

Investigation on Self-Care Ability and Morning Running Training Management of Rural Boarding Left Behind Children

Zhang Yuanping

School of Art and Design, Heyuan Polytechnic, Heyuan, Guangdong, China
zypball0603@126.com

ABSTRACT

With the acceleration of China's modernization process, family based migration based on husband and daughter has made the upbringing and education of migrant workers' children a social problem. Due to policy and many practical problems, most migrant workers are separated from their children. These left behind children are either taken care of by a single parent at home or by someone other than their parents. Most of the left behind children can only stay in boarding schools for long-term management and learning, which is the "problem of left behind children" widely concerned by the society. The education problem of left behind children is not obvious in primary school. After entering the junior middle school, the related problems and performance of left behind children education are very prominent. The dropout rate of left behind children in junior middle school increases obviously with the grade. Therefore, it is a very urgent task to consolidate and strengthen the junior middle school education of left behind children. Based on the data analysis of 150 valid questionnaires, it is concluded that the intervention factors for the learning enthusiasm of rural residential left behind children are reasonable and appropriate collective activities and appropriate education and teaching guidance Guide. The main factors that affect their learning energy, self-care ability and self-discipline are energy and lack of good work and rest rules, which leads to the vicious circle of not concentrating in class and not having a good rest at night. Therefore, as a morning run that can play an exercise role and is also a collective activity, it has become a relatively excellent sports to improve the self-care ability and even learning enthusiasm of rural residential left behind children. It can be clearly pointed out that the training and management of morning running is suitable to join the boarding management system of the left behind children in rural boarding system. Boarding schools should enhance the students' sense of ownership in education, help them to improve their ability of independent learning and self-care, and also appropriately increase other student activities. Left behind children are often lack of collective care. They are properly given the opportunity to communicate and express in the collective, communicate with each other, form and develop their social adaptability, so as to achieve the purpose and effect of education.

Keywords: left behind children, boarding, self-care ability, morning running

农村寄宿制留守儿童自理能力调查与晨跑训练管理

张原平

河源职业技术学院艺术与设计学院, 河源, 广东, 中国
zypball0603@126.com

摘要

随着中国现代化进程的加快,以家庭为单位的以丈夫和女儿为单位的移徙已使移徙工人子女的抚养和教育成为一个社会性问题,由于政策和许多实际问题,大多数移民工人与子女分离。这些留守儿童要么由家里的单亲父母照顾,要么由父母以外的其他人照顾。大多数留守儿童只能留在寄宿学校进行长期管理和学习,这是社会广泛关注的“留守儿童问题”。留守儿童的教育问题在小学阶段并不明显,步入初中阶段后,留守儿童教育的相关问题以及表现就很突出。初中阶段留守儿童的辍学率随年级而增长明显。因此,巩固和加强留守儿童的初中教育是一项非常紧迫的任务。通过对12个初中农村寄宿制留守儿童自理能力的问题进行相关调查分析,其中5道为自律性选择题目,7道为自理能力调查选择

题目；基于150份有效问卷进行数据分析，得出农村寄宿制留守儿童学习积极性的可干预因素在于进行合理合适的集体活动和适当的教育教学引导。影响他们学习精力与自理能力和自律性的因素主要是精力旺盛与缺乏良好的作息规律，从而导致课堂精力不集中和夜晚无法良好休息的恶性循环。因此作为可以起到锻炼作用及同时也是集体活动的晨跑，就成为较为优秀的提升农村寄宿制留守儿童自理能力甚至学习积极性的体育运动。可以明确指出的是，晨跑的训练与管理适合加入农村寄宿制留守儿童的寄宿管理制度当中。寄宿制学校在教育方面要增强学生的主人翁精神，帮助他们提升自主学习和自理的能力，也可以适当增加其他学生活动。留守儿童往往更缺乏集体关怀，适当的给予他们在集体的交往和表达的机会，相互沟通并形成和发展其社会适应能力，从而达成教育的目的与效果。

关键词：留守儿童，寄宿，自理能力，晨跑

1. 研究目的

自1980年代初以来，中国农村剩余劳动力不断向着城市转移。农村青壮劳动人口向城市的迁移经历了三个阶段：第三阶段是1995年左右。尽管目前移徙农民的总数并没有迅速增长，但以家庭为单位的以丈夫和女儿为单位的移徙已使移徙工人子女的抚养和教育成为一个社会性问题。由于政策和许多实际问题，大多数移徙工人与子女分离。这些留守儿童要么由家里的单亲父母照顾，要么由父母以外的其他人照顾，例如祖父母，兄弟姐妹，亲戚，邻居等。大多数留守儿童只能留在寄宿学校进行长期管理和学习。这是社会广泛关注的“留守儿童问题”^[1]。

