

运动训练专业的发展与创新探索

目录

体育运动训练学的发展与创新探索	2
徐州安保中等专业学校运动训练专业案例.....	7

体育运动训练学的发展与创新探索

摘要：随着我国科学技术的快速发展，我国教育体系得到了进一步的完善和创新，起重运动训练学作为新兴的体育科学，得到了快速的发展，并且为运动训练提供了更为宝贵的经验，尤其是近些年，我国竞技体育训练凸显出其诸多优秀品质，不断的创造竞技体育的辉煌。本文主要讲述了体育运动训练学发展的现状，制约其发展的因素以及创新探索措施。

关键词：体育运动；训练学发展；创新

一、引言

随着科学经济的快速发展，人们的生活水平质量得到了进一步的提高，人们越来越重视自身身体素质，从而促进了我国运动训练学的发展。人们越来越喜爱和重视竞技体育，并且我国在竞技体育方面创造了更多的辉煌，进一步完善了运动训练学的空白，促进我国运动训练学的可持续性发展。

二、体育运动训练学发展现状

我国传统的运动训练当成培养运动员成绩和水平的主要手段，并且其主要就是由教练员和运动员组成。随着科学技术的快速发展，运动训练不断的发展，运动训练的参与人员远远超出传统的范畴，比如服务人员等。运动训练学主要就是在运动训练实践的基础上不断的归纳总结运动训练的规律。随着我国运动训练水平的日益提高，相关的

运动训练理论得到了快速的发展和不断的完善，从而进一步完善了体育运动训练理论体系。运动训练理论体系不仅需要积极的借鉴国外发达国家先进的运动训练经验和成果，也要结合我国实际情况，能够符合我国实际国情，并且将其可以进行划分，比如一般训练理论和专项训练理论等，为我国竞技体育的发展提供理论指导。

虽然我国运动训练理论研究时间比较短，但是其发展十分迅速，并且具有诸多专家对运动训练中带有规律性的问题进行积极的研究，从而形成了十分系统的理论。并且在此基础上进行了不断的拓展，比如宏观和微观等方面，其主要原因就是我国竞技体育的空前发展，运动训练理论与时俱进，必须要满足竞技体育快速发展的需求。必须要不断的完善运动训练方法才能够保障体育事业的可持续性发展，运动训练方法的完善必须要从实践中得到检验，才能够真正的促进运动训练学的发展。目前，我国运动训练学主要包括的内容就是训练目的、内容等，必须要对其内容进行不断的拓展，促使其能够不断的完善和创新。

三、教练员知识结构问题

运动训练的过程中，教练员起到了十分重要的作用，并且占据着主导地位，是整个训练工作的指导者。所以，教练员的综合素质和专业技术水平会直接影响到训练效果和质量，从而会直接决定运动员的训练水平，为了能够有效的提高训练效果和水平，必须要提高教练的整体素质。教练员知识结构所包括的范围比较广，比如训练理念和知识水平，其中训练理念十分的重要，其直接影响到训练方法和训练模

式的选择。由于我国运动训练学发展的时间比较短，所以，大部分训练的时候借鉴国外发达国家的模式，并且将西方理念直接成为我国理念，教练员在转换的过程中做的还不够，必须要进行深入的思考。另外，由于受到教练员知识水平的限制，导致单一的训练方法远远无法适合当今时代的发展。必须要综合应用各种方法，才能够真正的提高竞技体育的水平，但是，目前我国高水平的教练员比较匮乏，从而导致其整体的素质还远远没有符合标准。

四、运动员自身能力问题

在进行运动训练的时候，运动员本身的综合素质和能力十分的重要，其能够直接影响到体育运动训练的整体水平。对于运动员来讲，必须要具有创新能力，其主要就是包括了自我创新和接受创新。运动员在进行训练的时候往往需要同一个动作进行反复的练习，如果没有兴趣和热情，就会导致运动员产生抵触心理。如果能够保障运动员高涨的热情，从而才能够及时的发现训练问题并且加以解决，不仅能够有效的解决运动员的抵触心理，还能够提高训练效果。每个人本身就是一个独立的个体，所以其所能够接受的能力和创新能力存在着较大的差异性，在接受训练的时候不能仅仅依靠单纯的吸收，必须要将知识进行内化，得到训练的精华，才能够真正的提高自身的水平 and 能力。

