

中國大陸田徑教練崗位培訓之研究

許惠明
通識中心

摘要

中國大陸自 1987 年開始研究教練崗位培訓制度，1989 年由田徑項目首先試點並推行至全國，如今不到二十年時間，以見到豐碩的成果，在競技運動成果上亞運會已連續六屆稱霸亞洲第一，在近兩屆奧運會成績也取得歷史的突破，名符其實的進入世界「三強之林」，促進其成績騰飛的因素相當多，而教練崗位培訓的發展為其重要因素之一，所謂「他山之石，可以攻錯」，「鑒古今，之未來」其教練崗位培訓之優點很多值得我國參考。

本研究是以文獻探討、內容分析進行，對中國大陸田徑教練崗位培訓的沿革、法規、培訓的內容與形式及其特色，採用內容分析法加以分析得到以下幾點結論：

- 一、中國大陸經由籌備、試點辦班、總結三個階段制定了「田徑教練員崗位培訓制度」，使崗位培訓工作有章可循，強調培訓工作一定要有科學性、權威性、穩定性和可靠性，強調實效，促進教練實際業務能力的迅速提高。
- 二、中國大陸教練員崗位培訓制度法規以更趨完善，以出現具前瞻性、實務性的法規，除注重教練的專業素質能力與教育水準外，也積極鼓勵教練編寫各種專業進修教材，與增加國際運動競賽規則教育。
- 三、教練員崗位培訓制度的基本架構是由管理體系、教學與教務體系及保障體系三方面所組成。其中管理體系是關鍵，教學與教務體系是核心，保障體系是保證。三各體系相互聯繫，缺一不可。
- 四、依據田徑教練崗位培訓的特點，其教學原則是擺脫學歷教育學科體系束縛與一般短期影響，貫徹系統性與針對性相結合，突出針對性；理論與實際相結合，突出實際；基礎與應用相結合，突出應用，按需施教的原則。
- 五、中國大陸採行多渠道、多形式的培訓方式，並賦予培訓領導或執行機構權責與實際功能，是一大創舉。
- 六、中國大陸教練各崗級培訓工作「合格證」是教練申報任職、晉升的必備條件之一。

關鍵詞：中國大陸、教練、培訓崗位

壹、研究背景

教練的素質直接關係到對運動員人才的培養，也關係到競技運動技術水準的提高和競技運動整體發展，尤其是隨著現代科技的發展，使得運動技術水準和運動訓練方式也進入了新的階段。科學訓練對教練思想、業務水準及管理能力的相對的也有了更高的要求（洪建智，2001）。因此，如何對教練員進行培訓，以提高專業能力，是世界各國普遍關注的問題，故建立健全教練培訓制度是許多國家已經或正在採取的重要措施。從各種競

技運動的過程中顯示，教練佔有極為重要的地位；例如 NBA 職籃比賽及 NFL 美式足球中教練在競賽場中的權威與運籌帷幄的能力，在在顯示出教練的重要性。由於現代競技運動比賽高度專業化競爭的結果，以及運動競賽規則不斷地更新之下，進一步表明了教練專業素質的重要性，也加深教練必須不斷專業教育訓練以取得更多、更專精的知識、技能與專業技術，方能符合競技運動高強度競爭需求，此也顯示出教練接受再教育的迫切重要性。

中國大陸成立了戰略研究會之後，發展出系列的長遠的體育發展戰略計畫，曾預估中國大陸將於二十世紀末建設成為體育大國，進入世界體育強國之林，因此在各種長期體育發展規劃之中，教練員培訓制度的重要性常被提及，尤其是出現在各種重要會議或文件、法規中強調其重要性。由此可見，教練員佔中國大陸訓練體系有至為重要的地位，故應如何完整地規劃教練員崗位培訓制度，是中國大陸跨世紀的重要項目之一，也是「八五計畫」及「九五計畫」的重要工作之一（袁偉民，1995）。2001 年 7 月 13 日中國大陸取得 2008 年奧運會的主辦權，這除了對中國大陸帶來商機外，也打開中國大陸面向世界的窗口；尤其中國大陸一直強調以競技運動表現作為國力展現，及消除「東亞病夫」恥辱的方針之下，如何有效帶動競技運動實力的提升，教練員本身的專業素質與能力培養，就成為重要的影響因素。因此，中國大陸在 1995 年發布的《奧運爭光計畫綱要》中即明確強調教練員崗位培訓工作，是促使競技運動實力提升的重要措施（伍紹祖，1995）。由此可見，建立一套完善的教練員培訓制度其影響是鉅大的，所以，如能對各國的教練員培訓制度及相關問題進一步加以探討，對我國競技運動發展會有正面的影響。

貳、研究目的

根據前述的研究動機，本研究擬藉探討中國田徑教練員崗位培訓制度為主軸，期望達到探討中國大陸田徑教練員崗位培訓法規政策、培訓形式架構與內容、崗位培訓職務等級與崗位職責、教練員崗位培訓之效益等目的。

參、研究方法

本研究採用文件分析（documentary analysis）的研究方法，解讀、分析、歸納中國大陸官方政策、法令與培訓形式架構與內容及學者對“中國大陸田徑教練崗位培訓之研究”解釋、闡釋與研究。

