

制约我校高水平运动员接受运动技能教育的主要因素与对策

牛振喜, 任远

(河北工程大学 体育部, 河北 邯郸 056038)

[摘要]运用文献资料法和逻辑分析法等分析了制约我校高水平运动员接受运动技能教育的主要因素, 并提出了具体的应对策略。

[关键词]高校; 高水平运动员; 运动技能教育; 制约因素; 对策

doi: 10.3969/j.issn.1673-9477.2015.01.002

[中图分类号] G807.4 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1673-9477(2015)01-005-3

招收高水平运动员、建立高水平运动队工作之所以被高校青睐, 是因为它不仅是推动高校群众性体育工作开展和提高大学生体育运动技术水平的主要手段, 而且还是扩大学校社会影响与提升学校社会知名度的重要“名片”。然而, 面对赛场竞争日趋激烈及制胜更加艰难的严酷现实, 如何使高水平运动员在系统地接受文化知识教育的同时, 科学地接受运动技能教育、卓有成效地提高竞技技术水平及竞技能力已成为广大体育同仁亟待重视与解决的一项紧要课题。因此, 分析与探索制约我校高水平运动员接受运动技能教育的主要因素及其对策具有非常重要的意义。

一、刻苦训练、不断提高竞技技术水平及竞技能力是高水平运动员义不容辞的责任

伴随着新时期高等教育改革的不断深入, 愈来愈多的高水平运动员正被具有“试办”或“试招”资格的高校录取。这些高水平的运动员由于具有较高的竞技技术水平或较优异的运动成绩, 其进入大学后, 不仅仅是一名普通的在校大学生, 更是一名优秀的在训运动员, “特殊”的身份角色使其肩负并面临着“双重”的责任与任务^[1]。因此, 科学地接受运动技能教育, 不断提高竞技水平及竞技能力, 在省(部)级及全国性重大比赛中“不畏强手、顽强拼搏、奋勇争先、取得优异的运动成绩, 为推动学校体育事业的发展做出积极的贡献”是其对学校应尽的基本义务和义不容辞的责任。

二、制约我校高水平运动员接受运动技能教育的主要因素

(一) 专项技术不够规范

大多数高水平运动员来自于普通中学。中学阶段“应试教育”中根深蒂固的“分数决定论”使学校体育工作得不到足够的重视, 体育教师岗位存在

着严重的缺编问题。在此背景下, 且不说普通中学, 即便是少数体育传统项目学校, 也没有真正摆脱一名体育教师身兼两个或多个专项训练的尴尬局面, 既无法潜心钻研专项技术训练方法, 又难以精心指导专项技术训练, 其结果使部分高水平运动员专项技术的掌握不够规范、精准, 关键技术环节的“小毛病”屡屡出现, 后续训练中为纠正“固化了的”专项技术缺陷必然会浪费大量宝贵的时间, 无形中增加了专项技术训练的难度和延迟了既定训练计划目标的实现。

(二) 思想认识出现波动

如同其他莘莘学子们一样, “跨入大学门槛、成为一名大学生”是高水平运动员坚定不移的人生奋斗目标。鲜明而强烈的需求驱使其将“努力提高文化知识学习成绩和不断追求竞技技术水平”作为实现其人生奋斗目标的强大的内在动力。然而, 这种既定的、明确的人生奋斗目标一旦如愿以偿, 受制于多种因素的影响, 个别高水平运动员的思想便开始悄悄地发生改变, 原本对学习训练那种鲜明而强烈的“双需求”动机慢慢减弱、稳定而持久的“双重心”行为渐渐偏移, 从而对本该一如既往的后续训练表现出一定程度的厌倦、抵触情绪, 产生偷懒、逃避的行为, 甚至萌生“弃训向学”或停训、退队的念头, 是制约高水平运动员接受运动技能教育的主要因素之一。

(三) 运动损伤困扰

从损伤的类型看, 一种是入大学前在“拔苗助长”式的“突击”专项技术训练中由于忽视一般身体训练与专项技术训练“均衡、协调”的发展而致的“旧伤”; 一种是入大学后在“大强度、高密度、超负荷”的专项技术训练中因为缺乏合理的局部负荷安排和必要的安全保护措施等而致的“新伤”。不管是“旧伤”也好, “新伤”也罢, 但凡运动损伤的

[投稿日期] 2014-12-26

[基金项目] 河北工程大学教育教学研究项目(重点课题): 高校高水平运动队可持续发展的创新实践研究

[作者简介] 牛振喜(1963-), 男, 河北邢台人, 教授, 研究方向: 高校体育教学与高水平运动队训练及管理。

发生都会或大或小地影响既定训练计划的实施及各项指标的完成,尤其是在伤病未愈的情况下仍一味地坚持“大强度、高密度、超负荷”的训练,而使伤情逐步加重或由急性损伤变为慢性损伤,是导致个别极具潜质的优秀选手中途不得不终止后续训练、提前结束其宝贵运动生涯的主要原因,着实令人痛心和惋惜!

