

# 学校优秀体育人才培养与训练方法探索实践

邓建文

(山西省太谷县第二中学校 山西 太谷 030800)

**[摘要]** 本文主要通过问卷调查、文献资料和访谈对我国16所高中学校目前人才培养和训练方法进行了探究。通过调查发现,目前我国高中体育人才培养中存在课程安排、教学资源、组织形式和目标方面都存在一定问题,需要各学校结合实际情况对其进行调整,以达到提升教学质量的目的。

**[关键词]** 体育人才; 教学; 训练方法; 策略

## 1. 研究目的

随着我国经济实力和人民生活水平的不断提升,越来越多的人意识到了体育锻炼的重要性。随之而来的便是大量优秀体育人员的需求,包括优秀体育教师、优秀体育教练员或是高水平的体育运动员。但是,目前高中体育人才培养过程中师资力量和设备无法满足体育教学中的需求。

本文选取了16所高中院校对目前学校中体育人才培养方式进行了调查,并对调查结果详细分析,掌握了目前体育院校教学的实际情况,并以此提出了体育教学中有效的教学方法,希望能够给培养优秀体育人才带来一定的借鉴作用。

## 2. 研究方法

### 2.1 问卷调查法

针对16所学校中128名学生进行了调查问卷,了解了目前各学校中的师资力量、教学设备和课堂情况。

### 2.2 文献资料法

通过对图书馆内体育教学的著作阅读和互联网中查阅到的相关文献进行分析和整理,得出调查记过。

### 2.3 访谈法

对个别几所学校中的管理人员进行了访谈,了解他们认为目前体育教学中存在哪些不足和对这些不足的看法。

## 3. 结果与分析

### 3.1 目前我国高中体育人才培养目标情况

近些年我国越来越多的高中意识到了对体育人才培养的重要性,各院校中的体育特长生数量也不断在增加。但是根据调查结果显示,大多数高中培养体育特长生的目标就是让他们考上一所好的大学,目光相对来说比较短浅,忽视了学生未来的发展。

### 3.2 目前我国高中体育课程设置情况

由于高中学生面对着沉重的升学压力,因此所有的高中学校都将体育训练的时间放在了学生的课余时间上,例如周六日或是放学之后。在这种情况下,体育训练的时间根本无法达到人才训练的要求,学生的体育水平也就无法得到提升。为了解决这样的情况,有14所学校占据了文化课学习时间,也就是下午自习课时间或是晚自习时间让学生进行体育训练,影响了学生文化课成绩。(见表1)因此,文化课与体育训练之间的矛盾已经成为了高中体育人才培养过程中最需要解决的问题。

表1 学校在什么时候开展体育训练?

	人数	占比
下午自习时间	41	32.03%
晚自习时间	37	28.9%
周六日	34	26.56%
放学之后	16	12.5%

### 3.3 目前我国高中体育人才培养资源现状

在对体育教学种设备资源的调查中我们发现,仅有6.8%的学校在体育教学中能够运用上现今的教学设备。此外在对学生的调查中我们也发现,47.1%的学生认为学校中拥有的体育教学场地和体育器材无法满足自己体育学习和训练中的需求。结合这些调查结果我们发现,目前高中体育教学资源仍然无法满足人才培养的需求。但是在调查中我们还发现,57.03%的学生认为,自己的体育教师专项训练中授课方

式存在问题。

### 3.4 目前我国高中体育人才培养组织形式

目前我国高中阶段对于高水平的专业运动员教学主要有两种方式,一种是在比赛的间隙运动员回到学校进行集中学习,另一种则是学校派教师到训练基地中对运动员进行辅导授课。对所有调查结果显示,几乎所有的学生都能够认同第一种训练方式,而第二种训练方式的认同率仅为14.3%。高水平的专业运动员日常担负着较重的比赛任务,他们很难做到像普通学生一样每天在校内进行学习。因此在比赛的间隙回校学习是比较可行的培养方式。

## 4. 结论与建议

### 4.1 设定明确的人才培养目标

人才培养的目标的制定需要结合各方面的要求,包括学校体育人才培养的需求、社会需求以及学科发展的规律。

首先,高中阶段培养优秀体育人才的主要目标是为了让学生考入理想的体育院校,这就要求学生在学习过程中除了要掌握基础的专业体育能力之外,还要拥有一定文化课基础。因此,高中院校在培养体育人才的过程中必须要把握好体育训练与文化课之间的矛盾,让学生能够在提升体育水平的同时提高自己的文化课基础。

其次,除了让学生能够考入理想的体育院校之外,高中体育人才的培养还是在为我国体育的发展提供更多的体育人才。因此,在学生进行体育训练时,学校需要为他们明确人才培养目标,充分结合社会实际发展需求,了解学生自身的实际情况,充分发挥他们各自的优势。

另外,项目自身的发展规律也是制定人才培养目标的重要依据。人才培养需要一段较长的时间,很容易出现在与社会需求脱节的情况。因此对于高中阶段制定学生训练项目时,除了根据社会需求之外,还要考虑到该项目的发展方面,培养处具有前瞻眼光的人才,时刻站在社会发展的最前端。

### 4.2 注重体育人才培养阶段

在体育人才的培养上,大多数院校都认为学生在高三阶段是最为关键的一年。但事实上,学生在步入高三之后,同时会面对沉重的课业压力,很容易忽视体育训练。因此,在高中阶段体育人才培养过程中,体育教师需要调整自己人才培养方式,从高一、高二开始就加强体育训练,让学生熟练掌握体育技巧。在进入高三之后开始进行巩固训练,提高学生的应试能力。

### 4.3 完善人才培养资源建设

首先,对于教师资源来说,各学校可以通过评比或是奖励的方法让教师在日常工作中不断提升自己的教学水平和综合素养。学校也可以邀请优秀的体育运动员或是其他院校的优秀体育教师到学校中担任兼职教师,解决教师来源结构单一的问题。

其次,对于教学设施来说,各学校需要加大对体育设施的投入,满足体育教学中对器材设施的要求。对于资金紧缺无法完善体育设施的学校来说,可以尝试运用市场化的运作方式拓宽资金的来源。

## 参考文献

- [1] 荣俊杰,赵先卿,张长军.社会体育专业培养目标与课程设置的研究述评[J].搏击(体育论坛).2010(02)
- [2] 黄瑞霞.陕西省高校社会体育专业课程设置的对比研究[J].福建体育科技.2010(01)

表2 是否认同体育教师专项训练中授课方式?

	人数	占比
认同	27	21.09%
一般	28	21.87%
不认同	73	57.03%