

# A Comparative Study on Internet Addiction Between Sports Specialty Students and Non-Sports Specialty Students in Ludian No.2 Middle School of Zhaotong City

Ziwei Ma Zhigang Huang\*

School of Physical Education, Southwest Forestry University, Kunming, Yunnan, 650224, China

## Abstract

With the increasing penetration of the internet in adolescents' lives, internet addiction has become a growing concern in educational circles. This study focuses on Luodian County No.2 Middle School in Zhaotong City, conducting a comparative analysis of internet addiction status between sports-specialized and non-sports-specialized high school students. Through questionnaire surveys, 99 students (49 sports-specialized and 50 non-sports-specialized) were surveyed regarding their internet addiction patterns. Statistical methods were employed to compare dimensions including tolerance levels, withdrawal reactions, interpersonal relationships & health, and time management between groups. The results revealed that sports-specialized students exhibited significantly higher internet addiction rates than non-sports-specialized peers. Notably, significant differences were observed in interpersonal relationships & health and time management dimensions, while no notable differences were found in tolerance levels and withdrawal reactions. Recommendations are proposed based on the current internet addiction status of both groups and related dimensions.

## Keywords

Internet addiction; Sports-specialized students; Non-sports-specialized students

# 昭通市鲁甸二中体育特长生与非体育特长生网络成瘾的对比研究

马紫威 黄志刚\*

西南林业大学体育学院, 中国·云南昆明 650224

## 摘要

随着互联网在青少年生活中的渗透,网络成瘾问题日益成为教育领域的关注。本文以昭通市鲁甸县第二中学为研究对象,对高中体育特长生与非体育特长生网络成瘾的现状调查,并进行对比研究。通过问卷调查法,对该校99名学生,体育特长生49人与非体育特长生50人的网络成瘾现状进行调查,并用数理统计法对体育特长生与非体育特长生的耐受性、戒断反应、人际关系与健康、时间管理几个维度进行网络成瘾的对比分析,发现体育特长生网络成瘾显著高于非体育特长生,且存在显著差异,体育特长生在人际关系与健康和时间管理上与非体育特长生存在显著性差异,体育特长生在耐受性和戒断反应上与非体育特长生差异性不明显。针对体育特长生和非体育特长生网络成瘾现状,并对网络成瘾和各维度提出相关的建议。

## 关键词

网络成瘾; 体育特长生; 非体育特长

## 1 引言

为提高昭通市鲁甸县第二中学学生对于网络成瘾的认识,为学生普及网络成瘾出现的问题以及对身心的伤害,通过对比两大学生群体的差异性,帮助学校提出合理化的管理建议,辅助学生安排好上网时间,结合两者的共性及其独特

性构建健康的网络认知,最终实现从被动管理向主动调节的行为转变。并通过体育特长生与非体育特长生两者之间的网络成瘾情况,正确引导学生减少对网络的依赖性,合理安排学习任务以及课余生活<sup>[1]</sup>。

## 2 研究对象与方法

### 2.1 研究对象

本文以昭通市鲁甸县第二中学高中体育特长生与非体育特长生网络成瘾的对比为研究对象。本文研究的体育特长生是指在昭通市鲁甸县第二中学正常学习理论课知识,同时还参加课后体育训练,准备参加体育高考的学生;而非体育

【作者简介】马紫威(2000-),女,回族,中国云南昭通人,本科,从事体育教学研究。

【通讯作者】黄志刚(1985-),男,瑶族,中国湖南永州人,硕士,讲师,从事体育心理学及体育法院研究。

特长生则是指在昭通市鲁甸县第二中学只学习理论课知识，高考只以文化成绩为标准报考大学，不额外参加任何特长生考试的学生。

## 2.2 研究方法

### 2.2.1 文献资料法

本研究通过各文献资料库平台，比如中国知网（www.cnki.net）、万方数据库、Science Direct 以及其他的国内外数据库，以网络成瘾、体育特长生、高中生等为关键词，检索历年来的核心期刊论文。对文献进行筛选，为本研究提供理论支撑。

