



江苏省普通高校高水平田径运动员训练现状及影响因素

尹锁春

摘要: 采用问卷调查法和专家访谈法等,对江苏省11所普通高校176名高水平田径运动员的训练现状进行调查,分析存在的问题,总结成功经验,思考发展对策。

关键词: 江苏省;普通高校;田径;运动员;训练

中图分类号: G807.01 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2007)05-0072-03

Status Quo and Influence Factors of the Elite Athletes Training in Universities of Jiangsu Province

YIN Suo-chun

(Jiangsu Changzhou Higher Vocational School of Construction, Changzhou 213016, China)

Abstract: By the ways of questionnaire and expert interview, the author made an analysis on the status quo of 176 elite athletes' training in 11 universities in Jiangsu Province. The paper analyzes the existing problems, sums up the useful experience and provides suggestions for future development.

Key words: Jiangsu Province; university; athletics; athlete; training

1 引言

我国普通高校开始试办高水平运动队至今,已有20年时间,为了提高高校高水平运动队的训练质量,很多专家学者对此进行了研究。有的研究认为高校高水平运动员训练的连续性和系统性不够,这是因为大学生运动员既要学习科学文化知识,又要提高运动技术和竞赛水平,很难做到两者兼顾。也有研究认为,高校高水平运动队应采用“联合办队法”来提高训练质量,即运动员的文化学习在高校、训练在体校,利用体校的师资力量、场地设施来完成训练任务。

本文通过对江苏省普通高校高水平运动队的训练现状进行调查分析(以田径项目为例),总结成功的经验,明确存在的问题,思考发展对策,旨在为促进我省普通高校培养高水平体育人才提供参考建议。

2 研究对象与方法

2.1 研究对象

江苏省11所普通高校的男、女高水平田径运动员,共176名(男102名、女74名)。选择11所高校的依据是《江苏省2005年普通高等学校招收高水平运动员实施办法》中具有招收高水平田径运动队的院校(南京大学、东南大学、中国矿业大学、南京理工大学、河海大学、南京师范大学、苏州大学、南京信息工程大学、徐州师范大学、扬州大学、南通大学)。

2.2 研究方法

2.2.1 问卷调查法

根据研究需要设计运动员调查问卷、教练员调查问卷,采用专家评判法、重复测量法对调查问卷进行效度检验。发出运动员问卷218份,回收183份,有效问卷176份,有

效回收率为80.73%。教练员调查问卷发出34份,回收28份,有效问卷28份,有效回收率为82.35%。调查时间2006年5月~6月。

2.2.2 专家访谈法

根据研究需要访谈了各高校高水平运动队的主教练、教练员。

3 研究结果与分析

3.1 运动员入校后对训练的适应情况

高校训练与体校、中学、专业队的训练相比,所采用的训练方法、手段以及在训练的时间上都有所不同。表1显示,43.75%的高水平田径运动员不能够适应高校的训练,说明这种训练的脱节现象比较明显,这就要求高校田径教练员和相关负责人要深入到基层中学和业余体校,进行长期的合作,熟悉和了解高中阶段运动员训练的特点和规律,使运动员进入大学后能尽快地适应训练安排,保持和提高运动成绩。

表1 江苏省普通高校高水平田径运动员入校后对训练的适应度 (N=176)

适应度	好	较好	一般	较差	差
N(%)	7(3.98)	19(10.80)	73(41.48)	77(43.75)	0(0)

3.2 运动员入学前、后身体素质水平的变化

从表2可以看出,入学后耐力素质有提高的运动员仅占22.52%,速度素质有提高的占24.44%,而力量素质有提高的占37.5%,说明入学后力量素质提高的运动员所占比例较大,分析其原因,可能与教练员比较重视力量训练、运动员力量素质的自然增长等因素有关。评价训练质量的方法很多,训练量和强度是最常用的方法。运动训练是循序渐进

收稿日期: 2007-08-12

第一作者简介: 尹锁春(1966—),男,讲师,主要研究方向: 体育教育与运动训练学

作者单位: 江苏省常州建设高等职业技术学校,江苏 常州 213016



的过程，成绩提高需要一定负荷的积累，按照训练规则，即使已具备了较高运动水平的运动员，如果没有连续的、系统的运动强度和运动量的刺激，运动成绩也会下降。

表2 江苏省普通高校高水平田径运动员入校后各项身体素质变化情况 (N=176)

调查内容	有很大提高	有提高	保持	下降	下降很多
耐力素质	10(5.68)	29(16.48)	61(34.66)	58(32.95)	18(10.23)
速度素质	8(4.55)	35(19.89)	72(40.90)	51(28.98)	10(5.68)
力量素质	15(8.52)	51(28.98)	48(27.27)	49(27.84)	13(7.39)