五、体育运动训练学的发展与创新探索

（一）体育运动训练学产业性大大增强

随着新时代不断的进步和发展，体育运动训练必须要及时的顺应时代的潮流，目前我国各个院校积极的开展了与体育运动相关的活

动,从而提高了院校的知名度,还可以有效的充足学生们的校园生活,不仅能够提高学生们的健康情况,还能够提高学生们的积极性和热情,获得了广泛的认可。体育运动作为新兴的专业课程,能够有效的丰富校园活动和文化,进而带来良好的社会效益和文化效益,应该大力度的推广和应用。体育运动能够满足不同文化层次和年龄阶段的需求,进一步促进了我国运动产业的发展,不断的优化我国产业结构,促进我国第三产业的可持续性发展。

（二）运动员创新精神不断加强

通过科学、合理的体育训练活动能够加强运动员的创新精神,通过体育训练理论的快速发展,还能够有效的减少社会资源的浪费,从根本上提高体育服务的质量。在进行体育教学的时候,教练员必须要不断的提高自身综合素质和专业技术水平,采取多元的评价方式和激励措施,才能够真正的提高体育运动训练的自主性和积极性。体育运动训练学能够为运动员提供一套比较完善、成熟的训练方案,并且在科学的指导下能够有针对性的提高运动员的能力和水平,不断的提高其综合素质和能力。在进行自由训练的时候才能够充分的挖掘运动员的创新能力,丰富体育运动精神,保障运动员能够获得更为优异的成绩。

（三）体育运动训练学更加注重政府的作用

在进行体育运动训练学完善的过程中,政府所起到的作用也是十分重要的,其主要可以从以下几个方面得以体现。其一,必须要以政府主导体育训练体系为基础,其二,市场主体最大化的发挥能够充分

的为其提供更为优质的体育训练服务。其主要重视市场主体力量的均衡性，并且通过政府的引导和联系才能够真正的达到体育运动训练效益的最大化。比如政府和企业在进行体育场馆建设的时候，政府提供资金和政策支持，企业负责技术以及人力资源的投入，另外，社区还可以对体育项目的建设进行科学、合理的管理。这种模式可以在社会内得到广泛的应用，其主要特色就是市场主体共同参与体育训练公共服务的供给，从而能够保障运动训练的多元化，满足不同层次的需求。并且要与时俱进，不断的丰富体育训练发展的理念，促使其能够逐渐的人性化、时代化以及创新化。

（四）提高运动员自身能力

由于体育运动训练本身的特殊性，进而导致其周期性比较长，不仅要求运动员必须要具有坚强的毅力，还必须要具备一定的创新精神。创新才能够促进人们进步，当今时代的主流就是人才之间的竞争。运动员为了能够更好的融入到世界中，必须要提高其综合素质和专业能力水平，仅仅依靠单一的训练远远无法满足当代社会的需求，必须要提高其创新能力。在进行体育运动训练的时候必须要结合自身的实际情况，不断的探索出新的方法，才能够促进体育运动训练学的发展。

随着我国社会的快速发展，体育竞技得到了空前的发展，但是运动训练学还具有较长的时间，虽然取得了一些成绩，但是必须要不断的进行完善和创新，才能够保障运动训练学成为符合人们需求的社会性学科。

徐州安保中等专业学校

运动训练专业典型案例一

2017年1月28日到2月6日，我校6名学生参与“欢乐春节“精彩江苏”艺术团，在印度、斯里兰卡、马尔代夫3个国家进行了9场演出，用沛县八大拳种之一的“邓氏三晃膀大洪拳”编排系列武术展演节目，与国外武术爱好者互动交流，弘扬了传统中国武术文化，展现了中国武术勃勃生机，赢得了3国人民的广泛赞誉，也得到国家驻外使领馆、文化部和江苏省等各级领导的高度评价。