### 2.2.2 问卷调查法

本文采用了清华大学出版由姜淑梅作者主编的《中学生心理辅导》中的第八章中学生网络心理为调查问卷。该问卷共有 28 题，网络成瘾包括了成瘾症状和成瘾影响，其中成瘾症状分为了耐受性与戒断反应两个维度；成瘾影响则分为人际关系与健康以及时间管理两个维度。

### 2.2.3 数理统计法

本论文通过对昭通市鲁甸县第二中学的高中体育特长生与非体育特长生的网络成瘾的调查，对问卷回收的数据情况采用 Excel 整理数据，并用 Spss27.0 版本软件对调查问卷的数据进行 T 检验相关分析。

## 3 结果与分析

### 3.1 鲁甸二中体育特长生与非体育特长生网络成瘾总体情况分析

#### 3.1.1 体育特长生与非体育特长生网络成瘾总体情况现状分析

体育特长生与非体育特长生的网络成瘾总体情况人数分布显示，调查了 49 名体育特长生，网络成瘾比较明显的人数有 11 人，占比是 22.5%，而不太明显的人数有 38 人，占比是 77.5%。鲁甸二中非体育特长生调查了 50 人，非体育特长生网络成瘾比较明显的人数有 5 人，占比 1.0%，不明显的人数有 45 人，占比是 99.0%。体育特长生网络成瘾比较明显的人数占比为 22.5%，非体育特长生的人数占比为 1.0%，体育特长生比非体育特长生人数占比高 21.5%，体育特长生高于非体育特长生，体育特长生网络成瘾影响更严重。

#### 3.1.2 体育特长生与非体育特长生网络成瘾总体情况对比分析

体育特长生与非体育特长生的网络成瘾总体情况的差异对比可知，体育特长生网络成瘾平均值为 9.47，标准差是 4.81，非体育特长生的网络成瘾平均值为 7.54，标准差是 4.31，体育特长生在网络成瘾程度上的平均得分高于非体育特长生，即从平均值和标准差看体育特长生整体网络成瘾倾向相对更强。从 T 检验结果中得出，t 值为 2.103，p 值为 0.038， $p = 0.038 < 0.05$ ，表明体育特长生和非体育特长生在网络成瘾程度上存在显著差异，可以确认体育特长生的网络成瘾程度，明显高于非体育特长生。

### 3.2 鲁甸二中体育特长生与非体育特长生的成瘾症状分析

#### 3.2.1 体育特长生与非体育特长生的网络成瘾耐受性对比分析

体育特长生与非体育特长生的网络成瘾耐受性人数分布显示，调查了 49 名体育特长生，耐受性维度比较明显的人数有 11 人，占比是 22.4%，而不明显的人数有 38 人，占比是 77.5%，鲁甸二中非体育特长生调查了 50 人，非体育特长生网络成瘾耐受性维度较明显的人数有 10 人，占比 20%，不明显的人数有 40 人，占比是 80%。体育特长生在耐受性维度上比较明显的人数占比是 22.4%，非体育特长生占比为 20%，体育特长生占比高于非体育特长生。

体育特长生与非体育特长生的网络成瘾耐受性的维度对比可知，体育特长生平均值为 2.31，标准差是 1.61；非体育特长生网络成瘾平均值为 2.12，标准差是 1.48，体育特长生在网络成瘾程度上的平均得分高于非体育特长生，即从平均值和标准差看体育特长生整体网络成瘾的耐受性维度倾向相对更强。从 T 检验结果中得出，t 值为 0.599，p 值为 0.551， $p = 0.551 > 0.05$ ，表明体育特长生和非体育特长生在网络成瘾的耐受性维度中不存在显著差异。

