

# 我国高校篮球人才培养模式研究

徐策

泰国格乐大学 曼谷市邦肯区 10220

**【摘要】**篮球已成为我国第一大运动，据不完全统计，我国约有2亿多篮球爱好者，可谓世界之最，但是我国篮球水平的发展并没有因为如此庞大的群众基础而飞速发展，近年来，反而有下滑的势头。研究表明，一个国家篮球水平的高低取决于后备人才的储备和培养，高校作为篮球后备人才培养的主要阵地，对我国篮球的发展起到至关重要的作用，但由于缺乏科学系统的培养模式，高校篮球人才的输出寥寥无几。本文就高校篮球后备人才的培养进行研究，希望能够给中国篮球提供更好的发展思路。

**【关键词】**高校篮球；人才培养

Research on college basketball talent training mode in China

Xu Ce

Gle University, Bangkok, Thailand 10220

**【Abstract】** Basketball has become the most popular sport in China. According to incomplete statistics, there are over 200 million basketball enthusiasts in China, which is the largest number in the world. However, the development of China's basketball level has not soared due to such a vast mass base. In recent years, there has been a downward trend instead. Research shows that the level of a country's basketball depends on the reserve and cultivation of reserve talents. As the main front for cultivating basketball reserve talents, colleges and universities play a crucial role in the development of China's basketball. However, due to the lack of a scientific and systematic training model, the output of basketball talents from colleges and universities is scarce. This paper conducts research on the cultivation of basketball reserve talents in colleges and universities, hoping to provide better development ideas for Chinese basketball.

**【Key words】** college basketball; talent cultivation

## 1. 高校篮球后备人才培养的意义

篮球后备人才是衡量一个国家篮球水平高低的主要依

据，篮球虽然是一项团队运动，但拥有一至两个世界顶尖水平的运动员是可以迅速地将一个国家的篮球竞技水平带到较高的程度，但如果没有足够的后备人才储备，这个国家的

篮球水平会在很短的时间内迅速下滑。目前我国的篮球水平正处在新老交替阶段,以往我国虽然在世界范围内算不上强队,但在亚洲可称霸主,无论是亚运会还是亚锦赛都能够夺得冠军。但随着姚明时代的众多球员相继退役,我国篮球不断遭受亚洲球队的冲击。对比篮球强国美国、西班牙、阿根廷等国家不难发现,我国篮球水平的快速下滑和后备力量的储备不足有着密切的联系。因此,高校篮球后备人才的培养关系到国家篮球未来的发展,是选拔和培养高水平竞技人才的核心,是推广全民篮球运动的有力手段。

## 2. 高校篮球后备人才培养的现状

### (一) 教练员的执教水平有待提高

高校篮球教练员的水平决定了整支篮球队的水平,就目前我国许多大学篮球教练员的情况来看,多是毕业于普通体育院校的毕业生,虽不能否定其本身具有较高的知识水平和专业知识,但缺乏大赛的经验和对技战术的理解和运用,因此在实际训练中只能传授给学生理论知识。受限于自身实战经验匮乏,教练员临场应变能力差,技战术的理解与运用欠缺,更不要提对技战术进行创新升华。还有一部分是退役运动员转型进入高校从事教练工作,虽然他们具有一定的运动经历和实战经验,但缺少理论知识的储备,在训练方法和理念上很难与时俱进,况且真正优秀的教练员都会因为薪水问题执教各级职业联赛,在这一点上我们可以参考美国的篮球培养体系,除了众所周知的 NBA 联赛中会涌现一批高水平的教练员,其执教学联赛的教练水平一点也不弱于职业联赛。甚至有些顶尖的教练员认为带领大学篮球队取得成绩要比取得职业联赛的胜利更有成就感。美国国家梦之队的

主教练“老K”教练就是一直从事大学篮球教学,由大学体育教师担任国家篮球主教练征战各大国际赛事在我国是想都不敢想的。正是美国大学篮球具备高水平的教练员队伍,才能保证其高校篮球后备人才的大量输出。

