

# 上海市游泳项目二、三线教练员、运动员现状调查

蒋丞稷<sup>1</sup>, 马吉光<sup>2</sup>

**摘要:** 主要采用文献资料法、问卷调查法、专家访谈法, 对上海市游泳项目二、三线教练员、运动员的现状进行了调查。结果显示: 上海市游泳项目二、三线教练员年龄结构合理、学历层次较高并具有较丰富的带教经验, 但使用生理生化指标对训练监控还不够; 大多数运动员来自上海本地, 他们的训练时间符合青少年训练大纲的要求, 训练任务以培养、输送为主, 符合二、三线训练的目标; 现有的后备人才培养模式有待进一步完善。

**关键词:** 上海市; 游泳; 教练员; 运动员; 培养

中图分类号: G80-05 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2010)06-0097-04

Status Quo of the Swimming Trainers and Junior and Children Swimmers in Shanghai

JIANG Cheng-ji, MA Ji-guang

(Shanghai Sports Club, Shanghai 200003 China)

**Abstract:** By the methods of literature study, questionnaire, expert interview and logical synthetic analysis, the author made a survey of the status quo of the trainers and their junior and children swimmers. The result shows that the ages, education background and training experience of the coaches are satisfactory. But most of them pay less attention to monitoring physiological and biochemical indicators in training. Most of the swimmers are from Shanghai. Their total training time meets the requirements of the Training Outline for Young Swimmers. The object of training is to train young talents and select them to a higher level of training. Yet the article concludes that the training mode for reserved talents needs to be perfected.

**Key words:** Shanghai; swimming; coach; swimmer; training

体育后备人才培养对竞技体育的可持续发展至关重要, 这就需要认真抓好业余训练, 注意发现和培养人才。上海市体育局也因此制定了一系列的发展计划: 立足于上海特定的经济文化背景, 对现有的业余训练体制进行渐进式的改革, 构筑与社会主义市场经济相适应的、可持续发展的后备运动员培养体系。上海历来重视后备人才培养, 曾经为国家运动队输送大量优秀后备人才。但是由于上海竞技体育后备人才培养有其局限性, 制约因素很多, 造成竞技体育后备人才匮乏。目前, 上海市各运动项目适龄运动员不足现象普遍存在, 如何加强重点项目后备人才的培养已经成为竞技体育可持续发展的关键要素之一。

在第十一届全运会游泳比赛中, 上海游泳队取得了优异的成绩, 也为国家游泳队输送了大量人才。因此, 上海市游泳运动后备人才的培养, 是上海游泳项目可持续发展的重要保证。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

遴选了上海市体育俱乐部、上海市普陀区游泳学校、杨浦区游泳学校、黄浦区游泳学校、宝山区游泳学校、卢湾区游泳学校、虹口区青少年业余体校及闵行区游泳学校共

8个单位的二、三线游泳教练员, 以及上海市青少年体育运动管理中心和上海游泳运动中心的行政管理人员。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 文献资料法