#### 3.2.2 体育特长生与非体育特长生的网络戒断反应对比分析

体育特长生与非体育特长生的网络戒断反应人数分布显示，调查了 49 名体育特长生，戒断反应维度比较明显的人数有 2 人，占比是 4.0%，而不明显的人数有 47 人，占比是 96.0%。鲁甸二中非体育特长生调查了 50 人，非体育特长生网络成瘾戒断反应比较明显的人数有 6 人，占比 12.0%，不明显的人数有 44 人，占比是 88.0%。体育特长生在戒断反应维度上比较明显的人数占比为 4.0%，非体育特长生占比为 12.0%，非体育特长生占比高于体育特长生。

体育特长生与非体育特长生的网络成瘾戒断反应维度对比可知，体育特长生的戒断反应平均值为 1.35，标准差是 1.22，非体育特长生的戒断反应平均值为 1.32，标准差是 1.58。体育特长生在网络成瘾程度上的平均得分高于非体育特长生，即从平均值看体育特长生整体网络成瘾的戒断反应维度倾向略高于非体育特长生。而从标准差看非体育特长生的网络成瘾戒断反应的维度比体育特长生更明显。从 T 检验结果中得出，t 值为 0.095，p 值为 0.925， $p = 0.925 > 0.05$ ，表明体育特长生和非体育特长生在网络成瘾的戒断反应维度中不存在显著差异。

### 3.3 鲁甸二中体育特长生与非体育特长生的网络成瘾影响分析

#### 3.3.1 体育特长生与非体育特长生的网络成瘾人际关系与健康分析

体育特长生与非体育特长生的网络成瘾人际关系与健康人数分布显示，调查了 49 名体育特长生，人际关系与健康比较明显的人数有 20 人，占比是 40.8%，而不明显的人

数有29人,占比是59.2%。鲁甸二中非体育特长生调查了50人,非体育特长生网络成瘾人际关系与健康比较明显的人数有8人,占比16.0%,不明显的人数有42人,占比是84.0%。体育特长生网络成瘾人际关系与健康比较明显的人数占比是40.8%,非体育特长生仅占比为16.0%,体育特长生占比高非体育特长生24.8%,体育特长生占比显著高于非体育特长生。

体育特长生与非体育特长生的网络成瘾的人际关系与健康的维度对比可知,体育特长生网络成瘾人际关系与健康平均值为2.18,标准差是1.48,非体育特长生的网络成瘾人际关系与健康平均值为1.28,标准差是1.13,体育特长生在网络成瘾程度上的平均得分高于非体育特长生,即从平均值和标准差看体育特长生整体网络成瘾倾向相对更明显。从T检验结果中得出,t值为3.412,p值为0.001, $p=0.001<0.05$ ,表明体育特长生和非体育特长生在网络成瘾的人际关系与健康的维度中存在显著差异。

### 3.3.2 体育特长生与非体育特长生的网络成瘾时间管理对比分析

体育特长生与非体育特长生的网络成瘾时间管理人数分布显示,调查了49名体育特长生,时间管理维度上比较懒散的人数有7人,占比是14.3%,而时间管理较好人数有42人,占比是85.7%。鲁甸二中非体育特长生调查了50人,非体育特长生网络成瘾时间管理维度上比较懒散的人数有3人,占比6.0%,时间管理比较好的人数有47人,占比是94.0%。体育特长生网络成瘾时间管理比较懒散的人数占比为14.3%,非体育特长生占比为6.0%,体育特长生人数占比高非体育特长生8.3%,体育特长生高于非体育特长生。

体育特长生与非体育特长生的网络成瘾的时间管理的维度对比可知,体育特长生网络成瘾时间管理平均值为2.92,标准差是1.84,非体育特长生的网络成瘾时间管理平均值为2.16,标准差是1.58。体育特长生在网络成瘾程度上的平均得分高于非体育特长生,即从平均值和标准差看体育特长生整体网络成瘾倾向相对更明显。从T检验结果中得出,t值为2.203,p值为0.03, $p=0.03<0.05$ ,表明体育特长生和非体育特长生在网络成瘾的时间管理的维度中存在显著差异。