从教育者的角度来看，留守儿童的问题是教育问题。在研究留守儿童在农村寄宿。大多数研究都得出了类似的结论：“与非留守儿童相比，留守儿童更容易具有不良学习习惯”^[2]。有研究认为，留守儿童的教育问题在小学阶段并不明显，步入初中阶段后，留守儿童教育的相关问题以及表现就很突出。初中阶段留守儿童的辍学率随年级而增长明显。留守儿童的初中教育对于留守儿童的教育与未来发展都十分关键。在行为和交流方面，一些研究表明，“外出务工父母对初中生的社交行为和社交技能有负面影响”^[3]。

而如何通过学校教育对父母外出务工的留守儿童进行良好的教导，应该引起有关部门的关注，并引起对留守儿童问题的关注。晨跑是一种主要早晨进行的运动。坚持晨跑可以增强身体健康，提高免疫力并改善精神状态。“晨跑前后，应进行一些热身伸展运动，以减少身体状况不利的可能性”^[4]。晨跑不仅是一项体育运动，而且是一项集体活动，可能对农村寄宿制留守儿童的自我保健和学习热情产生影响。从教育的角度来看，本研究期主要是调查并研究学生的自理能力，分析问题并寻找与晨跑训练管理相结合的寄宿学生管理方式，以帮助提高学生的自律性和学习积极性。

2. 研究方法

本研究通过定性与定量研究结合法，采用文献法、问卷调查法、定点访谈法等收集资料，并作为文章主要依据，对文章核心问题进行探讨。

2.1. 文献法

文献法在选题、基础资料搜集及作为依据支持研究方面意义重大。通过文献阅读与搜集把握农村留守儿童自理能力与学校寄宿情况，明确概念和理论，确定文章要点与创新点，深化对文章选题及核心研究关键点的认识和理解，并把握现有研究的不足和缺陷，以此提出本研究的突破与创新。

2.2. 问卷调查法

在参考相关文献及研究的现状后，围绕研究核心设计农村寄宿制学校留守儿童自理能力问卷，以了解农村寄宿制学校留守儿童的自理能力和教育状况。

2.3. 定点访谈法

访谈均采用定点访谈，对象为农村中学教师，及部分留守儿童。访谈时间及地点由调查者和被访谈者商量决定，一般是在被访谈者工作或学习的场所。访谈力求真实客观，以帮助后期对问题的分析和解决。

2.4. 核心界定

2.4.1. 留守儿童

有研究认为，高中留守儿童的心理状况好于初中留守儿童，年龄越小心理问题越突出。而初中义务教育也是农村留守儿童父母选择打工的一个关键时期，留守儿童问题表现的比较突出。因此，本研究把“留守儿童”定义为，“由于父母双方或一方外出打工且外山打工年限在一年以上，而被留在农村的家乡，并且需要其他亲人或委托人照顾的处于义务教育阶段的初中留守寄宿的儿童”^[5]。

2.4.2. 寄宿制及寄宿制学校

寄宿制是指学校有向学生提供住宿条件的能力,而不是作为一种学生必须接受的学校制度,强制要求学生住宿,学生可以自由选择是否住宿。本文将寄宿制学校界定为具有可以满足学生基本生活需要的宿舍、食堂以及其他相关生活设施的学校。

2.5. 自理能力

本次研究将自律性与自理能力分为两个模块,自律性为必要生活活动外的软指标(即无硬性要求的指标),自理能力为必要生活活动硬指标(即需要明确是否完成的指标)。

2.5.1. 自律性

量化指标:此部分问卷设置5道调查问卷题目,分别为:1.寄宿期间每天自主学习时间(A:1小时,B:2小时,C:3小时以上);2.衣物换洗间隔时间(A:1天,B:2~3天,C:3天以上);3.每天自主体育活动时间(A:半小时,B:1小时,C:2小时以上);4.对自主学习与自主体育互动的自主选择(A:偏好自主体育活动,B:偏好自主学习,C:无特别偏好);5.上课时间分心原因(A:希望外出活动,B:难以理解课程内容,C:疲惫或劳累,其他:自填)。

2.5.2. 自理能力

量化指标:此部分问卷共7道选择题,设置其中5道题目,答案设置仅为是或否,是为A,否为B,分别为:6.能否按时起床;7.能否按时进入教室上课;8.能否按宿舍管理要求处理内务;9.能否按时熄灯睡觉;10.能否打理好个人卫生。其余两道题目为:11.有无法良好休息时无法良好休息的原因(A无此情况,B学习劳累,C身体疲惫,D精力过剩);12.倾向于何种锻炼与运动(A跑步,B球类,C热身舒展类,D:球拍类)

