

# 竞技体育人才精准化培养模式及优化分析

王徽

阜阳师范大学, 安徽 阜阳 236000

**摘要:** 本文从科学评估、个性化训练、全面教育等方面分析竞技体育人才精准化培养模式的基本内容, 并对竞技体育人才精准化培养模式现存问题加以阐述, 提出精准识别竞技体育人才, 转变粗放式人才培养模式、发挥不同主体优势, 实施多元化培养机制等优化措施, 以期进一步提升竞技体育人才精准化提升水平, 为推动体育强国建设、增强我国竞技体育综合实力以及促进体育事业高质量发展提供助力

**关键词:** 竞技体育人才; 精准化; 培养模式; 优化措施

## Precise Training Model and Optimization Analysis of Competitive Sports Talents

Wang Hui

Fuyang Normal University, Anhui, Fuyang 236000

**Abstract:** This paper analyzes the basic contents of the precise training mode for competitive sports talents from the aspects of scientific evaluation, personalized training and comprehensive education, and expounds the existing problems of the precise training mode for competitive sports talents. It proposes optimization measures such as accurate identification of competitive sports talents, transformation of extensive talent training mode, giving full play to the advantages of different subjects, and implementation of diversified training mechanism. In order to further improve the precision training level of competitive sports talents, to promote the construction of sports power, enhance the comprehensive strength of China's competitive sports and promote the high-quality development of sports

**Keywords:** competitive sports talents; precision; training mode; optimization measure

### 引言

竞技体育人才精准化培养, 是促进我国竞技体育综合实力提升、推动体育事业高质量发展的有效途径, 从目前竞技体育人才精准化培养模式实施情况来看, 由于受到诸多因素影响, 促使竞技体育人才培养过程中出现各自问题, 降低人才培养质量同时, 也导致我国优秀人才培养逐渐减少, 难以满足新时代下我国竞技体育现代化发展需要。如何采取有效措施优化竞技体育人才精准化培养模式, 是目前相关人员需要考虑的首要问题。

### 一、竞技体育人才精准化培养模式的基本内容

人才识别、个性化训练以及多元化教育等均属于竞技体育人才精准化培养过程中需要给予高度重视的问题, 为保障竞技体育人才精准化培养成效, 合理选用培养方法尤为关键, 直接决定着竞技体育人才培养质量。竞技体育人才精准化培养模式, 具体涉及以下几个方面:

(1) 科学评估各类项目运动员的潜力以及个性需求。科学评估是精准化培养竞技体育人才过程中的关键环节, 在评估过程中, 需要从运动员身体素质、技术水平、心理健康等方面进行综

合测试, 并采取面对面访谈、观察等多样性手段对各类项目运动员的潜力及个性需求开展全面评估, 更加精准地地掌握运动员各方面具体情况, 同时评估结果也能作为后期制定训练计划的参考依据, 以保证训练效率和质量<sup>[1]</sup>。

(2) 个性化训练。制定合理的训练计划, 有利于将运动员的潜力最大限度地激发, 并避免运动量过大或训练方法不合理对运动员身体造成伤害。在制定训练计划时, 由于每个运动员的身体素质、技术水平等方面均存在明显差异, 为提高日常训练效率, 应根据其特点制定个性化训练计划, 既能通过有效训练将运动员的潜力充分发挥, 又能达到精准化培养竞技体育人才的效果。与

基金项目: 阜阳师范大学校级本科教学工程项目: 线上线下混合式一流课程体育舞蹈(三)(2020HEYL15)。

作者简介: 王徽(1989-)女, 汉族, 安徽阜阳人, 讲师, 研究生, 研究方向: 体育、舞蹈。

常规训练不同的是,个性化训练不仅要求教练员自身具备丰富的实践经验以及扎实的专业知识基础,同时也要熟练运用各种先进训练设施,确保所制定的个性化训练计划及内容完全符合运动员实际情况。

