

健康中国背景下小篮球教练员胜任力提升研究

栗磊, 秦江智

湖南工业大学, 湖南 株洲 412000

摘 要 : 近年来,为促进国民健康发展、提升国家综合实力,我国大力实施健康中国战略,健身运动作为促进国民健康发展、提升国民身体素质的主要手段,被广泛推行。篮球作为最受欢迎的大众化体育运动方式之一,因其受时间、地点、人数及技术限制较小等优势,成为实现健康中国目标的主要健身方式。本文首先从健康中国背景下分析小篮球教练员的胜任力内涵,以胜任力的“冰山模型”作为切入点,展开小篮球教练员胜任力的提升研究,并以此为基础,提出了小篮球教练员胜任力发展路径。

关 键 词 : 健康中国; 小篮球运动; 教练员; 胜任力

Research on Enhancing the Competence of Small Basketball Coaches under the Background of Healthy China

Su Lei, Qin Jiangzhi

Hunan University of Technology, Zhuzhou, Hunan 412000

Abstract : In recent years, in order to promote the healthy development of the people and enhance the comprehensive strength of the country, China has vigorously implemented the Healthy China strategy. Fitness exercise, as the main means to promote the healthy development of the people and improve their physical fitness, has been widely promoted. Basketball, as one of the most popular mass sports, has become the main fitness method to achieve the goal of a healthy China due to its advantages of being less limited by time, location, number of people, and technology. This article first analyzes the competence connotation of small basketball coaches from the background of a healthy China. Taking the "iceberg model" of competence as the starting point, it conducts research on the improvement of small basketball coaches' competence, and based on this, proposes the development path of small basketball coaches' competence.

Keywords : healthy China; little basketball sport; coach; competence

前言

我国在2016年颁布了《健康中国2030规划纲要》,“健康中国”成为国家战略,其主题是“建设共享,全民健康”,根本目的是促进全民健康。^[1]2017年,在“健康中国”战略方针的指引下,“小篮球、大梦想”活动在国家篮协主席姚明的领导下拉开序幕,以各大区为主的小篮球赛事举办得如火如荼,同时兴起的还有以私人篮球俱乐部为单位的小篮球培训机构。^[2]小篮球运动通过调整篮球尺寸、场地尺寸、篮筐高度及规则设计,使之更加契合青少年身心发展的自然规律,有效激发儿童兴趣,从而吸引更多少年儿童积极参与其中。在此过程中,小篮球教练员不仅负责专业技能的训练与指导,还承担着教育引导的重要角色,并作为篮球文化的传播者,促进篮球文化的普及与传承。教练员作为培训机构的中坚力量,在培训机构中充当了非常重要的角色。当前,我国多数小篮球运动队的教练群体普遍缺乏正规的专业培训,其成员多由体育教练员兼任。这些教练员在专业能力上存在不足,往往难以充分满足篮球教学的多元化需求,特别是在针对学生的个体差异进行差异化教学方面显得力不从心。他们通常仅能提供基础的篮球技能训练,并倾向于给予学生较大的自由活动空间,而忽视了对学生篮球兴趣的深入激发与培养。这种教学模式下,篮球学习显得宽泛而不深入,难以保障教学质量的有效提升。因此,加强小篮球教练员队伍建设,提升其胜任力水平,不仅是响应“健康中国”号召、促进青少年身心健康发展的必然要求,也是推动我国篮球事业长远发展的重要保障,对小篮球运动的健康、持续、高质量发展具有重要的理论与现实意义。

基金项目:湖南省教育厅优秀青年项目:基于胜任力理论的青少年体育培训教师培养研究;项目编号:22B0583。

作者简介:

栗磊(1984—),男,汉族,湖南株洲人,博士研究生,讲师,湖南工业大学,体育人力资源管理。

秦江智(2001—),男,汉族,湖南株洲人,在读研究生,湖南工业大学,体育教学。

一、理论基础

（一）胜任力内涵

胜任力作为管理学、教育学及心理学中的重要议题，一直备受关注。由于缺乏统一的概念界定标准，导致了胜任力的定义范围较为广泛，涵盖的内容颇为丰富。虽然对于“胜任力”的具体表述存在差异，但这些定义均源自麦克利兰教授的概念框架，强调的是员工在工作中表现出的各种素质水平，包括专业知识和技能、性格品质和动机，还包括价值观念和工作态度等。通过查阅已有相关文献发现，“能将某岗位工作或组织、文化中绩优者与表现普通者区分开来的深层次的、较为持久的行为特征它可以是动机、特质、自我形象、态度或价值观、某领域的知识、认知或行为技能——任何可以被可靠测量或计数的，并能显著区分绩效卓越者和表现普通者的关键特征”这一“胜任力”概念的应用最为普遍。^[3]

（二）胜任力“冰山模型”理论

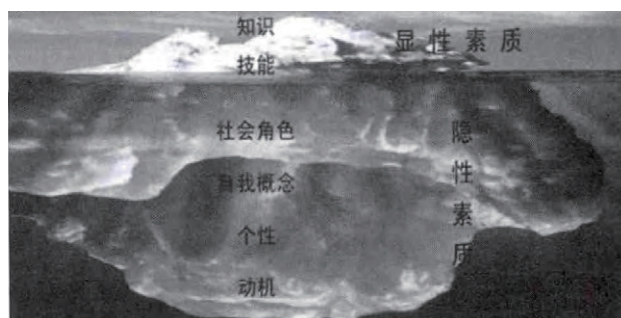


图1 冰山模型

“冰山模型”，提出者是戴维·麦克利兰，他是知名心理学家，提出时间在1973年，当时他任教于哈佛大学，他明确表示要想对某工作中表现优异者和一般者进行区分，可利用员工具备的动机、个性、价值观，还有自我形象、态度等要素完成。因为这些要素与个体的工作表现存在紧密联系，故在之后的研究中定义为胜任特征，当然，在“冰山模型”中也被称为隐形素质，这是因为它们潜藏于水面以下，而显性素质则指位于水面以上的知识、技能等要素，这些也是胜任某岗位具备的基本能力。^[3]详见图1。

（三）小篮球教练员

作为一项体育运动项目，小篮球具备鲜明的育人特征，一定程度地关系着青少年的成长和发展。组织学生经常进行小篮球这项运动，能够让学生对篮球运动保持更高的兴趣，从而保持长期的运动，达到终身受益的目的。^[4]鉴于此，作为小篮球教练员，应通过这项运动引导青少年不断强化篮球运动技能，并给予相应的教育。据此，本文明确定义了“小篮球教练员”，即能够胜任青少年小篮球的训练与管理工作，同时能够培养青少年对篮球的兴趣并使其掌握相关篮球技能的专业人士。

（四）小篮球教练员的胜任力

体育运动是一项专门化的教育工作，故而对教学内容和教学方式有着较高的要求，所以负责教学的教练员必须具备丰富的专业知识和较高的专业素养水平，如此，才能保证每个运动员的特长和潜能得到科学化的训练与挖掘。随着运动员实践训练与现代

科技融合的不断深化，运动员的竞技水平提升对教练员的专业水平和职业素养提出的要求日益增高。周西宽等表示：“教练员必须具备较高的职业素质是现代运动训练所强调的重点，这里的职业素质其实包含两种，一种是思想素质，主要指坚定的责任心、强烈的事业心、实事求是的从教作风、务实的工作态度等，占据主导地位；另一种是专业素质，具体包括熟练、丰富、多元化的专业技能、知识、能力，还包括智能思维和创新能力的，当然个性特质也非常重要”。^[5]

我国竞技体育教练员因为一直处于“急于求成”等思想的影响中，所以对体育竞技训练存在片面化的认识，因而在竞技训练中只一味地追求成绩。然而，评价一个教练员的执教素质是否合格，不能单凭运动员取得的比赛成绩，而是应当进行全面综合考量。阮如琼，刘兵，石迪文围绕教练员成功执教素养影响要素展开分析后指出：影响教练员执教素养合格与否的要素总结为三类，一是丰富扎实的专业和基础知识；二是良好的组织心理；三是具备的自身实力和各种计划制定水平不断提升的能力。^[6]