从表3可知，61.37%的运动员认为入学后训练量小于以前，74.46%的运动员认为训练强度小于入学前，其原因是由于训练时间得不到保证，使训练量和强度偏小，导致训练不系统，影响了运动员身体素质的提高。

表3 江苏省普通高校高水平田径运动员入校后训练量和强度的评价 (N=176)

调查内容	比以前大得多	大	差不多	小	小得多
训练量	16(9.09)	33(18.75)	19(10.80)	73(41.48)	35(19.89)
训练强度	7(3.98)	31(17.61)	28(15.91)	94(53.41)	16(21.050)

3.3 运动员训练时间分析

保证训练时间是取得优异成绩的前提，训练时间偏少是影响高校高水平田径运动员训练质量的重要因素之一。文献研究表明，我国健将、一级运动员每天训练时间为平均5.31小时，恢复时间平均为9.61h。而本次调查结果表明，江苏省有5所高校每周训练3次，4所高校每周训练5次，2所高校每周训练6次。虽然被调查的高校每周训练次数不同，但每次训练时间大体一致，约2~3h。

训练时间与文化学习是一对矛盾，每周训练多少次、每次训练多长时间才能做到“文化学习与运动训练两不误”呢？根据调查可知，51.70%的运动员认为每周训练5次，能做到文化学习与训练两不误，排序最高；超过半数的运动员认为每次应训练2h，这些与教练员的观点基本一致。

通过对部分专家的调查，专家认为很难做到学习与训练两不误，二级达一级，一级达健将，每周训练次数、训练时间不能一概而论。具体每周应训练次数和训练时间要给

予教练员一定的自主权，由教练员区别加以安排，并由主教练负责协调。

3.4 影响训练水平提高的主要因素

3.4.1 运动员对参加训练的态度

江苏省高校高水平田径运动员对待训练的态度表现为对训练的认知较强(表4)，4项评价内容的得分均较高，普遍认为参加训练有助于培养自己的意志品质，认识到训练对比赛的重要作用。通过训练能增强自信心、自豪感等，对自己的参加训练比较满意，大部分运动员认为自己训练刻苦。但情感因素中有1项评价内容的得分不高，表明运动员对教练员制定的训练计划依赖性较强，缺乏自我训练的激情；其余3项评价内容的得分基本理想，表明大多数运动员能够自觉参加训练，不断战胜自我，提高运动成绩。总体来讲，江苏省普通高校高水平田径运动员对待训练的态度比较积极，愿意参加训练，提高运动技术水平。

表4 江苏省普通高校高水平田径运动员对待训练的态度 (N=176)

因素	评价内容	很同意	同意	一般	不同意	很不同意	平均得分
		5	4	3	2	1	5
认 知 因 素	参加训练会增强我的比赛信心	11	86	55	20	4	3.45
	参加训练会促进我的意志品质	19	90	53	13	1	3.64
	参加训练促进我与他人交往	17	89	50	17	3	3.57
	我平常训练很刻苦	11	84	69	11	1	3.53
情 感 因 素	我对自己完成训练任务很满意	10	64	96	5	1	3.44
	参加训练时我感到心情愉快	7	54	94	20	1	3.26
	我的队友喜欢参加训练	9	56	91	19	1	3.30
意 向 因 素	教练员不在时我的队友仍会努力完成训练任务	11	60	92	11	2	3.38
	即使不是必须训练，但我仍会主动参加训练	7	55	91	22	1	3.26
	训练中我会充分发挥我的主观能力性	5	91	71	8	1	3.51
	当运动成绩停滞不前时我会主动查找原因	12	91	58	14	1	3.56
	在训练中遇到困难我会坚持下去，决不放弃	31	96	41	7	1	3.86

3.4.2 运动员参加训练的动机

动机对个体行为有很大影响，在体育运动训练中亦是如此。动机是推动人们活动的直接原因，人类的各种行为都在

动机的作用下向着某一目标进行。而人的动机又是由于某种欲求或需要引起的。相关研究表明，运动员在高中阶段，为了达到升学的目的对训练具有强烈的成就动机；运动员考入



大学后, 由于完成了阶段任务, 思想处于放松状态, 在一定程度上影响了训练的成就动机。对江苏省普通高校高水平田径运动员训练动机的调查显示(见表5), 57.39%的运动员以顺利完成学业为动机, 排序第一位, 说明大部分高水平田径运动员把田径训练仅仅看成是完成学业的一种手段, 参加训练的目的是为了考试及格、顺利毕业、为就业打下基础。排序第四、五位的分别是“为校争光”与“希望继续提高运动成绩”, 所占比例分别为44.89%、41.48%, 这些运动员的训练动机与教育部提出的高校培养高水平运动员的目标相一致, 即高校培养高水平运动员是我国体育人才培养的一条途径, 在大学阶段应继续提高运动员的运动水平。