(3) 实施全面教育。全面教育是指为运动员的体能、技术以及战术提供科学指导同时,也要关注其道德素养、文化以及心理健康等方面的教育,以培养出具备良好道德品质、人格健全以及综合能力优越的竞技体育人才。在竞技体育人才精准化培养过程中实施全面教育,有利于促进运动员的综合素质得到整体提高,高质量完成每场比赛。

(4) 全方位保障。在竞技体育人才精准化培养过程中,从训练环境、教练团队、医疗设施等多方面为运动员提供全方位保障,有利于提升日常训练高效性与科学性同时,又能促进运动员身心健康发展,进而达到延长个人运动生涯目的。其中政府、体育组织、家庭等均属于为运动员提供全方位保障的重要参与主体,各主体之间协同配合,能够进一步提高竞技体育人才精准化提升水平<sup>[2]</sup>。

(5) 先进技术运用。随着科技迅速发展,大数据分析、人工智能等现代先进技术被广泛运用于体育领域,在竞技体育人才精准化培养过程中引入各种新技术,可实现更加精准地评估运动员各方面情况,如身体素质、心理状态以及技术水平等,为教练团队科学制定个性化训练计划提供可靠依据。例如,以人工智能等先进技术手段为依托,对不同类型比赛场景进行模拟,获取运动员在比赛过程中的身体性能状况变化数据,在此基础上完善和优化现有训练计划,既能规避运动伤害,又能保障运动员日常训练效果。

## 二、竞技体育人才精准化培养模式现存问题

### (一) 人才培养模式过于粗放,明显降低了培养效益

重视最终结果,忽视了挖掘运动员的潜力以及综合素质提高,是过去竞技体育人才培养模式存在的明显问题,促使运动员在训练期间极易出现倦怠等情况,降低训练效率同时,也无法保证竞技体育人才培养质量。由于受到传统文化理念长期影响,部分家长及学校普遍将竞技体育视为谋取利益的一种手段,使其具有功利性,未能全面、正确地认识竞技体育的隐性育人价值。上述各种情况所存在的原因与人才培养模式过于粗放有着密切联系,导致近几年竞技体育人才培养效益大幅度降低<sup>[3]</sup>。

例如,在筛选竞技体育人才时,将分数及成绩作为硬性指标,并未考虑运动员的特点与个性需求,由于运动项目不同,运动员的体能、技术水平以及心理素质等方面表现也有着明显差异,过于看重运动员所取得的成就,长期忽视运动员个性化发展,均实施“一刀切”训练计划,不仅无法精准识别具有潜力的运动员,也会增加运动员心理压力,进而影响其身心健康发展<sup>[4]</sup>。这一种竞技体育人才培养模式,随着时间推移,也会暴露出诸多问题,如成才率低、资源投入多等,不利于实现我国竞技体育后备人才可持续发展。

### (二) 人才培养体系不够完善,促使培养主体单一化

传统竞技体育人才培养模式实施过程中,由于受到缺乏高水平教练员、成才率较低以及体校规模日益缩小等因素制约,使其无法随着社会经济不断发展而不断进行调整,难以满足我国竞技体育现代化发展需要。其中政府部门在我国竞技体育人才培养过程中发挥着重要作用,但仅依靠政府部门,并不能保障竞技体育人才培养可持续性<sup>[5]</sup>。由于缺少符合规定要求的社会组织,促使社会力量无法得到有效利用,部分社会组织虽然参与到竞技体育人才培养,但因自身能力不足、内部组织结构不合理等,难以做到标准化培养竞技体育人才,进而导致培养主体单一化。

### (三) 人才社会储备量较少,导致培养结构不平衡

广大群众基础是实现高水平竞技体育人才队伍建设的重要支撑,因受到传统思维根深蒂固影响,使其大众运动在国内普及程度不足,加上现有参与体育运动的渠道甚少向青少年群体开放,进而导致我国竞技体育人才培养规模一直难以扩大,随着时间推移,竞技体育人才社会储备量较少问题愈加突出,极大地降低了我国竞技体育人才培养质量。其中游泳、乒乓球、羽毛球等运动项目在国内外竞技体育比赛中我国占据明显优势,促进了该类运动项目迅速发展,某种程度上使得竞技体育人才培养更加倾向优势项目,逐渐导致人才培养结构不平衡,明显阻碍了不同运动项目的均衡发展。