通过查阅文献, 了解国内外竞技体育后备人才培养模式和游泳运动后备人才培养所需要解决的问题。

#### 1.2.2 问卷调查法

对以上8个单位的教练员发放《上海市青少年游泳运动后备人才培养调查问卷》。发放问卷73份, 回收有效问卷68份。

问卷的效度检验采用专家评判法, 邀请7名专家就问卷的内容和结构进行检验, 专家对问卷的认同率较高, 证明了问卷效度的可靠性。

#### 1.2.3 访谈法

对知名教练员和有关专家进行访谈, 确定调查问卷的科学性和有效性, 了解游泳运动后备人才的培养模式和制约后备人才培养的因素。

#### 1.2.4 数理统计法

利用计算机处理软件对数据进行频数、和值与平均值的计算。

收稿日期: 2010-10-20

第一作者简介: 蒋丞稷, 男, 副主任。主要研究方向: 游泳运动训练。

作者单位: 1. 上海市体育俱乐部, 上海 200003; 2. 上海体育学院, 上海 200438



## 2 结果与分析

### 2.1 教练员情况

对上海市 68 名二、三线教练员的年龄、学历、职称、原运动等级及执教年限等基本情况的调查结果见表 1。

表 1 教练员基本情况一览表 (N=68)  
Table I Basic Information of the Coaches

基本情况		人数(N)	比例(%)
年龄	30 岁以下	9	13
	30~40 岁	27	40
	40~50 岁	23	34
	50~60 岁	8	12
	60 岁以上	1	1
学历	初中以上	1	1
	高中或中专	1	1
	大专	20	30
	本科	45	67
	研究生	1	1
职称	国家级	1	1
	高级	17	25
	中级	38	56
	未定	12	18
原运动等级	国际运动健将	3	4
	运动健将	35	52
	一级	27	40
	二级	3	4
	三级	0	0
	其他	0	0
执教年限	5 年以下	9	13
	5~10 年	20	29
	10~15 年	16	24
	15~20 年	14	21
	20 年以上	9	13

#### 2.1.1 年龄结构

从表 1 可以看出,教练员年龄分布在 30~40 岁和 40~50 岁居多,分别占总数的 40%、34%,50 岁以上较少。目前上海市二、三线游泳教练员以中青年为主,他们年富力强,已经具备了较丰富的带队经验,是上海游泳在中国名列前茅的有力保障。同时也发现,30 岁以下的年轻教练员数量偏少,仅为 9 人,应该加强对青年教练员的培养,使教练员队伍更加年轻化、知识化。

#### 2.1.2 学历情况

被调查的教练员大多数为本科学历,占总调查人数的 67% (其中本科学历中有相当部分是通过在职继续教育获得的),大专学历为 30%,而研究生学历仅为 1 人,说明上海市二、三线游泳教练员具有较高的学历。但是,由于游泳运动的不断发展,对教练员的知识结构、文化水平等方面的要求会越来越高,需要加强教练员的在职培训以便提高教练员的综合素质。

#### 2.1.3 职称结构

被调查的教练员中,具有中级教练员职称的有 38 人,占总数 56%,具有高级教练员职称的为 17 人,参加过国家级教练员岗位培训的仅为 1 人,呈“金字塔”状,说明上海市二、三线游泳教练员的职称结构合理。同时在调查中我们发现:大部分教练员分别接受过各类岗位培训和不定期的各种业务培训班,但是与游泳水平先进国家的交流比较匮乏,反映出我国教练员在与国外交流方面明显不足,应该创造更好的条件让教练员能够多参加些国际上的学术交流。

#### 2.1.4 运动等级

被调查的教练员在当运动员时运动等级为健将级的有 35 人,占总数的 52%,一级运动员为 27 人,占 40%。上海市二、三线游泳教练员自己当运动员时的运动水平较高,说明他们对游泳训练实践的体会较深,为带训提供了较好的基础。

#### 2.1.5 执教年限

被调查的教练员执教年龄在 5~10 年的居多 (占 29%),10~15 年为 16 人 (占 24%)。15~20 年为 14 人 (占 21%),表明上海市二、三线游泳教练员大部分执教年龄较长,执教经验丰富。

#### 2.1.6 训练监控手段

据调查统计,有 51% 的教练员在训练中从来不使用生理生化指标对训练进行监控,只有 16% 的教练员很少使用,说明二、三线游泳教练员较少利用生理生化指标监控训练负荷。这与教练员缺乏这方面的知识结构和必要的资金支持以及专职科研人员的配备不足有一定关系。从目前科学训练的趋势看,利用生理生化指标来控制训练强度、防止运动员过度疲劳是有效的训练监控手段。

同时,调查也显示,有 53% 的教练员从来没有使用计算机量化处理训练信息,只有 13% 的教练员经常使用;有 40% 的教练员没有对训练过程进行科学研究,经常研究者仅为 31%。因此,上海市二、三线游泳教练员应加强使用计算机能力的培养,以适应现代化训练的需求。

#### 2.1.7 选拔运动员的方式

通过对教练员选拔运动员方式的调查,结果见表 2。

表 2 运动员选拔方式统计一览表 (N=68)  
Table II Statistics of the Ways of Selecting Swimmers

具体选拔方式	人数(N)	比例(%)
亲自到基层学校去挑选	65	95.5
根据比赛情况来挑选	28	41.1
根据指标测定情况来挑选	22	32.3
由上级领导指定	13	19.1
由熟人推荐	42	61.7
运动员自荐	41	60.2
从外地引进	10	14.7
暂时性借调	4	5.9

