

青少年网球运动员培养体系的国际比较与本土化发展路径思考

杨伟光

北京市先农坛体育运动技术学校, 北京 100050

DOI: 10.61369/RTED.2026070030

摘 要 : 本文通过比较西班牙、美国两个网球强国在青少年运动员培养体系上的成功经验, 结合我国现状, 提出本土化改进路径。研究指出, 西班牙依托红土训练与心理韧性的综合培养, 美国则通过大学体育体系与市场化机制实现竞技与学业并重。相比之下, 我国青少年网球培养在选拔机制、训练模式、竞赛体系、体教融合、教练水平与资金支持等方面仍存在短板。文章建议我国应引入长期运动员发展 (LTAD) 理念, 完善分级赛事体系, 提升教练培训质量, 推动“网球进校园”, 建立多元资助机制, 构建科学、可持续的青少年网球发展体系, 助力我国网球国际竞争力提升。

关 键 词 : 青少年网球; 培养体系; 国际比较

International Comparison of Junior Tennis Players' Training System and Reflections on Its Localized Development Path in China

Yang Weiguang

Beijing Xiannongtan Sports Technical School, Beijing 100050

Abstract : By comparing the successful experience of junior athlete training systems in two world-leading tennis powers, Spain and the United States, this paper puts forward localized improvement paths combined with China's current development situation. The research indicates that Spain relies on clay-court training and comprehensive cultivation of mental toughness, while the United States balances athletic training and academic study through its collegiate sports system and market-oriented operation mechanism. In contrast, China's junior tennis cultivation still has deficiencies in athlete selection mechanism, training mode, competition system, integration of sports and education, coaching competency and financial support. The paper suggests that China introduce the Long-Term Athlete Development (LTAD) philosophy, improve hierarchical competition system, upgrade coach training quality, promote the "Tennis into Campus" program and establish diversified funding mechanisms, so as to build a scientific and sustainable development system for junior tennis and enhance China's international competitiveness in tennis.

Keywords : junior tennis; training system; international comparison

一、前言

网球乃是一项具有全球影响力的竞技运动, 凭借其独有的魅力、激烈的竞争趋势, 吸引了数量众多的爱好者。青少年网球运动员的培养模式, 对于网球运动的持续向前发展、国家竞技水平的提高而言, 有着基础性的作用。像西班牙、美国等网球强国, 借助系统化的培养机制, 成功培育出了一批世界顶尖的选手, 为全球网球运动确立了典范。举例来说, 西班牙因系统化的网球人才培养模式而备受瞩目, 纳达尔学院凭借将技术训练、体能提高与心理素质培育相融合的综合训练模式, 成为培养高水平网球后备人才的关键代表, 还培养出了以拉斐尔·纳达尔为代表的世界顶尖运动员。美国依靠成熟的大学网球模式、由美国网球协会 (USTA) 建立的全国性选拔机制, 形成了竞技培养与教育发展相融合的人才培养途径, 涌现出了塞雷娜·威廉姆斯和文斯·威廉姆斯等优秀运动员, 为青少年运动员的长久发展营造了不错的成

长环境。

经过全面分析, 本研究对世界网球强国青少年人才培养模式展开系统比较, 并结合我国网球发展实际需求, 探寻契合我国国情的青少年网球人才培养路径。研究成果可为相关政策制定及实践工作给予参考, 还能助力我国网球运动实现可持续发展, 进而提高我国青少年网球人才培养质量与国际竞争力。

二、分析讨论

(一) 网球强国青少年培养体系的特点

青少年网球人才培养模式是提高竞技水平、储备后备人才进而增强国家网球综合竞争力的关键基础。美国和西班牙身为世界网球强国, 历经长久发展建立起了颇为成熟的人才培养模式, 塑造出了像拉斐尔·纳达尔、塞雷娜·威廉姆斯这样的世界顶级运动员, 在国际网坛始终维持着较强的竞争力。此部分将美国和西

班牙当作研究对象，聚焦于人才选拔机制、训练模式、竞赛模式、体教融合、教练员培养、经费保障等方面，对其青少年网球人才培养模式的主要特征展开系统剖析，期望能为我国青少年网球人才培养模式的优化和完善给予有益参考^[1]。