表5 江苏省普通高校高水平田径运动员参加训练的动机 (N=176)

动因	中选聘数	%	排序
有利于完成学业	101	57.39	1
兴趣爱好	96	54.44	2
为了身体健康	65	39.93	6
显示一技之长	83	47.16	3
为校争光	79	44.89	4
结交朋友	13	7.39	7
希望继续提高运动成绩	73	41.48	5
其他原因	8	4.55	8

4 小结

4.1 近半数高水平田径运动员不能够适应高校的训练模式, 大多数运动员认为运动量和强度小于入学前, 而且身体素质提高不明显。

4.2 训练时间偏少是影响高校高水平田径运动员训练质量的重要因素之一, 高校办高水平运动队依然没有很好地解决文化学习与运动训练的矛盾。

4.3 高水平田径运动员对待训练的态度比较积极, 但为取得优异运动成绩而刻苦训练的动机弱化, 为了顺利完成学业成为部分人参加运动训练的第一动机。

参考文献:

- [1] 贡建伟. 我国高校办高水平运动队存在的问题及对策[J]. 北京体育大学学报, 2001, 24(4)
- [2] 张瑞林. 对普通高校与体校联合试办高水平运动队的思考[J]. 中国学校体育, 1998(4)
- [3] 张禾, 姜迪. 中美两国高校高水平运动队管理的比较研究[J]. 沈阳体育学院学报, 2002(1)
- [4] 卢玲. 对上海市高校高水平运动队的调查研究[J]. 四川体育科学, 2002(1)
- [5] 文超, 等. 田径运动高级教程[M]. 北京: 人民体育出版社, 2003
- [6] 王余. 怎样办好高水平运动队[J]. 中国高校田径, 1992(1)

(责任编辑: 陈建萍)



赞助发展新趋势(上)

根据伦敦 Redmandarin 策略咨询公司的最新研究成果, 赞助行为正日趋复杂化、专业化, 并逐渐成为品牌营销的一部分。同时该研究也显示, 一些传统的赞助行为可能受到威胁, 因为越来越多的品牌正在谋求在已有的权利模式之外与目标群体建立有效的联系。这次调查是继2004年之后进行的第二次相关研究, 来自18个国家、17个行业的201位赞助企业的专业人士接受了调查。该研究有助于我们深入了解企业对赞助的态度, 调查结果表明, 赞助正日渐融入公司市场营销的主流。

1 赞助行业的发展

目前赞助行业日趋成熟, 从业人员也越来越富有经验。过去, 赞助职位通常是对那些没有相关背景的人的施舍, 而现在的调查结果显示, 情况正在发生变化。60%的被访者声称有相关背景, 56%的人从事过赛事管理工作, 40%的人有品牌战略经验, 广告(37%)和公关(33%)是其他主要被提及的相关领域。大批被访者拥有品牌管理的背景也许是这次调查结果中最有意义的一点, 说明在创造和发展品牌资产方面, 赞助的作用越来越受到重视, 这在本次调查提出的其他问题中也有反映。对赞助作用、潜力和地位的日渐重视也可以从分析公司内部的汇报程序中得以证明。2005年时, 37%的被访者表示他们直接向总经理、CEO或董事长汇报, 而此次调查, 该比例已经缩减到12%。25%的被访者直接向市场营销主管汇报。如果将此与向品牌主管和赞助主管汇报者相加, 超过60%的被访者有恰当的汇报方式。

2 赞助的目标

上述汇报程序表明, 企业对赞助行为有了更深的理解, 然而并不是所有的调查结果都是积极的。当被问及在获得赞助权之前是否已经确定了赞助目标时, 只有88%的被访者做出了肯定的回答。7%的受访者承认事先没有目标, 另外5%的受访者不清楚是否为赞助活动设定了目标。也许人们会认为没有和不清楚是否设定目标的比例相对较小, 然而12%(即1/8)的赞助商在这一问题上模糊不清, 这本身就很可怕, 与这一领域日加成熟的趋势格格不入。这一比例与两年前相比没有丝毫改变, 调查结果显示约10亿欧元的赞助投资没有明确的理由。假如赞助活动的主管领导不清楚赞助的理由, 就意味着交流传播活动失败, 某些赞助活动也许只是董事长或高层管理者一时的异想天开, 而非追寻公司的目标。