3. 结果与分析

本次研究通过调查问卷的填写及对个别学生及教师的访谈进行分析,通过县城镇中学教师下放问卷共200份,最终收回167份,剔除填写不全或随意涂抹的问卷后有效问卷共150份。对1名县城镇中学教师进行访谈和对2名知情同意的学生进行沟通访谈。分析结果如下:

根据图1可知大部分农村寄宿制留守学生学习时间少于2小时,只有不到五分之一的学生每天自主学习3小时以上。衣物换洗时间大部分为2~3天换洗一次,但是150人中依旧有51人,超过三分之一换洗衣物时

间超过3天。自主体育活动时间只有20人活动在半小时左右,其他都在1小时以上。大部分学生选择喜欢体育而非学习,一部分选择无偏好,只有19人选择喜好自主学习。而图2大部分学生缺乏学习积极性的原因是希望外出活动,在其它的原因里,其中自填部分有7人提到感觉自身比较好动,学校体育活动较少,感觉在课堂内难以安坐。

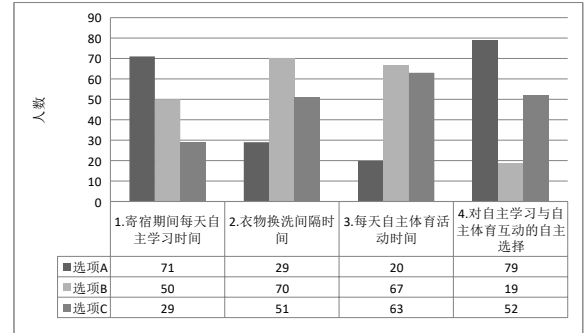


图1 (寄宿学生学习时间调查分布图)

图1为1到4题选择题调查的具体情况:1.寄宿期间每天自主学习时间(A:1小时,B:2小时,C:3小时以上);2.衣物换洗间隔时间(A:1天,B:2~3天,C:3天以上);3.每天自主体育活动时间(A:半小时,B:1小时,C:2小时以上);4.对自主学习与自主体育互动的自主选择(A:偏好自主体育活动,B:偏好自主学习,C:无特别偏好)。

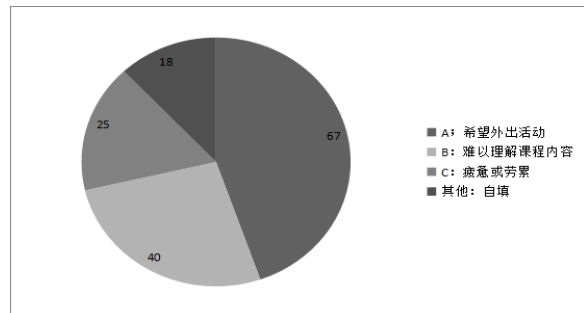


图2 (学生课程分心原因统计表)

图2为调查题目5上课时间分心原因具体情况(A:希望外出活动,B:难以理解课程内容,C:疲惫或劳累,其他:自填)。

在图3中大部分学生是可以按照要求完成相关作息和学校规定的,值得注意的是通过6和7两道题对比,很多人无法按时起床,但是能够按时上课的人数比能够按时起床的人数多,表明存在赖床的情况。而通过问题9可知能按时熄灯睡觉的人数较少,这也印证了6和7两个问题的情况。根据图4可知,无法良好休息的原因很大程度上是精力过剩,而12题显示,学生最希望的运动跑步最佳,其次是热身舒展类,然后才是球类与球拍类。

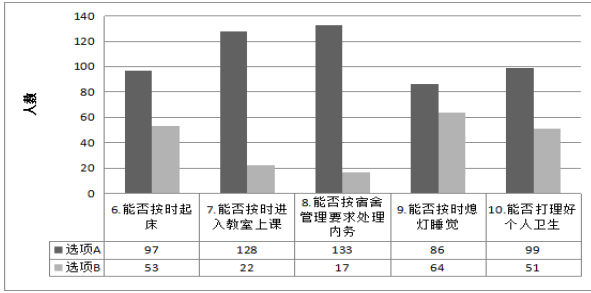


图3 (学生作息规律调查分布图)

图3为6到10题的具体情况，答案设置仅为是或否，是为A，否为B，分别为：6. 能否按时起床；7. 能否按时进入教室上课；8. 能否按宿舍管理要求处理内务；9. 能否按时熄灯睡觉，10. 能否打理好个人卫生。