(四) 训练组织方法及手段较陈旧

教练员扎实的专业理论知识、丰富的训练实践经验和良好的专项训练能力是保障高水平运动员训练计划顺利实施和竞技技术水平及竞技能力稳步提高的根本所在。从影响我校三支高水平运动队教练员执训水平的主要因素看,9名现任教练员中有半数(5名)属于“60后、70后”的大学毕业生,虽然他们具有较丰富的训练实践经验和较强的专项训练能力,但是却面临着训练观念明显滞后、专业理论知识相对老化和训练组织手段较为陈旧等亟待解决的问题;即便是3名年富力强的青年骨干,也受制于系我校退役高水平运动员的出身,而急需系统地弥补专业基础理论知识和扎实的专项训练水平及能力。因此,尽快转变训练观念、不断更新训练理论知识、切实掌握先进的训练组织手段显得极为重要。

(五) 与实力相当者竞技机会少

比赛是检验高水平运动员训练计划完成效果的主要手段。客观上来说,我校高水平运动队年平均(固定)外出比赛的频度其实并不低,问题是:在年平均(固定)1.5次^[2]的外出比赛频度中,全国性的比赛(年平均1次)占66.7%、省(部)级的比赛(年平均0.5次)仅为33.3%,二倍于省(部)级的全国性比赛频度意味着与竞技实力超群者同场竞技的机会明显多于与竞技实力相当者同场竞技的机会。当然,与竞技实力超群者一决高下,对于“锻炼队伍、增长见识”具有一定的积极作用,但是赛场上因“先天”巨大的竞技实力差异而,给“弱势竞技参赛者”心理带来的消极影响却是极其鲜明而深刻的。相比较而言,与竞技实力相当者同场竞技,更有利于充分挖掘高水平运动员的竞技潜能、磨练其坚毅刚强的意志、培养其顽强拼搏的精神和调动其刻苦训练的主观能动性,也更有利于推动训练工作稳步、有序、深入的开展。

(六) 专项训练经费不足

依靠学校财政专项拨款仍是满足我校高水平运动员训练与比赛和教练员学习与培训等所需经费的唯一来源。在当前学校财政相对吃紧的情况下,尤

其是面对高水平运动队的数量“由一变三”和社会物价指数的飞速上涨,近年来,虽然学校财政专项拨款的数额有所增长,但是其增长的速度及幅度远不及社会物价指数上涨的速度及幅度那么快、那么大,专项训练经费“捉襟见肘”的状况依然十分明显。正因为如此,使得部分训练场馆设施及专业技术装备无法得以及时的修善与更新、一些运动损伤难以得到有效的控制与治疗、少量的外出比赛被迫取消或减少和“罕见”的教练员外出业务进修与岗位培训计划不得被搁浅,等等,极大地制约着高水平运动员系统、科学地接受运动技能教育。

(七) 训练管理制度不完善

训练管理规章制度对于规范相关人员的训练行为、保障训练计划的实施及效果的提高具有重要的作用。沿用多年的高水平运动队训练管理规章制度存在的主要不足:一是在奖惩管理规定上,奖励性的条款相对“多而具体”、惩处性的条款过于“少而笼统”,体现不出“奖罚并重、奖惩分明”的原则。二是在考勤登记管理办法上,专人“横向”考勤登记管理办法,却因各队训练时间不太统一、训练地点较为分散而使考勤登记的次数不够准确、漏记或错记的情况时有发生,达不到“奖勤罚懒”的目的。三是在教练员任用管理上,“一成不变”的“委任制”将个别具有良好政治与业务素质 and 专项训练能力的教师拒之于教练员队伍之外,形不成良好的竞争氛围和长效的激励机制,是制约高水平运动员接受运动技能教育不可忽视的主要因素之一。

(八) 学习与训练时间冲突

“特殊”的身份角色决定着高水平运动员肩负着学习与训练两大主要任务。众所周知,“冰冻三尺,非一日之寒”,任何一项专项技术动作的掌握及其日臻完善绝不会一蹴而就,非得在充裕的训练时间保障下,经过坚持不懈的努力和反复不断的磨练才能实现。然而,从其学习与训练的时间安排上看,大部分周一至周五下午8-9节的训练“专属”节次被众多的学科专业课程所占,使得“学习与训练时间相互冲突的现象尤为严重”^[2],既扰乱了训练的系统性与完整性,又尴尬地置教练员于“无米之炊”的境地,浪费了宝贵的训练资源、阻碍了训练工作的顺利开展,也是制约高水平运动员接受运动技能教育不可忽视的主要因素之一。