注:多选题

从运动员的选拔方式来看,说明上海市二、三线教练员大多用经验选材和科学测试相结合的方法来进行运动员的选拔,但是经验选材还是占了很大比例,以后需加强科学测

试选材的力度。同时我们可以看到,倾向于从外地引进运动员方式的教练员仅为14.7%,这是由于上海市本地人口参与游泳训练的人数较多,外地人口很难进入上海市队训练,但是我们应该积极发掘优秀的外地人才,利用上海市优越的训练资源,充分挖掘其运动潜力。

#### 2.1.8 对训练任务及培养体系的认知

通过调查,教练员在对业余训练任务与目的的认识方面高度统一:认为主要是为运动员进入专业队打基础,不是为了出竞赛成绩,有64人非常赞同(占94%),3人比较赞同(占4%),1人中立(占2%)。他们认为二、三线运动员大部分为8~12岁的中小学生,其身体发育特点不能承受过大的运动负荷,此时应该以培养运动员兴趣,巩固和完善技术动作为主要目标,为进入高层次训练打下坚实的基础。

“对上海市青少年游泳运动员后备人才培养水平在全国处于领先地位”的选项中:59人非常赞同(占87%);4人比较赞同(占6%);5人中立(占7%)。从上海市专业队的竞技水平可知,后备人才的培养是一线队经久不衰的重要保证。

“对上海市青少年游泳运动员后备人才培养模式存在许多瓶颈性问题”选项,有63人非常赞同(占93%);4人比较赞同(占6%);1人中立(占1%)。如:学习和训练时间上的矛盾,运动员出路和家长期望之间的矛盾等等。因此如何落实“体教结合”在业余训练体系中的作用是亟需解决的问题。

### 2.2 运动员情况

#### 2.2.1 运动员来源

从图1可以看出:68名教练员所带的运动员中,本地运动员占总人数的90%,这说明游泳运动在上海地区的普及程度较高,大多数生源还是来自于本地,游泳运动项目属于上海市优势项目,其回报率高,也是参与人数多的重要原因。由于目前政策允许,各区游泳学校也引进了不少外省市青少年运动员,为上海游泳运动的发展做出了较大贡献。说明我们一方面要进一步加强对本地区后备人才的培养,另一方面也应继续发挥政策优势,加大力度引进外省市优秀运动员,为上海游泳的发展作出更大的贡献。

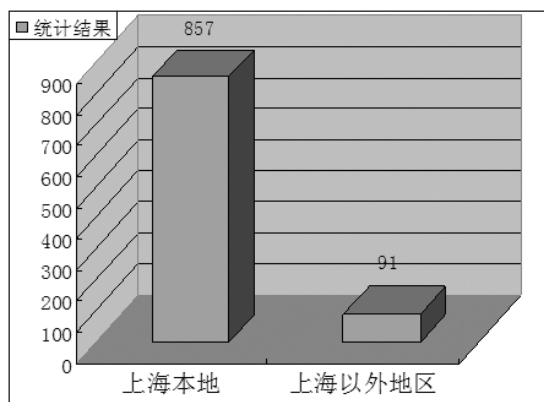


图1 运动员来源统计图

Figure 1 Sources of the Swimmers

#### 2.2.2 运动员年龄结构

上海游泳项目二、三线运动员中大多为10~12岁,其

次是12~15岁。且三线运动员的人数多于二线运动员,笔者认为这一结构是合理的。

#### 2.2.3 所取得的成绩

从调查得知,在全体运动员中,有29%的运动员在上海市比赛中获得前三名的成绩,21%的运动员在区县级比赛中获得前三名,获得国家级比赛前三名的仅为1.5%。

#### 2.2.4 训练情况

从调查得知,有90%的运动员实行走训制的训练形式,实行此种训练形式是由客观条件所决定的。因为二、三线运动员的年龄大部分分布在8~12岁之间,运动员在训练的同时还要在学校学习文化课,以至于形成走训制的训练形式。

