

# 体育硕士专业技能培养路径多元协同研究

朱立新<sup>1</sup> 朱佳睿<sup>2</sup> 张元锋<sup>1</sup> 杨波<sup>3</sup>

1. 哈尔滨师范大学体育科学学院 黑龙江哈尔滨 150026

2. 琼台师范学院体育学院 海南海口 571132

3. 黑龙江八一农垦大学 黑龙江大庆 163000

**摘要:** 为应对社会对复合型体育人才的迫切需求,本研究聚焦体育专业硕士研究生的教学能力、训练技能及竞赛组织能力三大核心维度,系统探讨其培养体系的优化路径。通过文献分析、实证调研与逻辑归纳法,发现当前培养体系存在资源碎片化、协同机制缺失与评价标准单一等瓶颈问题。基于此,提出“需求导向、多元协同、分层递进”的优化框架,通过重构实践平台、创新培养模式与完善动态评价机制,推动专业技能培养与社会需求的精准对接。**关键词:** 体育专业硕士; 技能培养体系; 协同创新; 分层递进; 动态评价

## 引言

2020年国务院学位委员会、教育部印发的《专业学位研究生教育发展方案(2020-2025)》明确提出<sup>[1]</sup>,至2025年专业硕士招生规模需提升至总规模的2/3,标志着我国专业学位教育进入内涵式发展阶段<sup>[2]</sup>。体育类硕士研究生的培养领域主要分为四个方向,即为体育教学、运动训练、竞赛组织管理和社会体育指导。专业学位研究生有着明确的培养目标,那就是专研领域内的专业基础理论知识,并能充分联系实践,解决实际工作或生活中的具体问题,在专业素养的支撑下能够承担本专业领域相关的技能传习、组织规划与业务管理等方面的工作<sup>[3]</sup>。

### 1 专业技能培养的核心维度与能力重构

#### 1.1 教学能力为体育教育普惠化的基石

教学能力是体育硕士职业发展的核心素养,已从传统的动作示范与技能传授,升级为涵盖课程设计、跨学科整合与数字化应用的复合素养。体育教学是专硕的一个研究方向,教学能力是其一项重要技能。同时大部分同学对于做教师的职业选择倾向性较强,因此我们认定这是一项基本功的存在<sup>[4]</sup>。另外从广义的教学而言,其内容十分广泛,过程也很复杂,既有身体运动的内容,同样存在心理、智能方面的引导,并在与身体活动相得益彰。

#### 1.2 训练技能为竞技与健康的双轨驱动

运动训练能力需突破传统竞技导向,向“竞技—健康”双维拓展。运动训练同样是专硕的另一个研究方向,在这个领域中的训练能力不仅仅局限于竞技范畴,健身指导自然在

列。因此这种能力的提升不仅在于实践操作的实现,其原理性的知识,即陈述性知识必然要融会贯通,这种综合性能力的提升除了反映实践能力,也为理论应用提供了直接的检验途径。

#### 1.3 竞赛组织能力为体育产业的实践枢纽

竞赛组织能力涵盖“策划—执行—评估”全链条。其结合体育比赛为活动目标,在体育的各种存在形式中,比赛是最为常见的实践活动<sup>[5]</sup>。体育比赛的过程是一个综合性的活动,需要调动各方面的资源,因此维系其正常进行自然是一个系统工程,各级别、不同项目、不同办赛宗旨都需要区别对待、因时而动、因地制宜,在研究生学习过程中,无论从时间、精力包括资源都是一个最理想的时机,结合所学知识联系实践,全面参与到这项活动中来,完善专业素质的进一步提高。

## 2 现行培养体系的瓶颈分析与协同优化路径

### 2.1 教学能力培养:从“分散实践”到“协同育人”

教学能力是一项基本的广义的传授各类知识的技能,因此无论什么方向的学生都必须熟练掌握,这也是各培养部门着力关注的原因。目前各学校所采取的措施也有所区别,有的统一安排,有的自主实习,有研究生行政主管部门管理,也有的下放到培养院系。有去学校的,有去健身俱乐部的,有去体校的。也有单位在规定时数之外安排观摩与见习的。无论采取哪种模式,学校各部门应该各尽职责,充分发挥本部分的优势,集体协同,在坚持已有成功模式的基础上有效地探索新的模式,以适应学生们不断发展的需要。

