

# 大连市体育中等专业教育优秀个案研究与反思

刘丽娜

(辽宁省大连市足球运动学校 辽宁 大连 116000)

**[摘要]**通过对大连市体育中等专业教育培养过程中优秀个案的研究与反思,梳理经验,为学校持续发展辅以借鉴和助力。体育中等专业教育,在体育专业人才输送环节中起着上送下领的传承作用。注重一些优秀个案的发掘整理,梳理成功经验,利于体育人才良性成长,形成完整闭环。

**[关键词]**大连市体育中等专业教育;优秀个案;研究与反思

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.08.1094

下沉思路,找寻大连市体育中等专业教育优势。作为大连市唯一一所体育中等专业教育学校——大连市足球运动学校,有独特的体育中等专业教育优势。建校以来,一直不间断在各个体育项目培养人才,持续的探索和训赛,最终取得了不俗成绩,向国家、辽宁省及各大院校输送不计其数的体育人才和优秀运动员,特别是近年来,随着国家相关体育人才利好消息的陆续出台,像体育单招考试等,给中职体育生提供更高的成长平台,供给他们更广阔的发展空间,专业、升学方面的讯息,经教练、老师们的一致推介,一些运动成绩出色,文化课基础扎实的学生,开始着眼未来,立足当下,为实现理想做早期安排和规划。

像“专业成就学业”的毕业生潘彬、郑信、于辰东、孙兆伦等;像“专业成就专业”的韩闻天、李旭等;像“专业成就职业”的赵健博和孙明涛等,一个个优秀个案,有很多值得研究和反思的地方。

结合这些毕业生成功之处,对大连体育中等专业教育优秀个案予以研究总结,梳理经验,为学校持续发展辅以借鉴和助力。

## 一、专业成就学业

### (一) 2019届毕业生潘彬

2016年入学,专业项目是竞走,国家一级运动员,2019年毕业,于2020年体育单招考试中,以高水平运动员身份,考取北京科技大学,2020年9月入学,随即在2020年10月17日-18日举办地“首都高等学校第58届学生田径运动会”中取得20公里竞走冠军,成为大连市足球运动学校毕业生中考入本科即保研第一人。

**案例描述:**

潘彬经历四个阶段。

第一阶段:舍弃高中,来到足校。

中考成绩是570多分,因为喜欢体育,放弃高中,选择大连市足球运动学校就读。

第二阶段:关键赛事,被罚下场

2018年5月14日,第十三届辽宁省运动会竞走比赛现场,潘彬因技术动作变形,被罚下赛场,哭着离开,与运动员等级证书擦肩而过。

第三阶段:状态不佳,节奏无序。

辽宁省运动会失利后好长时间,训练失准,比赛失常,迷茫中想要放弃体育。

第四阶段:找到症结,再度出发。

鉴于他的情况,教练、老师、家长大家联合互通,“三方联动”,展开联手“救助”,合力辅助他逐渐找回训练状态。

毕业前夕,于2019年3月7日--10日,在安徽黄山举行的“2019年全国竞走大赛暨世锦赛50公里选拔赛”中,以“男

子10000米竞走(场地)”第一名的成绩,直接获得国家一级证书,并以此专业优势和比赛成绩奠定升入大学基础,于2020年成功考入北京科技大学。

### (二) 2015届毕业生郑信

2012年入学,专业项目是400米。400米国家一运动员,国家二级田径裁判员,预备党员,曾就读北京体育大学,中国田径运动学院运动训练专业(北体素有体育院校“清华”之称)。曾先后获2016年辽宁省田径锦标赛青少年400米亚军、2017年全国田径锦标赛4\*400米第四名、2017年U20全国青年锦标赛400米第五名、2018年全国田径冠军赛4\*400米第四名等成绩。

**案例描述:**

郑信成长经历相对顺利,入学时运动成绩一般,运动天赋很好。在教练精心调教下,训练刻苦,运动成绩提升迅速,在校期间即参加全国、省市各项比赛,皆取得不俗战绩,其赛事名称如上面所述,于2016年以优异成绩考入北京体育大学,在大学期间,获2019年国庆优秀志愿者称号、获2018-2019学年北京体育大学二等奖学金及校三好学生、获2019-2020学年北京体育大学一等奖学金及校三好学生。