大多数运动员每周平均训练次数为6~7次,平均每周的训练时间集中在7~14h之间,这样基本上保持每天都有训练,而训练的时间不是很长。青少年游泳运动员训练的目的不是为了提高成绩,而是培养兴趣爱好、巩固基本技术动作,为其进入高层次的训练打好基础,同时也符合全国青少年游泳训练大纲的要求。采用这样的训练次数、时间也可以更多地协调运动训练与文化课学习之间的矛盾。

#### 2.2.5 学习情况

据调查可知:有61%的教练员经常就训练情况与运动员进行沟通,有62%的教练员经常与运动员就学习情况进行沟通。根据青少年游泳运动员的年龄特点,由于他们对事物没有很清楚的认识,在学习和训练过程中会出现很多误区,这时教练员要加以引导,使其正确认识训练与学习。

据调查统计,有79%的教练员认为运动员训练与学习之间存在矛盾。

首先,运动管理部门与学习管理部门的要求存在冲突,这是由于两个管理部门对学生的要求不一致,学校管理部门注重学生的学习成绩,而运动管理部门注重学生的训练成绩,而且现在的中小学生学习压力过大,如果抽出时间去训练的话,势必会影响学习成绩。

其次,很多家长对学生参加业余训练不太支持,很大程度是因为竞技体育的风险高、成才率低,而且退役运动员的安置问题也是家长非常担心的。同时由于在业余训练中有些教练员的科学训练意识不强,训练中拔苗助长,也一定程度上制约了青少年运动员和家长从事业余训练的热情。

#### 2.2.6 输送情况

从对近5年运动员去向的调查统计可以看出:运动员大部分进入专业队(23%)、二线队(28%)、高等院校(21%)、普通高中(16%)。随着运动员运动成绩的提高,大部分被输送至二线队、专业队,成为竞技游泳运动的储备人才。还有一部分人进入高校运动队,进行系统体育理论知识的学习,为将来体育教师或者游泳教练作人才储备。这样可以保证上海市一线、二线、三线游泳队员均衡发展,保证合理的队伍结构。

但是,由于运动训练本身比较艰苦,有些运动员缺乏顽强的意志和吃苦耐劳的优秀品质,在训练中不能忍受大的运动量所以放弃训练,也有可能是由于自身的身体状况不佳导致退出训练,当然,由于训练成绩不达标而被退回的运动员占多数,同时也有相当一部分运动员因为出路问题而选择了放弃训练,把主要精力转向到文化学习中去。



### 3 结论与建议

#### 3.1 结论

3.1.1 上海市二、三线教练员年龄结构合理、学历层次较高并具有较丰富的带教经验,但多数教练员对生理生化指标监控训练不够,不能很好地使用计算机处理训练信息。

3.1.2 运动员平均每周的训练时间 7-14 h, 次数为 7 次左右,符合青少年训练大纲的要求,训练任务以培养、输送为主,符合二、三线训练的目标。

3.1.3 多数教练员能及时与队员沟通训练和学习情况,但是不能从根本上解决学习和训练的矛盾。

#### 3.2 建议

3.2.1 加强对二、三线游泳教练员的培养,要加强他们的业务水平尤其是对生理生化和计算机知识的培训,同时建议各体校加强配备医务、科研人员,以进一步促进科学化训练。

3.2.2 在现有的训练时间与次数的基础上,注重训练效益,提高针对性和有效性。

3.2.3 教练员不仅要进行科学化训练,而且要以全面培养人才为目标,在学习和生活上全面关心学生,取得学校和家长的积极配合和支持,减少二、三线队伍的人才流失,保证一线队伍有源源不断的后备人才。

3.2.4 各区的游泳学校要加强与本地区教育部门的联系,充分发挥游泳传统学校的优势,让学校和体育局共同培养二、三线游泳后备人才,以解决训练和学习之间的矛盾、运动员的出路等突出问题。

(本文是在导师马吉光先生的悉心指导下完成的。在此,谨向导师表示最深的敬意和由衷的感谢!)

