

“学训融合”背景下高校非高水平运动队建设研究

董虹池

上海外国语大学 贤达经济人文学院, 上海, 202162;

摘要: 在探讨学训融合背景下高校非高水平运动队建设研究中, 我们不仅触及了教育理论的前沿, 更深入挖掘了实践训练的深度。学训融合, 这一理念的核心在于将学习与训练紧密结合, 旨在培养具备理论知识与实践技能双重优势的高素质人才。通过本次研究, 我们深刻认识到, 学训融合不仅是教育模式的一种创新, 更是应对未来社会挑战、促进个人全面发展的重要途径。

关键词: 学训融合; 高校; 非高水平运动队

DOI:10. 69979/3029-2735. 24. 6. 037

1 高校非高水平运动队建设发展困境

1.1 非高水平运动队专业化水平低

运动队专业化水平低可能表现为多个方面的不足, 这通常会影响到队伍的整体表现和长期发展。运动员技能与体能不达标, 高校生源大多是普通高中生, 体育特长生不是多数, 高考进入高校的学生居多, 非高水平运动队队员体育方面专业程度不高, 队员一般都是文化课考试考入高校, 并非是具有体育特长进入高校, 对于体育知识的学习和体育训练都有所缺失。教练团队能力不足, 非高水平运动队的教练一般都是同时担任主教练、技术教练、体能教练等几乎运动队全部训练相关的教练, 缺乏专业的教练团队, 重视体育训练, 对于体能训练、技术训练不够专业。缺乏系统化的管理和规划, 运动队的运营和训练缺乏长远规划, 资源分配不合理。

1.2 非高水平运动队管理模式单一

现今, 高校非高水平运动队主要由学校学院或是部门管理, 由各运动队教练制定整个运动队的决策。由于政策环境影响, 高校的体育与教育部门在管理运动队过程中, 采用各司其职的方式进行分别管理, 导致非高水平运动队在学与训之间不能共同发展。因为各部门利益与管理存在分歧, 体育部门重在培养学生的体育技能从而往高水平运动队方向发展, 而教育部门则是关注学生文化课的学习以及体质健康教育, 让学生学会基本运动技能。在政策实施中各部门对于运动队的管理不能达成共识, 觉得应当由体育部门管理运动队, 其他部门管理运动队的积极性不高, 导致不能达到体教结合与学训融合的效果。各部门在培养非高水平运动队的目标不一, 使其管理模式的单一, 出现部门权责分工不明确、管理制度不完善等问题。

1.3 非高水平运动队内涵建设不够完善

高校运动队队员培养目标较为模糊, 非高水平运动队的建设是学校能够参加比赛, 为学校赢得荣誉, 提升学校名声, 但培养过程中学校更注重学生文化课的学习, 而疏忽学训融合体系的构建, 缺乏相关比赛的训练而忽视体育相关知识的教育。竞赛机制不完善, 高校体育赛事需要“常赛”, 比赛项目和内容单一, 竞赛模式简单, 缺乏创新。没有一个开放的沟通平台, 教练、运动员和管理层之间的信息传递不流通, 不能及时解决内部问题。运动队未能制定短期和长期的发展目标与计划, 运动队发展方向不清晰, 资源分配不是很合理。运动队文化建设不到位, 没有一个积极向上的团队文化, 团队意识不够, 没有做好挖掘和记录团队的历史, 包括重要事件、成就等, 使团队没有更好的凝聚力和归属感。

1.4 非高水平运动队学训矛盾突出

高校对于“学训矛盾”的问题比较突出, 还是要求运动员以学业为主, 看重运动员的文化教育, 则不注重训练时间和训练量对于运动员的重要性。高校“重育人、轻训练”这一现象普遍存在, 运动员的训练必须是在课余时间, 从而导致训练量不充分。高校在要求运动队能有好的比赛成绩的同时, 对运动员的训练时间和训练量等相关政策落实不到位, 使其“学训矛盾”问题得不到相应解决, 运动员难以完成运动队制定的训练目标, 运动员在学业与训练之间不能平衡, 阻碍运动员本身的全面发展。

2 高校非高水平运动队建设应对策略

2.1 提升运动队运行制度专业化程度

2.1.1 教练团队专业化

教练团队需要高水平的教练员, 高校根据运动队的实际情况, 打造复合型的教练团队, 向高水平运动队一样, 非高水平运动队也应该要有主教练、助理教练、技

术教练、体能教练等完整的教练团队,不应让某一个老师一把抓,整个运动队需要教练团队而不能只有一个教练。高校应招聘教练的方式多样化,既有内部推荐和外部引进,又有专职兼职和外聘共有的招聘方式进行招聘。教练员需要教育与资格的认定,教练应具备相关体育教育或运动科学的学位,并获得国家或是国际认可的教练资格证书。教练员应定期参加专业技能培训,包括运动技术、战术策略、体能训练、心理辅导等。教练团队需要团队协作与领导力,团队建设促进教练团队内部的沟通与合作,形成统一的训练目标。教练团队能够不断的提升专业水平,从而更有效地指导运动员,提升整个运动队的竞争力。