### (二) 缺少身体素质训练

篮球运动是一项同场竞技类型的运动,身体素质对篮球技战术水平的发挥有着至关重要的影响,这也是我们日常在谈到我国篮球水平和欧美强国之间的差距时经常先说到的是身体素质,其次才会谈到技战术的原因,由此可见身体素质对篮球竞技的重要性。在实际的篮球比赛中,强烈的身体对抗是必不可少的,没有一定的身体素质作为保障,当遇到激烈的身体对抗或者体力严重不支时,技术动作就容易变形,导致无法执行既定的技战术。高校篮球训练中,由于训练时间少且不成系统,教练员很难在保证技战术训练的同时满足运动员基本身体素质的锻炼,在二者权衡之下都会选择技战术训练,希望通过技战术水平的提高弥补身体上的劣势。在我国,目前高校还很难配备专业的体能训练师,导致即便教练员意识到身体素质的重要性,也无法准确把握训练的方法、时机和强度,导致训练强度不足或疲劳不能及时发现和恢复,使运动员的身体素质不能得到很好的发展。

### (三) 后备人才数量匮乏

虽然我国是一个拥有 14 亿人口的超级大国,但篮球运动的后备人才数量与美国和欧洲一些篮球强国相比还有非常大的差距,而且近年来篮球后备人才的数量还在逐年降低。据不完全统计,我国各级职业联赛共有 50 多只参赛队伍,但青年队只有 30 支左右,青年篮球运动员数量已经到了十分紧缺的程度。从学校篮球后备人才培养方面来看,中小学与高校篮球人才培养出现了严重的断层,受应试教育影

响,除传统的篮球强校,如清华附中、北师大附中等具备完善的篮球培养体系外,几乎所有中小学以文化课教学为主,没有稳定的篮球队伍。由于中小学篮球人才培养的忽视,中学向大学输送的篮球人才有限,导致我国大学联赛水平迟迟无法提高,各级职业联赛对大学篮球运动员的认可度极低。

### 3 我国高校篮球后备人才培养模式的探究

#### (一) 提高教练员的执教能力

如上文所提到的,高校篮球教练员的能力决定了整个高校篮球队水平的高低及运动员未来的发展。随着高校篮球联赛(CUBA)和大超联赛的不断发展,比赛水平越来越高,训练的理念、训练方法及技战术的运用也不断的推陈出新,教练员必须不断的接受新知识,不断的充实自己,不断的探究、创新并将所学所感运用到实际的教学和竞赛中。高校要引导教练员多进行学术研讨活动,组织高校之间的篮球交流,促进篮球思想和理念的碰撞,鼓励教练员参加相应的培训,提高篮球教练的执教水平和临场应变能力,推动高校篮球水平的整体发展。

#### (二) 完善篮球运动员技术与体能训练,增强运动员的整体素质

高校篮球后备人才培养的目的是培养全面综合型人才,而不是就某一技术动作进行精雕细琢,因此不仅要进行技战

术方面的训练,还要强化运动员的身体素质,篮球后备人才的身体素质决定了其未来在职业篮球发展的是否顺畅。运动员只有具备良好的身体素质,才能在比赛中发挥出良好的技战术自休训结西和技术训结相结合二者相辅相成,不能相互脱离。纵观世用顶尘球星的日常训练都是在给予身体一定阻力的基础上进行基础技术的损伤

#### (三) 建立科学的培养体系,完善高校与职业联赛的衔接

目前我国篮球的发展还维持着校园联赛、业余联赛和职业联赛3种竞技模式,但这3种竞技模式的互补和衔接并不好,导致高校篮球人才的培养缺乏目的性。高校是科学型运动员培养的重要基地,高校在培养运动员时不仅只注重运动员的专业技能,还强调理论知识的传授和个性品格的培养,能够培养出品格高尚、技术突出的高水平运动员。因此,应大力发展高校培养运动人才的优势,采取多层次、多途径的培养方式。但针对目前高校篮球人才培养与社会衔接不足的状况,为保证篮球后备人才培养的连贯性,增强人才培养的目的性,高校要与社会组织相结合,共同完成更高级别的培养任务。同时还可以在高校后备人才培养中引入“职业俱乐部”“体教结合”“社会化”等培养模式,实现我国篮球后备人才培养手段的多元化

#### 参考文献

- [1]王成,王纪鹏.美国高校篮球后备人才培养机制的内容、特征及启示[J].西安体育学院学报,2012,29(3):320-323.
- [2]汪正毅,等大超模式一谈我国篮球人才培养模式以及发展模式的构建[J].吉林体育学院学报,2006,(1):3-4.
- [3]宫士君,马进荣.我国优秀篮球运动员成长规律理论研究[J].辽宁体育科技,2009,31(1):18-19.