三、促进运动技能教育的具体对策

1. 明确责任与义务。高水平运动员必须清醒地认识其“特殊”的身份角色,进一步明确不断提高

竞技技术水平及竞技能力是其义不容辞的基本责任和义务, 为系统、科学地接受运动技能教育奠定坚实的思想基础。

2. 牢固树立“骨干技术与技术细节”并重的训练理念。一般而言, 运动员的专项技术等级水平越高、驾驭专项技术动作的能力越强, 细节决定成败的作用也往往越大。在高水平运动员的专项技术训练过程中, 要果敢摒弃重视“骨干技术”而轻视“技术细节”的训练思想, 牢固树立“骨干技术与技术细节”并重的训练理念, 从训练的细微处入手、从技术的小环节抓起, 在相对有限的训练时间内, 在“粗中有细”、“细中求精”中, 一步一个脚印地扎实掌握正确、规范而精准的专项基本技术。

3. 掌握运动损伤的预防与治疗方法。为了更好地预防与治疗运动损伤、尽可能地减少其对训练工作的不利影响, 最理想的像职业运动队那样配备专职的队医了, 但是在目前高校主客观条件尚不具备的情况下, 各专项教练员必须在思想上对此予以高度的重视, 积极主动地去学习和掌握有关预防与治疗运动损伤的基本知识、方法及技术手段并在具体的训练实践中加以灵活运用。

4. 着力打造一支优秀的教练员团队。一方面, 要立足于眼前, 采用“走出去”(如观摩“一线”“国”字号优秀教练员的训练等)和“请进来”(如邀请部分运动训练学方面的专家、学者进行专题讲座等)的方式, 经常性地对现任教练员进行专业技能岗位培训, 及时转换训练观念、不断更新专业理论知识和稳步提高专项训练能力; 另一方面, 要着眼于未来, 有计划地引进部分“急需或短缺”的“高素质、高水平、强能力”的优秀专业技术人才, 不断充实教练员队伍和逐步提高其整体训练水平, 从而着力打造出一支优秀的教练员团队, 为实现“重点项目”的历史性突破和“传统优势项目”与“潜优势项目”

的均衡发展创造有利条件。

5. 争取更多的与竞技实力相当者同场竞技的机会。除了精心备战一年一次的全国性“三大”重大赛事外, 必须紧紧抓住两年一次的河北省大学生运动会, 同时还应依据学校学科专业设置的特点, 努力创造条件、尽早成为“农、医、水”等高校体协中的一员并积极参与其组织的各种比赛, 不断提高高水平运动员的竞技技术水平及竞技能力。

6. 探索与实行学习与训练“双学分制”^[3]。现行的“单纯”以修完并获取学科专业课程总学分作为毕业基本条件的学籍管理办法是造成学习与训练时间冲突的主要原因之一。因此, 从兼顾学习与训练角度出发, 在借鉴现行学科专业课程学分制经验的基础上, 尽快地将运动训练纳入学校整体教育教学计划规定的必修课程之列并视赛事的级别及获得的名次给予相应的学分, 积极探索与实行符合高水平运动员客观实际的“学科专业课程+专项运动训练”“双学分制”的创新学籍管理办法, 不仅可以使学生全力以赴地进行训练, 而且可以使其在比赛任务较轻时多学几门专业课程, 从根本上解决学习与训练时间上的冲突, 实现文化知识学习与运动训练效果的“最大化”^[2]。

参考文献:

- [1] 牛振喜, 任远. 制约我校高水平运动队可持续发展的主要因素与对策[J]. 河北工程大学学报(社会科学版), 2009(1): 7-8.
- [2] 牛振喜, 任远. 制约我校高水平运动员接受文化知识教育的主要因素与对策[J]. 河北工程大学学报(社会科学版), 2014(4): 6-8.
- [3] 上官戎. 普通高校高水平运动队学分制实施现状与对策[J]. 体育科技文献通报, 2007(2): 122-123.

[责任编辑 陶爱新]

Factors restricted high level athletes to receive motor skill education in our university and its countermeasures

NIU Zhen-xi, REN Yuan

(Physical Education Department, Hebei University of Engineering, Handan 056038, China)

Abstract: With the review methods and logical analysis, this article analyzes the factors restricting high level athletes in our university to receive motor skill education, and proposes its countermeasure.

Key words: universities and colleges; high level athlete; motor skill education; restricting factor; countermeasure