### (三) 其他毕业生升学情况

1. 2016级毕业生于辰东:专业项目是曲棍球,国家一级运动员,现就读于辽宁省沈阳体育学院运动训练专业。2017年、2018年全国青年锦标赛冠军,2018年辽宁省第十三届运动会青少年组曲棍球冠军。

2. 2016级毕业生孙兆伦,项目是游泳,国家二级运动员,于2016年全国少儿锦标赛中取得。现就读于大连大学体育学院运动训练专业,通过2019年的体育单招考试升入自己理想体育学院。

这两个学生,运动天赋非常不错,可惜家庭和父母原因,导致天赋没能更好发挥出来。

还有一些同学通过体育特长升入其他大专院校,不一而论。

## 二、专业成就专业

### (一) 2019届毕业生韩闻天

2016年入学,国家铁饼一级运动员,铅球二级运动员,现就读辽宁师范大学体育学院运动训练专业,兼任辽宁省田径管理中心专业运动员。在校期间,参加2018年辽宁省省运会,取得男子铅球和铁饼双料冠军,还是2019年全国u20青年赛铁饼第三名。后成功入选省运动队,并于2020年考入辽宁师范大学。

**案例描述:**

韩闻天的成绩来之不易,2018年备战辽宁省运动会时,训练中脚掌意外骨折,被迫停训,面对或将失去的比赛机会,及高额医药费,200多斤小伙子,寝食难安,经学校多方

努力，终于解决治疗费用。伤好之后，爆发出十足拼劲，经短暂恢复性训练，本来运动成绩就好的他，最终在2018年辽宁省运动会中取得男子铅球和铁饼双料冠军，获得国家一级运动员等级证书，被大连日报和大连晚报相继报道，成功入选省运动队，并于2020年考入辽宁师范大学。

### （二）2019届毕业生李旭

2016年入学，国家一级运动员，在校期间专业项目是5000米、10000米和半程马拉松，现在国家冬奥越野滑雪集训队，备战2022年北京冬奥会。

#### 案例描述：

李旭这个案例挺有意思。

他原来的项目是万米和半程马拉松，天赋和成绩都不错，由于各种阴差阳错的原因，导致他每一次比赛都与名次擦肩而过，正好当时国家体育总局出台“充分发挥体育人才、科技及资源优势，积极探索相关跨界跨项选材培养新模式”政策，年龄关系，教练就把他输送出去，最终入选成功。可能之前的各种错过，是在为进入国家队做准备。

### 三、专业成就职业

#### （一）2019届毕业生赵健博

2019届毕业生，专业项目足球，国家一级运动员，现在效力于大连人职业足球俱乐部。

因体能、技术出色，于2013年5月至2016年7月，被输送到西班牙留学三年。2016年进入足球学校学习，在校期间，效力于大连一方梯队效力，2018年10月12日入选U17国青红队，同年代表大连参加辽宁省运动会获得冠军，代表俱乐部获得U19足协杯亚军，2020年进入大连人职业足球俱乐部，于当年在中国足球超级联赛大连人VS广州恒大比赛中首次代表大连人俱乐部登场，以当年俱乐部最小年龄参加中国顶级比赛。

#### 案例描述：

这个案例颇有点儿否极泰来的味道。

在2018年第一次国家青年队来大连一方选人时，适龄球员中综合素质最好球员之一，就有赵健博一个，可是，最后入选名单中居然没有他！对此，他很是愤愤然，好在能够及时与家长、班主任沟通，最后心态得以稍加平复，这种状况持续时间很短，后来俱乐部更换主教练，随之系列人员调动，他有才机会重新驰骋球场，参与上面提到各种比赛，最终进入大连人职业足球俱乐部，成为一名正式签约球员。

#### （二）2016届毕业生孙明涛

2013年入学，专业项目是10000米，半程马拉松，国家一级运动员，现在就读于江西师范大学运动训练专业，同时任某国家综合性消防救援队体能教练，专职培训消防人员体能。