我校学生代表江苏代表团走进马尔代夫



我校学生代表江苏代表团走进斯里兰卡



我校学生代表江苏代表团走进斯里兰。

徐州安保中等专业学校

运动训练专业典型案例二

张宝瑞、吴天赐、汪记新等 3 位同学参加了江苏省第十九届运动会，共获得 1 金 1 银 1 铜，创历史最佳成绩





徐州安保中等专业学校

运动训练专业学生获奖情况



2017 年我校学生参加江西省国际武术比赛 荣获 20 枚金牌 集体项目一等奖



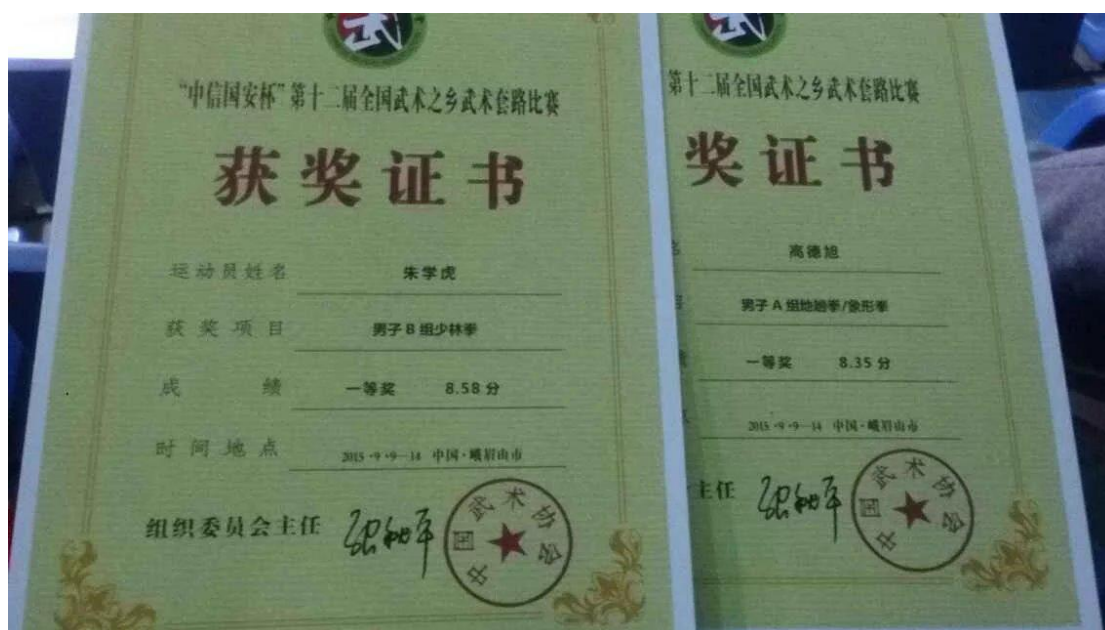
2018 年 5 月我校 9 名运动员参加第三届丝路汉风国际武术比赛，共获得 15 枚金牌 4 银牌 1 铜，集体项目一等奖



2018 年 3 月我校 14 名运动员参加江苏省淮海经济区武术比赛荣获 26 枚金牌 5 枚银牌 3 枚铜牌集体项目一等奖



2019 年 3 月我校 10 名运动员参加江苏省第五届淮海经济区比赛，荣获 18 枚金牌 5 块银牌 1 枚铜牌。



我校学生 朱学虎、高德旭 荣获 2018 年第十二届全国武术之乡比赛第一名



2019年5月我校12名运动员参加第四届 丝路汉风国际武术比赛荣获15金6银3铜，集体项目二等奖。



2019年7月，我校学生张心愿参加由国家体育总局举办的全国武术之乡武术套路比赛，获得查拳、双器械二等奖。（照片中间为张心愿学生）



近年学生荣誉