2.1.2 训练理念和训练手段专业化

训练理念和训练手段的专业化是体育训练领域中极其重要的组成部分,它们直接关系到运动员的竞技状态、技能提升和长期发展。训练理念专业化,个性化训练,认识到每位运动员的体质、技能和心理状态的差异,设计符合个人特点的训练计划;科学化训练,依据运动生理学、运动生物力学、运动心理学等领域的研究成果,采用科学的方法进行训练;周期化训练,根据比赛周期和运动员的身体状况,安排合理的训练强度和恢复期,避免过度训练和运动损伤;全面性训练,不仅关注专项技能的提升,还要涵盖体能、心理、营养和恢复等各个方面,实现运动员的全面发展。训练手段多样化,加强平时体育训练的同时,应注重技术训练和体能训练。训练理念和训练手段先进化,运用智能化的训练器材,训练效果显著。训练器材装备的升级,使其运动员在训练与竞技中的状态更加稳定。训练手段科学化,高校在发展科研的同时,更要其发挥科研的重要性,多学科融合、多领域合作已然成为趋势,将科技运用在运动训练中,其作用逐渐在运动训练中凸显。科技支撑,会让运动队训练更加专业化。

2.1.3 运动员选材专业化

非高水平运动队运动员大多是普通高中,运动队对于选取运动员要突显专业化。根据不同运动队的特点及其要求,用科学化的手段和方法进行选拔。运动队按照客观指标对运动员进行全面测试,不再是单一的选择体能较好或是只是喜欢运动的运动员,需要全面的综合评价与测试。运动员选材需要对运动员的身体素质、运动技能、竞技精神等进行评估,了解运动员的家庭、性格等自身情况,运动队选材路径的优化,遵循公平公正的原则,选拔过程的公正性。

2.2 完善运动队管理制度

运动队治理主体的多元化,运动队要实现不同部门之间的合作与共治。创建以运动队为中心,学校、学院、

体育部等多元主体共同治理的管理机制,实现多方合作、共担责任、共享成果,推进非高水平运动队多元化的发展。高校应当重视体育部、运动队等相关部门,将多元主体凝聚,建设共同治理的管理机制;高校的体育部门注重学生的体质健康,意在学生学会基本运动的技能等方面,同样也要注重运动队的管理,制定相应管理制度,保障运动队的建设与发展;学院应支持运动队的训练、竞赛,关注运动员的学业,并加以辅导,帮助运动队解决学习矛盾;在高校建设俱乐部、社团与运动队共同合作,拓宽运动员培养渠道,让俱乐部、社团协同培养运动队的后备人才,实现多元主体可以资源共享,推动运动队的建设发展。总之,运动队应与学校、学院、体育部、俱乐部、社团共同治理,在训练、教学、竞赛、管理等多方面实现多元共治,使其运动队稳固发展。

2.3 深化内涵建设,提升人才培养质量

2.3.1 运动队一体化培养体系建设

改进运动队的人才培养体系,构建运动队一体化招生,将招体育特长生、高水平运动员纳入招生计划当中,重点发展普及度高的运动项目,招收运动基础好的运动员,同时优化招生管理机制;根据招生改革要求和学校报考生源的总体水平,恰当调整运动队的招生计划。筹划运动队对于体育人才培养梯队,构建以运动基础好的学生为核心、课余时间训练为关键、学校运动队为基础的运动队体育人才培养体系,持续推进学校体育文化和运动队的融合建设。

2.3.2 优化竞赛机制

根据体育课新要求“教会、勤练、常赛”,运动队需要学会勤练常赛,以赛促练,学校应提供好的竞赛平台,体育部门建设多样的竞赛项目和内容,运动队作为领头羊参与比赛,制定多层次的竞赛模式,创建学校、学院、校外、运动队等不同级别的赛事。完善竞赛体系,打破学校与体育部门的竞赛体系壁垒,使运动队增加参赛次数,提高竞赛水平,参赛项目多样化,避免出现运动队常练少赛的境遇,提升运动队的竞技水平;运动员要有多次参赛的经验,其竞技能力也会有所提升。依据运动员的运动技能、技术水平、比赛规模等情况,优化竞赛机制,增高运动员的参赛积极性。

2.3.3 运动队文化建设

运动队文化建设是运动队建设的核心内容之一,运动队开展文化建设基于学校体育文化整个体系,学校体育文化主要有大学体育课程、课外体育活动、运动训练竞赛三个主要方面,运动队文化也应遵从这三方面进行建设。运动员以学习大学体育课程为基础,熟知体育理论知识,进一步强化体育专项知识的学习;运动员重心放在文化学习上,运动训练的时间不充分,训练气氛不

浓厚, 学训矛盾冲突; 运动员应平衡学业与训练, 学业为重心的前提训练同样重要; 运动员课余时间单一, 高校非高水平运动队队员主要以学业为主, 课余时间以训练为主, 运动员自由支配的时间较少; 利用高校的丰富资源, 开展运动队的文化建设, 能丰富运动员的课余生活。运动队文化是整个队的精神支柱, 拥有好的运动队文化, 可以培养优秀的运动员, 一个优秀的运动员不光要有运动技能, 还要有较高的运动素养, 运动员应积极参与文化建设, 为运动队文化建设添砖加瓦。