#### 案例描述：

孙明涛，个子大概就170厘米左右，看着很单薄，其貌不扬。刚入学时候，经常旷课、请假，个性极强，野心也极大，运动成绩出类拔萃，因此很自负，在足校期间，就因为成绩突出，被输送到辽宁省专业队，成为有工资的专业运动员。

他的转变，是在毕业的当年，因各种原因没有考上心仪的大学，开始认识到文化课知识储备不足，告诉老师们，应该早一点听老师话，多学一些文化和专业理论知识，后来如愿考上江西师范学院，因文化课基础差，课业完成很吃力，即便已经被高新聘用为兼职体能教练，也依然为此很苦恼。还好，现在开始抓紧时间补习各种必需的文化知识和专业理

论，同时开始为将来从事教育工作做充分而精准的准备。

### 四、总结与分析

上述这些案例，值得借鉴和总结的地方相当多。

#### 第一、从选拔体育人才角度。

最好是挑选具备以下特质的孩子：喜欢体育、文化课基础相对夯实，希望得到专业教练的指导。“知之者不如好之者，好之者不如乐知者”，在选材上有所侧重，选那些具有一定运动天赋的孩子，使得训练效果更明显、运动成绩提升更快；文化课基础扎实，说明孩子头脑聪明，学校能力强，有能力举一反三，以上三点，无论面对将来的体育单招考试，还是全国高考，专业功底出色和文化课基础扎实，以及学习能力突出，都是成功的基石和支撑，会取得事半功倍的效果<sup>[1]</sup>。

第二、平时训练和学习过程中，要全面了解和掌握运动员个性特点，才能在出现问题时，做到有的放矢，最终做到针对运动员的个体差异，给予适合的帮助和恰如其分的补救措施，起到适时有效的作用，避免关键时刻出现不可逆的纰漏和异常。

第三、除去平时训练过程中要注意因材施教，允许运动员失误，也是非常有必要的，给他自我缓冲和调整的时间、空间，然后协助其进行分析、总结，找出问题所在，避免后续出现同样的失误。

这个纠偏的过程，也是运动员心智人格自我成长和成熟历程。

综合潘彬个案整体的“协同共助”，郑信的“一帆风顺”，韩闻天的“施以援手”，李旭的“阴差阳错”，赵健博的“否极泰来”，孙明涛的“亡羊后补”，他们阶段性的成功，都得益于教练、班主任老师、学生、家长“四方联动”，家校一体化服务学生，全方位、多角度协同助阵，以学生为核心，结合其自身的训赛状况、性格特点，整合他们各自身心特质，对其进行心理调适<sup>[2]</sup>，制定出针对性强、合理、适用的VIP“身心齐训”计划，助力他们破茧成蛹，再次扬帆远航。

有悟性的运动员，一些挫折会加速他成长，只是需要教练、老师等从旁协助，助力其自我反思、反省、归纳，一段时间后，他们基本上都会找到适合自己的出发点，重新动身启程，奔向自己的目的地<sup>[3]</sup>。

通过对上述这些优秀个案成长过程的研究与反思，总结和分析，结合他们现阶段专业、学业、职业等多维度成绩的取得，梳理他们在大连市足球运动学校期间的训练、学习和比赛等信息，这其中涉及的方面很多，除去家庭教育，大部分是学校整体教育和训练的结果，通过他们这些具体个案呈现出来。这足以说明，大连体育中等专业教育相对成型和成功。

个案的成功，证明学校在理论设置与实际训赛配合之间，能够做到良性循环，相得益彰；对运动员兼学生的培养方式、方法比较适合，这些方面值得继续保持和发扬。

#### 参考文献

[1]于鼎超. 中学体育教育中需要注意的问题[J]. 当代体育科技, 2020, 10(05): 106+108.

[2]黄世龙. 浅谈心理健康教育在中学体育教育中的重要性[J]. 体育风尚, 2020(02): 276.

[3]翟生辉. 多元学习、多维成长: 中学体育教育的“多多益善”理念[J]. 体育世界(学术版), 2019(09): 198-199.