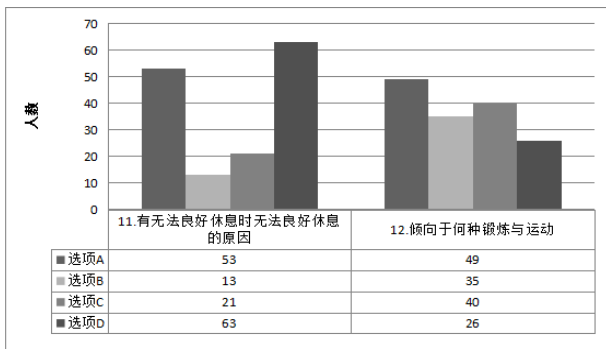


图4 (学生休息状态与喜爱运动项目调查分布图)

图4为第11与12题的具体情况：11. 有无法良好休息时无法良好休息的原因(A 无此情况, B 学习劳累, C 身体疲惫, D 精力过剩)；12. 倾向于何种锻炼与运动(A 跑步, B 球类, C 热身舒展类, D 球拍类)

通过访谈可知，留守儿童普遍存在学习或者活动的积极性不足和平时的情绪激烈的问题，而通过两个学生的访谈印证，发现积极性和情绪问题大多在于家长的外出务工，而让他们无法积极参与学习的因素，也有他们缺乏合适的活动和同学一起融洽参与。

通过以上的结果，我们可以初步得出结论，影响农村寄宿制留守儿童学习积极性的可干预因素在于合理合适的活动和适当的引导，让他们融入学习与生活。同时，影响他们学习精力与自理能力和自律性的因素主要是精力旺盛，无法按时休息，导致的无法按时起床，导致课堂精力不集中和夜晚无法良好休息的恶性循环。因此，对于该类现象，本研究认为通过合理合适的体育锻炼来平衡学生学习和运动的欲望最为合适，而且跑步和热身舒展运动在本次调查中选择人数居高，可以二者协同进行，晨跑可以加强学生体质，更能促进学生的良好作息，减少学生的活动欲望，使学生更加专注于课堂和自主学习。

4. 结论与建议

通过对12个农村寄宿制留守儿童自理能力的相关调查分析，得出农村寄宿制留守儿童学习积极性的可干预因素在于合理合适的活动和适当的引导，影响他们学习精力与自理能力和自律性的因素主要是精力旺盛，无法按时休息，导致的无法按时起床，导致课堂精力不集中和夜晚无法良好休息的恶性循环。因此作为可以起到锻炼作用及同时也是集体活动的晨跑，就成为较为优秀的提升农村寄宿制留守儿童自理能力甚至学习积极性的体育运动。同时晨跑可以配合热身舒展类运动，因此晨跑运动据此次研究结果来看完全适合农村寄宿制留守儿童的学习与生活的自律性提升。

有学者指出“教育要为学生的幸福人生奠定一个坚实的基础。因此，我们特别需要幸福教育”。重要的不是让学生成为某领域的人才，而是要让他们成为积极的生活者。“学校非常首要的职责就是帮助他们确立健康的、文明的生活观念和态度”^[6,7]。要增强学生的主人翁精神，教育的最终目标是让学生学会自我教育。“寄宿制学校还可以充分利用其师资、场地和设施的优势，开展名目繁多、内容丰富的课外活动和社团活动，以及开展春游、秋游、野营之类的旅游活动让学生在在这个大环境中感受和体验，吸引学生”^[8]。“留守儿童更需要集体的帮助，在集体的交往中进行自我表达，相互沟通相互合作，并以此形成和发展着自己的社会能力”。“学生良好的表现所形成的氛围，也是一种教育资源”^[9-11]。

REFERENCES

[1] Ye J., Murray J. (2005) Focus on left behind children. Book excerpt, 12: 14-15.

[2] Gao H. (2009) A review of the research on the education of left behind children. Journal of Hebei Normal University (EDUCATION SCIENCE EDITION), 04: 27-31.

[3] Yang M., Gong W., Wang J. (2015) Research on education of left behind children in rural areas. The first epoch star Innovation Education Forum

[4] Meng J. (2018) Pay attention to scientific outdoor morning running. Healthy life, 9.

[5] Wang Y. (2011) Comparative study on mental health of left behind children in rural junior middle schools [J]. Journal of University of Electronic Science and Technology (SOCIAL SCIENCE EDITION), 13 (3): 97-101.

[6] Ma Q. (2019) Views on education of left behind children in rural areas. Good parents, 6: 215-215.

[7] Xu Q. (2007) Paying attention to the education of left

behind children and building a harmonious new countryside [J]. *Modern agricultural science and technology*, 011: 156-157.

[8] Hu Y. (2019) Education problems of rural left behind children and effective countermeasures. *Teachers*, 7: 24-25.

[9] Zhang L. (2019) On the position and role of students' self-management in the management of College Students' Education . *Science public (Science Education)*, 3.

[10] Zhang G. (2019) Education students in mind. *Exam weekly*, 32: 49-49.

[11] Gao R. (2019) On the impact of labor education on the mental health of primary school students.