心素养的体育与健康校本课程建设.[M].江苏:凤凰教育出版社,2017.
- [4] 徐州市教育局.徐州市学生体质健康蓝皮书——2018年徐州市学生体质健康监测结果报告.内部文件.2018.
- [5] 《中共中央国务院关于深化教育改革全面提高义务教育质量的意见》(2019年6月23日).