截止北京时间7月18日，经查阅ITF官方网站获取数据，青少年ITF排名前100的男子球员当中美国球员18人，西班牙球员4人。如表1所示。并且经过描述性统计分析美国和西班牙男性青少年排名前一百的网球运动员平均年龄17.5岁，中位数18岁，最小年龄15岁最大年龄18岁。

表1 青少年男子

国家	美国	西班牙
人数	18	4

截止北京时间7月18日，经查阅ITF官方网站获取数据，青少年ITF排名前100的女子球员当中美国球员12人，西班牙球员4人。如表2所示。并且经过描述性统计分析美国和西班牙女性青少年排名前一百的网球运动员平均年龄17.3岁，中位数17岁最小年龄16岁，最大年龄18岁。

表2 青少年女子

国家	美国	西班牙
人数	12	4

通过获取的这两个网球强国的数据来分析，男子选手的平均年龄更大，但范围更广年龄覆盖3岁（15-18）。女生的平均年龄更小，且中位数年龄为17岁。可能表明女子选手在更小的年纪就能打出更出色的表现。从数据分析来看美国的青少年排名形成断档式的领先，西班牙的青少年运动员人数优势虽然没有突出的明显，但是考虑到其作为传统网球强国并且培养出数位传奇网球选手因此其体系和道路也可本文为所借鉴。

1. 西班牙培养体系的特点

西班牙青少年网球人才培养模式依靠着完整齐备的组织架构、科学合理的培养理念，被广泛看作是世界网球后备人才培养方面典型的范例之一，曾经先后培养出拉斐尔·纳达尔、卡洛斯·阿尔卡拉斯等许多世界顶级的运动员。它的成功之处主要表现在人才选拔、训练培育、竞赛组织、文化教育协同发展等多个不同方面，达成了系统建立、有效衔接。在人才选拔工作当中，西班牙借助遍布全国的网球俱乐部、基层培训机构，在西班牙皇家网球协会也就是RFET的统一协调之下，建立起了相对完备的人才发现与选拔模式。这个模式不光留意青少年运动员的技术水准与身体素质状况，同时还着重对其心理品质、比赛意识、发展潜力展开综合评估，目的是要在早期阶段辨别出具备培养价值的后备人才。拿纳达尔学院来说，其选拔流程运用多维评价方法，全面考察运动员的技术能力、身体条件、心理素质，以此提高人才选拔的科学性和精准程度。而且，RFET通过举办地方级、区域级、全国性青少年赛事，给后备人才的发现和选拔搭建了关键平台。教练员和管理人员能够依据赛事表现持续追踪运动员的发展状况，为优秀人才迈入更高层次培养模式创造条件。依靠这样一个覆盖范围广且层级清晰的选拔机制，西班牙逐渐形成了从基层培养到职业发展的完整人才输送链条^[2-3]。

在训练与竞赛模式建立方面，西班牙着重关注训练内容具备系统性、科学性，它的培养模式深受红土网球文化的影响，着重于底线相持能力、专项耐力、防守反击能力等方面的发展。训练期间不仅看重技术动作的规范化，把稳定性培养作为要点，还着重强调移动能力、身体协调性、击球质量、心理抗压能力的提高，致力于达成运动员竞技能力的全面进步。以纳达尔学院作为代表的高水平训练机构，把技术训练、战术训练、体能训练、心理训练整合起来，凭借系统化的训练安排助力运动员提高比赛适应能力、战术执行能力。并且，西班牙建立了比较完备的青少年竞赛模式，涉及U10、U12、U14、U16、U18等多个年龄组别，还积极安排运动员参与国际网球联合会（ITF）青少年巡回赛、欧洲网球协会（Tennis Europe）青少年巡回赛，为运动员积累高水平比赛经验、提高国际竞争能力创造有利情形。在文化教育和运动训练协同发展这一领域，西班牙非常看重青少年运动员的全面成长。像纳达尔学院这样的职业化训练机构，提供高水平竞技训练之时还配备完善教育模式，凭借灵活课程安排确保运动员完成基础教育与文化学习，达成竞技发展和学业成长的协调统一。在教练员培养上，RFET联合国际职业网球教练协会也就是RPT建立了较成熟的教练员培养与认证模式，形成包括初级、中级、高级层次的培训机制，培训内容和技术教学、战术分析、运动心理学还有运动科学等多个领域，为青少年培养工作给予了专业化人才保障^[4-5]。