## 2.2 训练能力提升：科学化与个性化的融合

训练技能与教学技能类似，不仅是运动训练方向的专业素养，更是行业领域中典型的实践应用能力。通常借助于某些特定的运动项目，除了指导他人提高运动技能外，学生们自身的训练参与也很重要，一次经验的积累更为必要。目前培养单位多数将训练技能的培养与教学实践相结合，去学校的比较多，也有去训练队、科研所、竞赛主管部门。现有的模式各有侧重，都能满足特定人群的需要，研究生的学习过程中方法论的研习其实比方法的掌握更有意义，因此最可取的途径是尽量扩充培养的，是学生们广泛掌握。

### 2.3 竞赛组织能力培养：从“单一参与”到“生态共建”

体育运动中，竞赛是最为活跃的构成要素，所以将来无论从事何种职业，作为专业领域研究生都无可避免地接触或直接参与竞赛活动。应打造“三级赛事实践平台”，一是基础层：校级运动会（如田径锦标赛）、社团联赛；二是提升层：承接社区体育节、企业职工赛；三是精英层：协办省级以上赛事（如全国U系列青少年比赛）。由于比赛的性质、规模、项目各具特色，因此培养单位正对于此类技能的培养要广泛利用各种资源与平台给予学生足够、全面的提升机会。

## 3 人才培养体系的建构与实践协同突破

### 3.1 教学能力发展的培养体系构建与实践路径

教师专业能力的形成本质上是通过“临床经验传递-竞赛情境淬炼-系统观察

反思”的立体化培养过程。

#### 3.1.1 深度参与行业导师教学课堂

基于导师指导的教学技能提升路径具有显著的实践效能与可操作性。这是提高教学技能的最重要的也是最为方便操作的一个途径与环节，指导教师一般来自于教学第一线，因此他们具备丰富的教学资源。备课过程中可以针对一些问题进行请教与探讨，课堂上认真观察导师对教学程序的安排、突发事件的处理，项目教学中动作环节的分解与整合等。可以协助导师指导分组教学，在得到及时信息反馈时向导师请教、印证。

#### 3.1.2 竞赛驱动型教学能力培养机制构建

构建多维度的教学技能竞赛体系是提升师范生专业素养的有效路径。鼓励学生们参与学校或校际间的教学技能比赛与交流，呼吁培养单位形成说课、赛课的一贯制度。在课程准备过程中学生们势必进行精心准备，反复演练，在比赛

过程中发现不足，汲取他人的优点，聘请学长及相关教师点评。所以强烈建议培养单位建立“训-赛-评”三位一体的常态化培养机制，并要求每位学生必须参加一次，形成“以赛促学、以赛精技”的良性发展机制。

#### 3.1.3 分层进阶式教学观摩体系构建与实施策略

基于教育认知发展阶段理论，构建“双周期-多层次”的观摩学习体系能显著提升实践效能。在实习准备期实施诊断性观摩，通过集体观课建立课堂教学基础认知框架；在实习中期开展对比性观摩，组织跨学科、跨学段的课例比较分析，重点解构教学策略的差异化应用。另外联系相关教研部门结合说课、赛课等活动学习效果会更好，尤其实习后期推进观摩，教研员、评委的总结更是来自于教学第一线最直接经验，依托教师发展共同体实施“主题观课-临床诊断-重构演练”的螺旋提升模式。

## 3.2 训练实践能力的生成机制与协同发展路径

### 3.2.1 竞技能力转化与教学经验生成机制

基于成人学习理论中的经验转化模型，研究生阶段的竞技能力发展呈现显著的“双螺旋”效应：一方面，其生理机能峰值期（22-28岁）与专项技能自动化阶段形成叠加优势，使竞赛成绩保持期延长，各个级别的比赛中研究生运动员斩获佳绩者屡见不鲜。在这个时期学生本人也积累了一些相应的经验，在技战术运用，心理上愈发成熟，较顺利地应对比赛中的各种情况。更能够将多年的经验应用到实践中，并得到充分检验。另一方面，通过“实践-反思-重构”的认知循环，实现从运动员到教练员的角色预适应。并形成竞技经验向教学能力转化的闭环系统。

### 3.2.2 优化导师制训练模式的学习循环经验

带学生的导师大多数（至少同类专业中）有担任项目指导教师或者正在指导训练队的经历，这正是学习的有利条件。在随队的过程中，一方面可以全面观察导师的训练安排，比如阶段的划分，方法与手段的应用，以及高原现象的调整，负荷安排的特点。同时也可在教练的指导下，尝试性地编写训练计划，并与导师所做的计划比较，找出其中的差异环节，进行求证与商榷，在实践的过程中检验理论，丰富理论体系。