## 三、如何有效优化竞技体育人才精准化培养模式

### (一) 精准识别竞技体育人才,转变粗放式人才培养模式

人才识别是选拔竞技体育人才时一项极为重要的工作内容,对竞技体育人才精准化培养有着直接影响,同时也是开展训练、竞赛以及教育等活动的前提,竞技体育人才精准识别,可以做到从层层选拔过程中发现极具潜力的运动员<sup>[6]</sup>。以测试和评估方式获取运动员的身体素质、技术水平、心理状态以及个性化需求等方面情况,以保证竞技体育人才识别精准性和科学性,转变粗放式人才培养模式,进而实现有效优化竞技体育人才精准化培养模式,切实提高培养效益。具体可从以下几个方面着手:

一是基于数据驱动的运动员精准识别强化。充分考虑现阶段竞技体育人才培养需求,重新规划运动员身体素质测试标准,可从个性化与专项化两方面细化竞技体育人才培养要素指标,提高人才识别精准度。其中力量、速度、耐力等均属于运动员的基本素质范畴,对其展开科学分析,并从基本技术动作、技术组合等方面对比不同项目运动员的能力表现,进一步确认运动员对技术运用及团队战术等内容的理解程度,科学评估运动员是否具备较强的执行力。在此基础上对各类项目竞技体育人才培养的要素指标进一步细化,为实现精准选拔竞技体育人才提供科学依据<sup>[7]</sup>。同时以大数据分析、人工智能等现代先进技术为依托,根据各类项目特点,构建与其相匹配的竞技体育人才数据库,充分发挥各种技术手段优势,全方位、数字化监测不同项目运动员的训练全过程,实现数据驱动促进潜力运动员精准识别有效强化。

二是紧贴运动员各成长阶段制定个性化人才选拔策略,实现

分层选拔优秀竞技体育人才。为了全面掌握运动员的成才潜力，可以先建立不同项目运动员的成长档案，从运动员的身体素质、技能水平、训练态度等方面综合评估其成才潜力，为科学建立分层选拔人才机制提供参考依据。同时将经过分层选拔的运动员划入后备人才范畴，在此基础上分析不同项目运动梯队建设情况以及实际需求，关注不同项目训练过程中运动员的技能提升以及心理素质等方面表现情况，再对各能力水平运动员在技术动作、战术理解、心理调节等方面的潜力提升情况展开进一步评估，以确认运动员综合素质是否达到选材标准。利用大数据技术获取运动员在国内外竞赛过程中的综合表现数据，如实战经验、身体素质、技能水平、心理状态等，为制定和补充个性化人才选拔策略提供可靠数据支持<sup>[8]</sup>。

## （二）发挥不同主体优势，实施多元化培养机制

为了将不同培养主体的优势充分发挥，要注重对政府、社会、市场等多方资源的高效整合，并以不同运动项目的社会化程度、大众关注度以及整体经济水平等情况为依据，将体育、教育、家庭、俱乐部等多元主体引入竞技体育人才培养体系，实施多元化培养机制，以促进所培养运动员的文化教育水平、竞技能力得到进一步提高，进而实现从整体上增强我国竞技体育综合实力。具体可从以下几个方面着手：

一是开展多元化教育。综合考虑不同成长阶段的运动员实际情况和个性化需求，按照性别、年龄以及项目类别等要素，科学规划青少年运动员的文化教育方案，采取多周期教育手段，保证文化教育工作有效性。以促进体教深度融合为抓手，进一步加强体育系统与高校、科研机构之间的紧密合作，在高校科研成果、丰富教学资源支持下不断提高竞技体育人才培养质量，从根本上保障竞技体育人才培养的综合效能，实现有效优化竞技体育人才精准化培养模式。以高校或科研机构最新研究成果应用为例，将其融入运动员训练计划制定与竞技比赛分析环节，满足科学性、针对性增强运动员综合素质的需求<sup>[9]</sup>。