2. 美国培养体系的特点

美国青少年网球人才培养模式依靠成熟的市场化运作机制、完善的大学体育模式，在全球网球人才培养领域颇具代表性，还培养出了塞雷娜·威廉姆斯、维纳斯·威廉姆斯、安迪·罗迪克等世界顶尖运动员。它的培养模式借助科学的人才选拔机制、个性化训练模式、完善的竞赛模式、运动科学的广泛运用，给青少年运动员搭建起了相对完整的发展通道，达成了从基层培养到职业竞技的有效衔接。在人才选拔这个领域，美国网球协会也就是USTA，于青少年人才培养进程里起着主导作用。USTA会去组织地方级、区域级、全国性的青少年赛事，对运动员展开持续跟踪、评估，并且依据比赛成绩、通用网球等级也就是UTR等指标，对运动员的竞技水平作出综合评价，以此来提高人才选拔的客观性、科学性。美国健全的大学体育模式给青少年运动员提供了重要的发展平台^[6]。

美国在竞赛模式方面，建立起了涵盖不同年龄阶段、竞技水准的青少年赛事网络，像USTA青少年巡回赛、区域性赛事、NCAA大学网球联赛等都是其中一部分。多层次且多类别的竞赛模式为运动员给予了丰富实战机遇，有益于运动员在持续比赛进程里积累经验、提高竞技水平，进而渐渐适应更高层次的赛事环境。美国青少年运动员可通过参与国际赛事拓宽竞技视野，增强国际比赛经验与竞争能力。USTA在教练员培养方面，搭建了比较完备的教练员认证与继续教育模式，建立起涵盖初级、中级、高级教练员的培养机制。培训内容不但包括技术教学与战术指导，而且涵盖运动心理学、运动科学、青少年运动员发展等相关知识，为提高教练员专业能力与执裁水平给予了制度保障。于经

费保障而言,美国网球发展主要依靠市场化运作模式,资金来源有会员费用、赛事运营收入、商业赞助、社会捐赠等众多渠道。高校网球项目还能够借助学校资金投入和校友捐赠获取稳定支持。多元化的资金保障模式切实降低了运动员参与训练和竞赛的经济成本,为更多青少年参与网球运动营造了条件。美国青少年网球人才培养模式依靠市场化资源配置机制、完善教育模式、先进运动科学支持,建立起涵盖人才选拔、训练培养、竞赛组织、教练员建设和经费保障等环节的系统化培养模式。此模式推动了网球运动广泛普及,也为高水平竞技人才持续培养提供重要保障,对我国青少年网球人才培养模式优化有借鉴意义^[7]。

（二）我国青少年网球培养体系的现状与挑战

我国青少年网球培养体系在选拔机制、训练模式、教练员培养和资金支持等方面仍存在不足,影响了网球人才的挖掘与发展(董取胜,2009)。

1. 青少年网球培养体系的现状现状

当前,我国青少年网球的选拔主要以省市体校和少数专业俱乐部为主。这种模式导致选拔范围较窄,无法有效覆盖全国,容易出现具有天赋的青少年不能很好的被发掘。在训练模式上,我国青少年网球培养以技术训练为核心,但缺乏科学化和个性化的指导。教练往往采用统一的训练计划,忽视球员的个体差异,如身体素质、心理状态和技战术风格。这种“一刀切”的方式限制了球员的全面发展。例如,许多网球运动员在青少年时期的成绩不错,但成年之后参加职业赛事的成绩却不理想。