黄春桥围绕“我国篮球教练员执教能力”展开探讨后表明，篮球教练员是否优秀合格，主要看其具备的基础知识是否扎实；职业素质、心理素质、道德素养是否良好；专业技能、管理与创新能力、比赛信息处理能力是否达标；责任感、智力思维、事业心良好与否等。^[7]

由于胜任力的概念并没有给出一个明确的定义，所以本文立足于小篮球教练员的工作职责与特点通过梳理总结已有研究中的相关概念定义明确了小篮球教练员的能力构成。本文认为，小篮球教练员胜任力是指在小篮球运动教学工作中，可以胜任其工作，并对学生的身体和心理有良好的促进作用的个体特征。主要包括思想品德素质，心理素质，训练教学能力和比赛执教能力等。^[8]

（五）小篮球教练员胜任力“冰山模型”

“冰山理论”最初源于心理学领域，现已广泛应用于心理学、社会学、教育学等多个领域。该理论以水平面为分界线，将事物的发展结构分为高于水平面的“冰上部分”和低于水平面的“冰下部分”。其中，“冰上”部分代表事物的表面特征，易于被观察和认知，可通过一定的手段加以改变；而“冰下”部分则包含了那些隐藏在表面之下的内在要素，往往容易被忽略，但这些要素对于事物的外在表现及其长期发展具有至关重要的影响。^[8]通过对“冰山理论”的关注点进行分析，我们认为可以借鉴这一理论模型来解析我国小篮球教练员的胜任力，并构建了我国小篮球教练员胜任力的“冰山理论”结构图。详见图2。

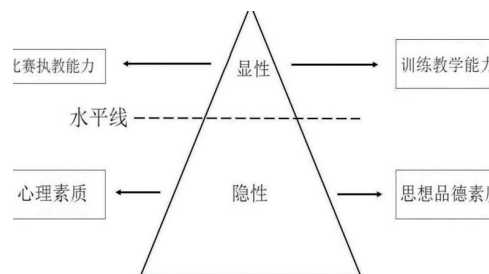


图2 小篮球教练员胜任力“冰山模型”

二、小篮球教练员胜任力提升的切实路径

（一）“显性能力”的提升

1. 比赛执教能力

教练员的执教经历与经验的提升需要大量的实践，实践不仅是运用知识的过程，还是接受知识的过程，教练员自身层面应当不断更新自身专项运动知识储备，运用多种渠道的信息资源，整合梳理，提升自身科研创新能力，同时应当创造具备特色性的战术执教风格，并且采取观摩以及讨论等手段提升对其他运动队战术体系以及执教风格的信息掌握程度。提高自身主观能动性，不断地对自身提出更高要求，成为一名专业性强、执教能力强、创新能力强的篮球教练员。

形成发展临场指挥能力最直接的方法就是经历大量临场指挥的考验，不断积累实践经验，使教练员能够有能力根据场上的情况随机应变，并且能预见并处理可能出现的突发情况。此外，教练员对小篮球的知识体系需全面，还要了解双方，做到了对自己的球员和队伍的了如指掌才能充分发挥每个人的最大潜力；尽可能地了解对手，研究对手才能在赛场上做到从容不迫，并且身为教练员还要熟知篮球规则，才能更好在赛场上指挥。

2. 训练教学能力

小篮球教练员应该在现阶段基础上增设训练内容，创新训练课，逐步推行提升球员的体育素养和心理素养、篮球素养的训练模式；创新发展“篮球课程知识和技能培训”。在训练中加入思政建设，做到亦师亦友的同时还要考虑球员的长远发展与思想建设；在情境与训练中，激发运动员，给予积极的正向反馈以及不断减少纠正性意见，培养运动员对训练和比赛的积极主动性。教练员在小篮球训练中始终遵从“终身学习”原则，使小篮球精神真正在各类学校和培训机构中生根发芽^[9]。

（二）“隐性能力的提升”