二是促进运动员不同成长阶段的个性化训练深度融合。充分

利用不同主体在运动员不同成长阶段的培养优势，促进各阶段运动员个性化训练方案相融合，以提高不同项目运动员训练效率和质量。例如，在不同培养主体紧密协作基础上，利用各种先进技术手段对不同时期运动员的身体素质、技能水平等方面的提升情况进行全面监测，再根据不同项目运动员特点和个性化需求，分类评估运动员在训练与比赛活动中的综合表现，为制定个性化训练融合方案提供科学依据，充分满足不同成长阶段运动员培养需求，同时又能解决竞技体育人才培养过程中所存在的不同主体参与度不高、培养主体单一化等问题。

## （三）构建彰显中国特色的“多元融通”培养体系

为实现有效优化竞技体育人才精准化培养模式，应综合考虑目前现有主流人才培养模式的特点，遵循协调发展、创新发展以及融合发展原则，并依据不同项目的发展规律，在此基础上构建中国特色的“多元融通”培养体系，促进竞技体育人才精准化培养模式全面优化，致力于解决因人才社会储备量较少所造成的培养结构不平衡问题，进一步提高竞技体育人才培养质量，进而为我国竞技体育人才精准化培养可持续实施与高质量发展提供强有力支撑<sup>[10]</sup>。

例如，面向青少年群体，持续推进竞技体育金牌计划和后备人才培养倍增计划实施，全面促进竞技体育和青少年体育一体化发展，突出抓好体校建设，旨在提高青少年体育后备人才培养成效。

## 结束语

综上所述，竞技体育人才精准化培养，是促进我国竞技体育综合实力不断增强的有效手段，在建设体育强国背景下，将精准化理念贯穿于竞技体育人才培养全过程，有利于科学构建符合中国特色的竞技体育人才培养模式，同时从人才精准识别、个性化训练、全面教育、全方位保障等方面逐步优化竞技体育人才精准化培养模式，进一步提高我国竞技体育人才培养质量和效益，为推动我国体育事业可持续发展奠定坚实基础。

## 参考文献

- [1] 杨国庆. 中国竞技体育人才精准化培养模式创新的四重逻辑[J]. 上海体育学院学报, 2023, 47(11): 17-27.
- [2] 白新蕾, 陈培友, 孙志. 体教融合促进竞技体育后备人才培养的价值意蕴、现实困境与实施路径[J]. 吉林体育学院学报, 2023, 39(04): 83-89.
- [3] 高英哲. 体教融合背景下我国竞技体育后备人才培养路径[J]. 体育教育学报, 2023, 39(04): 20-25.
- [4] 赵连玉, 孙凯, 程磊. 竞技体育后备人才培养的发展现状与路径选择[J]. 体育视野, 2023, (11): 142-144.
- [5] 崔航. 竞技体育后备人才培养模式的对比分析及整合策略研究[J]. 文体用品与科技, 2023, (05): 94-96.
- [6] 李方方, 蒋湘之. 体教融合背景下我国竞技体育后备人才培养路径研究[J]. 青少年体育, 2023, (02): 60-61+37.
- [7] 邓小光. 体教融合视角下竞技体育后备人才培养路径探究[J]. 体育视野, 2022, (22): 146-148.
- [8] 宋晓明, 李振. 我国竞技体育后备人才培养现状与优化路径[J]. 文体用品与科技, 2022, (20): 61-63.
- [9] 谢云. 我国竞技体育后备人才培养: 发展现状与路径选择[J]. 天津体育学院学报, 2022, 37(05): 532-538+577.
- [10] 徐梅艳, 李留东. 我国竞技体育后备人才培养困境与改革路径研究[J]. 浙江体育科学, 2022, 44(04): 77-82+99.