我国青少年网球人才培养模式目前还存在一些不足之处,不过在政策支持、市场发展潜力、新兴人才成长等方面已经呈现出一定的发展优势,这为未来持续提高培养质量打下了不错的基础。近些年来,国家越发重视体育事业尤其是竞技体育的发展,这为网球运动的发展营造了有利的政策环境。《全民健身计划(2021—2025年)》把网球列为重点推广项目,给青少年网球运动的普及、人才培养给予了政策保障和发展指引。此时,伴随居民生活水平提高、体育消费需求增加,网球运动在我国的社会受关注程度和参与程度不断上升,青少年网球培训市场展现出良好发展状况。越来越多家庭开始看重青少年体育素养培育,把网球当作推动身体发育和综合能力提高的关键运动项目。依据《中国体育产业报告》,到2024年时,全国网球俱乐部数量已超5000家,青少年网球培训市场规模达50亿元人民币。市场规模持续扩充,既为网球运动普及创造了有利情形,也为青少年网球人才培养模式朝着专业化与规范化方向发展给予了坚实支持。在国家政策持续推动、市场需求不断增长这两个因素的双重驱动之下,我国青少年网球人才培养迎来了新的发展机遇,此机遇为后备人才储备、竞技水平提高提供了重要保障^[8]。

2. 青少年网球培养体系的挑战

近些年来,我国网球运动展现出不错的发展形势,像郑钦文、商竣程、张之臻这样的新生代运动员渐渐在国际赛场有了亮眼表现,给我国网球事业发展增添了新的活力。在2024年,郑钦文不但进入了女子职业网球协会也就是WTA世界排名前十,还拿到了巴黎奥运会女子单打冠军,达成了我国网球在奥运赛场

上的关键突破。张之臻、商竣程等男子运动员在职业网球协会即ATP巡回赛里也取得了一系列颇具代表性的成绩,体现出我国男子网球不断提高的国际竞争力。这些优秀运动员的成长不但加大了我国网球运动的社会影响力,还在一定程度上带动了青少年参与网球运动的积极性,为后备人才培养营造了良好的社会环境。但是,和世界网球强国相比较,我国青少年网球人才培养模式在教练员队伍建设、人才选拔机制等方面,依旧面临着一些挑战,其中后备人才的科学发现与精准选拔,已然成了制约我国网球长远发展的关键因素。高水平网球运动员的培养,一般要从青少年时期就开始进行系统规划,而当下我国的人才选拔途径,主要还是集中在体校、俱乐部、部分专业训练机构,基层覆盖范围相对较小,还没有建立起覆盖全国、多层级联动的人才识别模式。在这种背景之下,一些具有发展潜力的青少年运动员,很难及时进入专业培养通道,进而对后备人才资源的有效开发与利用产生影响。

从人才培养规律角度而言,选拔优秀网球运动员,仅依靠教练员的经验判断是不够的,还需建立科学、系统且具持续性的评估机制,全面评价运动员的技术能力、身体素质、心理品质、发展潜力。国际网球强国的实践情况显示,高效的人才选拔模式往往以广泛的基层参与为基础,再加上数据化、标准化的评价工具,以此提高人才识别的准确性与科学性。与之相比较,我国在全国范围的人才筛查、动态跟踪、数据管理等方面,还有很大的提高空间。比如说,澳大利亚网球协会创建了覆盖全国的人才识别与跟踪系统,对青少年运动员进行长时间的监测和评估,为后备人才培养给出了科学依据。参考这类先进经验,建立涵盖基层、贯穿各培养层级的人才发现与选拔机制,完善运动员成长档案、动态评价模式,对提高我国青少年网球人才培养质量意义重大。完善青少年人才选拔制度,提高人才识别的科学化、精准化程度,对夯实我国网球后备人才基础、推动竞技水平持续提高意义重大,也是我国从网球发展大国迈向网球强国的关键所在^[9]。

（三）国际经验对我国的借鉴与本土化路径

1. 借鉴国际经验

网球作为一项全球性运动,其青少年培养体系在不同国家展现出多样化的成功模式,为我国提供了丰富的借鉴资源。西班牙、美国作为网球强国,其经验尤其值得关注。西班牙通过建立广泛的基层网球学校网络,推广红土训练模式,注重技术和心理素质的结合,培养出拥有独特风格的顶尖球员。红土地因其较慢的球速和较高的回合要求,促使球员在耐力、战术以及心理韧性上得到全面锻炼。这种模式强调从基层抓起,确保青少年球员在早期就能接受系统化训练,同时教练要结合球员的特色最大程度的发挥球员的职业上限而不是急于求成。美国则依托市场化机制,发展出独特的大学网球和奖学金体系,为青少年球员提供了竞技与教育并重的成长路径。通过私人赞助和大学联赛,美国网球不仅挖掘了大量潜力选手,还保障了他们的学业发展,形成了一个可持续的培养生态。