2.4 推进学训融合的措施

2.4.1 系统协调学训关系

我国高校非高水平运动队在人才培养中普遍存在“学训矛盾”, 推进学训融合, 系统协调学训关系是确保教育质量与学生能力发展的重要环节。强化学训计划的系统设计, 学习与训练同步规划, 在专业培养方案设计之初, 就将理论课程与实践训练模块紧密结合, 确保运动员在学习过程中逐步提升实践能力。制定个性化学训路径, 根据学生兴趣、职业规划及能力差异, 提供个性化的学训计划, 支持学生自主选择或定制实训项目, 以满足多元化学习需求。促进师生互动与合作学习, 导师制与团队合作, 实行双导师制度(学术导师+实训导师), 鼓励学生组成跨学科团队, 通过项目合作促进师生、生生之间的交流与合作。

2.4.2 健全协同育人机制

教育理念革新, 树立“学以致用”观念, 实践教学视为教育过程的核心组成部分, 强调学习的目的在于应用, 鼓励运动员将所学知识转化为解决实际问题的能力。倡导终身学习文化, 培养学生的自主学习能力和持续学习的意识, 为适应快速变化的社会和职业需求打下基础。构建多方参与的合作框架, 构建一个高效、互动的协同育人生态系统, 政府引导, 政府应发挥政策引导作用, 出台相关政策支持学训融合, 为校企合作、产学研结合提供法律保障和资金支持; 高校主导, 高校作为人才培养的主阵地, 需主动对接行业需求, 调整教学计划, 增强训练项目的实践性和应用性; 企业参与, 鼓励企业深度参与教育过程, 提供实习实训岗位、技术指导、项目合作等, 使队员在真实工作场景中学习成长; 社会组织与研究机构协同, 引入行业协会、专业学会、科研机构等第三方资源, 丰富教育资源, 拓宽学生视野。

2.4.3 制定管理运行机制

建立学训一体化管理体系, 组织结构优化, 成立专门的学训融合管理机构, 负责整体规划、协调和监督学训活动的实施, 确保理论教学与实践训练的无缝对接; 政策支持与激励机制, 制定相关政策, 为参与学训融合

的师生提供必要的资源支持和激励措施, 如学分认可、奖学金、实践补贴等。

3 结语

推进学训融合, 即在教育与培训过程中实现理论知识与实践技能的紧密结合, 是提升教育质量和学生综合能力的关键策略。为了有效地协调学训关系, 构建一个既注重理论素养又强化实践能力的教育体系。学训融合强调理论与实践的无缝对接, 打破了传统教育中理论与实践脱节的壁垒。这种模式下, 学生能够在学习过程中即时应用所学知识, 通过实际操作加深理解, 有效提升了学习效率和训练效果。同时, 企业和社会实践基地的深度参与, 为学生提供了丰富的实践机会, 增强了其解决实际问题的能力, 为未来职业生涯打下了坚实基础。学训融合促进了教育公平与个性化发展, 通过灵活多样的学习路径设计, 满足了不同学生的学习需求, 使每位学生都能找到适合自己的成长路径。同时, 这种模式鼓励学生主动探索、自主学习, 激发了学生的创新精神和实践能力, 为培养复合型人才开辟了新道路。学训融合的实施, 对教育工作者提出了更高要求。教师不仅需要精通专业知识, 还需掌握先进的教学方法和实践指导技巧, 成为学生成长道路上的引路人。同时, 教育机构与社会各界的合作也需进一步深化, 共同构建开放共享的教育资源平台, 为学训融合提供有力支撑。学训融合建设研究是一项系统工程, 需要教育界、企业界及社会各界的共同努力。它不仅是教育改革的方向之一, 更是推动社会进步、提升国家竞争力的关键举措。未来, 我们应持续关注学训融合的最新动态, 不断优化和完善相关机制, 让这一理念在实践中生根发芽, 开花结果, 为培养新时代所需的高质量人才贡献力量。

参考文献

- [1] 陶然成, 龚波, 何志林, 杨学军. 高校高水平运动员学训矛盾研究[J]. 北京体育大学学报, 2010, 33(10): 86-89.
 - [2] 贾玲, 王庆斌. 高校培养优秀运动员存在的问题与发展对策研究[J]. 广州体育学院学报, 2013, 33(05): 115-120.
 - [3] 赵淑君, 杨沛然. “学训融合”背景下高校高水平运动员成长指标体系构建研究[J]; 中国会议; 2022. 03.
 - [4] 张巨荣, 田瑞峰. 普通高校高水平运动员“学训矛盾”的成因及对策——以内蒙古科技大学为例[J]. 当代体育科技, 2018, 8(06): 232+234.
- 作者简介: 董虹池(1994. 10), 女, 汉族, 甘肃省兰州市, 学历: 硕士研究生, 单位: 上海外国语大学贤达经济人文学院, 职称: 助教, 研究方向: 学校体育。