### 3.2.3 跨领域经验整合与协同创新路径构建

专业训练者的经验积累具有显著的专项特征与个体差异性。通过校际训练观摩计划参与不同专项的实践教学，系统考察各级体育组织的训练范式；纵向深入层面，建立“资

深教练 - 青年教师"对话平台,重点解析传统训练智慧的现代转化路径;学术融合维度,定期参与教练员专题研讨会及运动训练学术论坛,在跨学科对话中重构训练认知体系。这种三维度的经验整合策略,既能实现传统训练方法的批判性继承,又能促进前沿训练理论的在地化应用,最终形成开放、动态的专业发展生态。

### 3.3 竞赛组织能力的构建与裁判实践操作的过程

#### 3.3.1 竞赛规则解构与裁判实践智慧融合

竞赛规则体系作为赛事组织的法理基础,其精准解读与创造性应用构成裁判专业能力培养的核心维度。尤其在群体活动中,更是要以此为基础进行改制与加工,一方面有利于普及项目文化,另一方面有利于项目推广。规则是统一的,而裁判方法是千差万别的,其判罚要符合规则的精神,适应于本场比赛的实际状况,但是公平、公正、公开是必须遵守的,在不断实践中也会体会到团结协作、严肃认真的职业素养。这种"制度文本 - 实践策略 - 价值认同"的三维能力建构模式,既能保障竞赛公平性,又可促进运动项目文化传播,最终实现赛事组织专业性与社会效益的有机统一。

#### 3.3.2 赛事管理能力建构与专业实践共同体融入

赛事组织作为复杂的系统工程,其参与过程构成专业能力培养的生态化场域。赛前规划需要考察比赛的场地、器材,需要详细调研参赛队伍情况,工作人员构成,天气情况(室外比赛),各部门协同方案,开闭幕式程序、礼仪活动等。同时要制定技术规程、编排秩序册、工作流程、赛前竞赛须知等。赛中判罚程序、尺度,如何控制场面,成绩公告与公示。赛后聚焦争议解决机制建构与团积分算法优化,形成闭环式经验积累体系。建议构建"院校基础赛事 - 区域联赛 - 专业锦标赛"三级实践平台,通过导师项目参与、校地赛事共建等多元路径,将课堂教学延伸至真实场景,最终实现从程序性操作到策略性管理的专业能力跃迁。

### 4 小结

本研究构建了"教学 - 训练 - 竞赛"三维协同的体育专业硕士人才专业技能培养体系,回应了体育强国战略对复合

型人才的核心需求。研究发现,体育专业硕士培养的核心矛盾在于传统模式的碎片化供给与现代社会的系统性需求之间的结构性失衡。基于此提出并验证了三大协同创新机制:其一,教学能力的立体化生成机制;其二,训练智慧的动态转化机制;其三,竞赛组织的生态化发展机制。在理论层面,通过引入教育认知发展、经验学习循环等理论工具,构建了跨学科融合的研究范式;在实践层面,提出的"院校 - 区域 - 行业"三级协同平台,推动体育专业人才培养向精准化、智能化方向纵深发展。

#### 参考文献:

- [1] 白贝途,李强,史儒林.按照建设体育强国要求提升体育硕士培养质量的思考[J].当代教师教育,2020,13(04).
- [2] 黄宝印.我国专业学位研究生教育发展的新时代[J].学位与研究生教育,2010(10):1-7.
- [3] 教育部关于全日制硕士专业学位研究生培养若干意见(教研[2009]1号)[Z].2009-03-19
- [4] 胡斌.我国体育硕士专业学位研究生教育与培养若干问题的思考[J].北京体育大学学报,2017(40):65-69.
- [5] 蒋宏宇,李国成.体育硕士专业学位研究生"五位一体"培养模式构建研究[J].体育科技文献通报,2023(31)7:147-149.

#### 作者简介:

朱立新(1969-),男,汉族,黑龙江哈尔滨人,哈尔滨师范大学体育科学学院,教授,博士研究生,研究方向为体育教学训练理论与实践。

#### 基金项目:

黑龙江省高等教育教学改革项目:体育专业硕士学位研究生"竞、训、教"能力提升方法与实践研究(SJGY20210472)

黑龙江省教育科学规划重点项目:黑龙江省普通高校少数民族传统体育"非遗"品牌课程构建与实施路径研究,编号:GJB1422197。