1. 心理素质

一名优秀的小篮球教练员必须具备坚韧的心理素质，因为心理素质的优劣直接影响着其临场指挥的表现。教练员在日常训练中应加强自身心理素质的强化，如此，在各大比赛中出现特殊情况时，教练员可从容不迫地应对和处理。篮球运动在现代得到了快速的发展，球员的素质和技术水平都有显著提升，各队伍间的差距逐渐缩小，这使得比赛变得更为激烈和紧张，给教练员带来了极大的心理压力。在这种高压环境下，教练员需要保持冷静的头脑，并随时准备好应对突发事件。例如，在比赛中，当自己的队伍遭遇得分荒而对手得分顺畅时，教练员应及时请求暂停，调整进攻战术，帮助队员调整心态、认识自己的错误并改正等，给队员加油打气等；当然，在比赛中教练员也要充分发挥自己的指导作用，可通过语言辅助队员进行队伍战术（换人、换位置等）和心理情绪的调整，从而保证队员在竞技中以最佳的状态和充分发挥自己的所长，以达到获胜比赛的目标^[10]。

2. 思想品德素质

教练员在球队的训练中扮演的角色其实就是教师，他们既是训练的指挥者，又是球员训练的指导者，故而需要具备高尚的思

想品德，具体言之，一方面教练员要具备坚不可摧的篮球意志和坚定不移的事业心，对篮球及篮球训练充满热情，真诚对待每一位队员，始终坚持实事求是、从务实的教学原则和“以人为本”的教学理念，且能够在教练岗位上坚守，乐于奉献，无怨无悔地致力于提升篮球运动水平。

另一方面，教练员在训练工作中应以良好的职业素养和认真负责的态度给予队员合理的训练指导，面对逆境和挑战要以严谨谦逊、泰然自若、积极乐观的心态面对并努力应对，同时进行不断探索，争取探索出一条适应当代发展的篮球运动革新之路，还要不断提升自己的创新水平，从而为篮球训练模式的创新优化升级提出新的思路。

教练员应该将一种人生积极的态度、阳光的心理及生命的力量带给队员。帮助队员形成一种积极的世界观、人生观、价值观。

三、结语

在篮球领域，青少年篮球的发展是至关重要的。小篮球教练员肩负着推动中国篮球运动普及与提升的重任，这不仅是对个人能力的提升，更是对中国篮球未来的投资。面对篮球技能和战术知识的持续革新与完善以及竞争激烈的当今社会，小篮球教练员要想做出成绩、不被淘汰，必须不断学习篮球领域的新兴知识和技术，并持有浓厚的学习兴趣，同时大量搜集除了和篮球本身相关的知识外，还要搜集与篮球训练方法、体能管理等方面的知识，持续丰富和完善自己的篮球知识体系，不断强化自己的技能水平和职业素养；不断端正自己的工作作风和培养优质的思想品德；小篮球教练员还应从胜任力的视角分析自身存在的问题，以高标准严格要求自己，不断学习最新的训练和管理方法，通过创新和更新训练手段，培养出更多具有潜力的青少年篮球运动员，促进我国篮球运动与世界篮球运动的发展道路接轨。

参考文献

- [1]任宇恒.“健康中国”背景下长株潭地区高校篮球运动开展现状及发展路径研究[D].湖南工业大学,2019.
- [2]克启明.小篮球训练营教练员现状调查研究[J].文体用品与科技,2021,(13):192-193.
- [3]刘晓旭,张凯.小学体育教师胜任力模型构建的实证研究[A].中国体育科学学会,第十一届全国体育科学大会论文摘要汇编[C].北京体育大学;2019:3557-3558
- [4]李军兰,梁勇.基于胜任力理论的中小学体育教师招聘[J].教学与管理,2011,(33):63-64.
- [5]艾榆琳.关于对小篮球教练员职责与执教能力的研究[C]//教师教育论坛(第一辑).成都体育学院体育教育训练系;2019:2.
- [6]周西宽.现代“体育”概念几个问题的探讨[J].成都体育学院学报,2004,(04):1-6.
- [7]阮如琼,刘兵,石迪文.影响教练员成功执教素养的构成要素研究[J].福建体育科技,2016,35(06):8-12.
- [8]黄春桥.我国篮球教练员执教能力素养的探讨[J].当代体育科技,2012,2(03):31-32.DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2012.03.028.
- [9]张昌盛,王向东,孙硕等.基于冰山模型的校园足球多维内涵解构与实现[J].四川体育
- [10]姜小丽,潘巍,张江霞.幼儿篮球教练员人才培养的意义与途径研究[J].文体用品与科技,2020,(20):112-113.