#### 参考文献:

- [1] 中发[2002]8号.中共中央国务院关于进一步加强和改进新时期体育工作的意见[J].体育工作情况,2002,16,(17):6.
- [2] 项贤林.上海市重点项目后备人才培养的现状与对策研究[J].体育科学.2005,25(5):17-22
- [3] 张爱平,等.广东省体育后备人才培养现状及对策研究[J].北京体育大学学报,2006,4
- [4] 隗小璇.对上海市游泳俱乐部发展现状及趋势研究[J].安徽体育科技.2008,29(1)
- [5] 胡乔.中美青少年体育后备人才培养机制的比较分析[J].2008,29(2):57-59.
- [6] 刘永东,等.广东省业余体校面临的挑战与对策[J].广州体育学院学报,2003,(3)
- [7] 刘晓云,等.美国青少年体育赞助与体育后备人才培养机制的启示[J].山东体育学院学报,2005,(1):40-42.
- [8] 张荣珍.中美高校体育运动竞赛比较研究[J].体育文化导刊,2006(12):65-67.
- [9] 陆强毅.北京市儿童少年业余游泳俱乐部发展现状与改革思路[M].北京:北京体育大学出版社,2004

- [10] 严德一.影响中国竞技体育后备人才资源开发的主要因素[J].武汉体育学院学报.2008,39(7):7-10
- [11] 严蓓.我国青少年体育后备人才培养机制的比较分析[J].2008,29(2):57-59
- [12] 侯海波.德国促进竞技体育发展的措施[J].竞技体育信息,2003,(2):5-10.
- [13] 简捷,樊晨光.从数字看俄罗斯体育[N].中国体育报,2002-10-25(5).
- [14] 庞佳康.广东省游泳后备人才培养现状及对策研究[J].体育世界,2008:259-61.
- [15] 张明飞.从城运会游泳比赛看中国游泳后备人才储备[J].中国体育科技,2005,41(5):97-100
- [16] 杨再淮.中国竞技体育后备人才培养模式的研究[M].上海:上海体育学院研究生部资料室,2002.
- [17] 余进波.竞技游泳后备人才可持续发展问题及对策研究[J].人才培育.
- [18] 刘一鸣.江苏竞技体育后备人才培育现状及改革[J].体育科学研究.2008,12(1):77-80
- [19] 项贤林,杨再淮,缪志红.我国沙滩排球后备人才训练现状与发展对策[J].上海体育学院学报,2004,28,(4):33-35.
- [20] 董聪敏.中美竞技体育后备人才培养机制的对比研究[J].军事体育进修学院学报,2008,4,(27):19-21.
- [21] 侯海波.德国促进竞技体育发展的措施[J].竞技体育信息,2003,(2):5-10.
- [22] 金玉,等.我国竞技体育后备人才培养现状与对策[J].体育与科学(南京),2006,(9).
- [23] 钟秉枢.我国竞技体育可持续发展面临的挑战[J].首都体育学院学报,2005,(1).
- [24] 马志和,等.中外竞技体育后备人才培养体制的比较研究[J].上海体育科研,2003,(3).
- [25] 孙雷鸣,胡汨.我国竞技体育竞赛体制改革的思考[J].武汉体育学院学报,2002,(3).
- [26] 陈林祥,李业武.我国优秀运动员社会保障体系的研究[J].武汉体育学院学报,2002,(3).
- [27] 黄香伯,周建梅.体教结合培养体育后备人才模式研究[J].武汉体育学院学报,2004,38(1):19-20.
- [28] 汪海燕.对我国竞技体育人才几种不同培养体制的再认识[J].山东体育学院学报,2005,21(1):27229.
- [29] 李煌.未来10年我国竞技体育人才发展的趋势[J].湖北体育科技,2003,22(1):16217.
- [30] 冯庆梅.我国竞技体育后备人才培养的现状分析及对策研究[J].军事体育进修学院学报,2006,25(2):68-70.
- [31] 项和平.对我国竞技体育后备人才培养的探析[J].安庆师范学院学报(自然科学版),2005(3):116-118.
- [32] 马志和.论我国竞技体育后备人才培养体制的创新[J].体育科学,2004,24(6):56-59.
- [33] 张贵敏.论我国竞技体育后备人才培养体制的转型[J].沈阳体育学院学报,2005,24(5):18.

(责任编辑:陈建萍)