2. 本土化发展路径

参考国际先进经验后,我国青少年网球人才培养模式的优化

要依据本国实际发展需求，结合现有资源状况、体育发展环境，探寻契合我国国情的人才培养途径。未来可着重针对竞赛模式建立、教练员队伍培育、体教融合推进、经费保障机制、长期运动员发展理念等方面予以系统完善，进而推动青少年网球人才培养质量的全面提高^[10]。

青少年网球人才培养要依照运动员身心发展的客观规律来进行，秉持长期培养的导向，防止过度看重短期竞赛成绩。按照不同年龄阶段、发展特性，建立科学合理的分阶段培养模式，全面统筹技术、体能、心理、战术等能力的发展，推动运动员综合素质得到全面提高。借助建立契合我国实际状况的长期发展路径，不但能提高人才培养效率，还能够帮助减少过早专项化训练所带来的潜在风险，为运动员达成可持续发展创造有利条件。我国青少年网球人才培养模式的优化属于系统性工程，关乎竞赛模式、教练员培养、体教融合、经费保障、科学培养理念等众多领域，要协同推进。需充分参照国际先进经验，结合我国网球发展实际

需求与资源状况，完善人才培养机制，才能为我国网球运动长远发展给予坚实人才保障。

三、结论

本研究通过对西班牙、美国青少年网球培养体系的比较分析，揭示了这些网球强国在选拔机制、训练模式、竞赛体系和文化教育结合方面的成功经验，为优化我国青少年网球培养体系提供了重要启示。我国青少年网球培养体系在近年来取得了显著进步，展现出巨大的发展潜力，但也面临诸多挑战。我国也拥有显著优势，包括国家对竞技体育的重视、网球运动的快速普及以及年轻一代选手的崛起。同时网球商业化与职业化的进程又是双向螺旋式上升，两者互相促进。因此做好青少年网球培训工作不止能让球员为国争光，更能促进网球产业在国内的市场发展。

参考文献

[1] 喻晶, 陈建毅. 美国青少年网球运动员培养及启示 [J]. 沈阳体育学院学报, 2017, 36(4): 121-127.

[2] 董取胜, 李可可. 我国青少年网球人才培养研究 [J]. 河北体育学院学报, 2009, 23(1): 60-62.

[3] 刘青. 论我国网球运动员的培养模式及融入国际职业网球的途径 [J]. 成都体育学院学报, 2006, 32(5): 53-56.

[4] 朱悦滢, 徐祥峰. 我国青少年网球赛事体系现状与对策研究 [C]// 第十二届全国体育科学大会论文摘要汇编——专题报告 (体育管理分会). 2022.

[5] 宁辰. 中国体育产业发展现状和趋势探究 [J]. 运动 - 休闲: 大众体育, 2022(15): 0047-0049.

[6] 孙昊. 运动教育模式在高校网球课程实践教学中的应用研究 [J]. 科研成果与传播, 2024(7): 157-160.

[7] 王惠, 石志全, 王力晨. 中国传统文化对乒乓球和网球影响的研究综述 [J]. 当代体育科技, 2019, 9(31): 2.DOI: 10.16655/j.cnki.2095-2813.2019.31.216.

[1] 张枝梅. 影响中原城市群网球运动发展的文化学审视 [J]. 科教导刊: 电子版, 2020(4): 1.

[9] 张枝梅. 文化视域下对中原城市群网球运动发展对策研究 [J]. 科教导刊: 电子版, 2020(5): 1.

[10] 李健茹. 场景理论视角下中国网球公开赛体育展示研究 [C]// 第十一届全国体育科学大会论文摘要汇编. 2019.