## 4 结论

### 4.1 体育特长生达到网络成瘾的人数多于非体育特长生且差异性明显

在网络成瘾人数分布上,体育特长生人数占比是22.5%,非体育特长生仅仅只占比1.0%,体育特长生明显高于非体育特长生。体育特长生平均值和标准差为 $9.44\pm 4.81$ ,非体育特长生为 $7.54\pm 4.31$ ,仍然是体育特长生高于非体育特长生。从T检验结果得出, $p$ 值 $=0.038<0.05$ ,鲁甸二中体育特长生与非体育特长生在网络成瘾上存在显著差异<sup>[9]</sup>。

### 4.2 体育特长生在人际关系与健康和时间管理上高于非体育特长生且差异性明显

在人际关系与健康维度中,体育特长生人数占比是

40.8%,非体育特长生仅占比16.0%,体育特长生明显高于非体育特长生。体育特长生平均值和标准差是 $2.18\pm 1.48$ ,非体育特长生是 $1.28\pm 1.13$ ,仍然是体育特长生明显显著高于非体育特长生。从T检验结果得出, $p$ 值 $=0.001<0.05$ ,鲁甸二中体育特长生与非体育特长生在网络成瘾人际关系与健康上存在显著差异。

在时间管理维度中,体育特长生人数占比为14.3%,非体育特长生仅为6.0%,体育特长生明显高于非体育特长生。从平均值和标准差对比中,体育特长生是 $2.92\pm 1.84$ ,非体育特长生是 $2.16\pm 1.58$ ,仍然是体育特长生高于非体育特长生。从T检验结果得出, $p$ 值 $=0.03<0.05$ ,鲁甸二中体育特长生与非体育特长生在时间管理上存在显著差异。

### 4.3 体育特长生在耐受性上高于非体育特长生但差异性不明显

在耐受性维度中,体育特长生人数占比是22.4%,非体育特长生占比是20%,体育特长生略高于非体育特长生。体育特长生平均值和标准差是 $2.31\pm 1.61$ ,非体育特长生是 $2.12\pm 1.48$ ,略高于非体育特长生。但从T检验结果中得出, $p$ 值 $=0.551>0.05$ ,鲁甸二中体育特长生与非体育特长生的网络成瘾耐受性不存在显著差异。

### 4.4 非体育特长生在戒断反应上高于体育特长生但差异性不明显

在戒断反应维度中,非体育特长生人数占比是12.0%,体育特长生占比是4.0%,非体育特长生高于体育特长生。非体育特长生平均值和标准差是 $1.32\pm 1.58$ ,体育特长生是 $1.35\pm 1.22$ ,非体育特长生与体育特长生相近。但从T检验结果中得出, $p$ 值 $=0.925>0.05$ ,鲁甸二中体育特长生与非体育特长生的网络成瘾戒断反应不存在显著性差异。

综上所述,建议采取以下措施:(1)学校应开展网络成瘾危害的相关讲座。通过班主任召开主题班会,在班级上为学生普及网络知识,提高学生们的网络危害的了解;(2)学生要加强现实社交活动,激励学生主动沟通交流。体育特长生在训练结束后,组织进行交流大会,分享自己远离网络的感受,鼓励学生手写训练日记,并对其进行奖励;(3)体育特长生应该按照教练要求按质按量的完成训练任务,休息时间应当充足;(4)学生根据自身情况制定学习计划和目标;(5)体育特长生出现戒断反应时,马上进行专项训练,并提供解压器材,缓解戒断反应出现的焦虑。

## 参考文献

- [1] 吕芳芳.班级环境,学校适应与高中体育特长生问题行为的关系研究[D].沈阳体育学院,2023.
- [2] 朱彦明.高中体育特长生体能训练现状与对策[J].田径,2023(11):30-31.
- [3] 王福林,卢晓晓.准确把握普通高中体育特长生管理的“四性”[J].中国学校体育,2023(6):65.