肆、分析與討論

一、教練崗位培訓制度之背景

許多研究和事實都證明，競技運動教練（以下簡稱運動教練或教練）在運動訓練中起著主導作用，是影響運動技術水準的重要因素。教練的質與量，對一個國家整體體育水準有著密切關係。尤其是隨著現代科技的發展，運動技術水平、運動訓練水平也進入了新的階段。科學訓練對體育教練的思想、業務水平及管理能力提出了更高的要求。因

此，如何對教練進行培訓與提高，是世界各國普遍關注的問題，建立健全教練崗位培訓制度是許多國家已經或在採取得重要措施。如德國、日本、前蘇聯等國家，從 60 年代開始就進行了體育教練培訓制度的探索。加拿大在 1972 年實行了教練資格認定制度；德國從 1973 年開始試行教練的培訓制度；英國、澳大利亞、日本等國家也都建立了體育教練培訓提高制度。

國外資料顯示，世界各國對體育教練進行崗位培訓的規模不斷擴大；培訓制度日趨完善，並向著職業化、規範化和國際化的方向發展；許多國家把體育教練的培訓提高與資格證書制度結合在一起，重視培訓立法的國家越來越多。

中國大陸歷來十分重視教練培訓工作，曾採用多種形式提高他們的水準，歸納起來，可分為三種：第一種是通過學歷教育來培訓，由各體育院校設置的運動訓練專業本、專科（脫產或函授）及各省職工體育運動技術學院運動專科承擔；第二種是舉辦各類短訓班，一般由體委訓練競賽部門在一些重大比賽後，為傳遞信息或就某個學科、某個專題而組織的培訓班；第三種是利用專業性報刊、雜誌、資料等為教練提供信息服務來進行。通過這三種形式的培訓，提高了教練科學文化素質。特別是經過學歷教育培訓，使中國大陸教練隊伍的知識結構發生了較大變化。全國 25000 多名專職教練中已有 58.5% 具有大專以上學歷，有些地方優秀運動隊 70% 以上的教練獲得了大專以上文憑。為進行科學訓練創造了一定的條件。

但是，通過調查，我們也發現，中國大陸體育教練中學歷與能力、文憑與水平不符現象較為嚴重。另據統計：高級職稱的教練中佔教練總數的 7.9%；中級職稱的教練佔 43.2%，這樣的比例與中國大陸奧運「爭光戰略」的需要極不協調。此外，據 1987 年的調查，中國大陸教練人數中的 50% 以上年齡在 36 歲以下，其中 1/3 的人指導運動訓練的教齡在 5 年以下，而成功的經驗告訴我們，培養出世界水平運動員的教練一般都具有 9 年以上的教齡。所以，需要盡快縮短年輕教練成長的年限，在短期內有效地提高他們指導運動訓練的能力。再從教練對伍的組成來看；43.9% 來自各地優秀運動對的退役運動員；30.5% 來自各體育院校的畢業生；還有 25.6% 來自其他方面（如轉業軍人、體育運動愛好者）。優秀運動員當教練，具有豐富的訓練實踐經驗，但缺乏全面而紮實的理論知識基礎，也缺少指導運動訓練的經驗。體育院校畢業生雖具有一定的體育基礎理論水平，但缺乏運動訓練實踐經驗和指導運動訓練能力。其他方面轉業來的，訓練實踐、體育理論知識及指導運動訓練的能力都缺乏。從這個現狀來看，當前中國大陸教練的水平不能適應形勢發展的需要，教練青黃不接的危機甚為嚴重，從某種意義上說，現有教練的素質已經在制約著中國大陸運動技術水平的提高。僅靠以往的三種培訓形式已不能適應形勢的需要，故自 1989 年起，中國大陸並建立一套保證中國大陸教練素質有計畫有步驟的提高，規範化的培訓制度，提高教練的素質，以適應「體育強國」的需要。

二、中國大陸教練崗位培訓政策法規沿革

中國大陸在 1987 年，首先選擇佔教練人數五分之一，又是各項運動項目基礎的田徑

為試辦對象。經過一年半的工作，寫出了『田徑教練員職務標準級培訓研究報告』，為上級領導決策提供了客觀依據。在田徑試辦的基礎上，(原)國家體委於 1989 年初就下發了『國家關於試行教練員崗位培訓制度有關問題的通知』給各運動項目參考，繼續展開工作，在這三年中中國大陸不斷的對教練員崗位培訓政策的修正及公佈實施(如表一)，使得中國大陸的教練員崗位培訓更落實、保障及更有前瞻性，而 1994 年中國大陸體育教練職務等級標準的公佈實施，更確定了中國大陸的教練員崗位培訓的穩定發展。

表一 中國大陸教練員崗位培訓法規(1978 以後)

發布日期	法規名稱	內容簡述
1978.12.18	關於體育事業單位優秀運動員、教練員和其他人員因公負傷致殘、評定殘廢等級的通知。	明定運動員、教練員及其他人員因公負傷後的撫恤條款，以確實做好因參賽獲訓練受傷無法從事員業務時的規範。
1979.12.20	關於增加運動員、教練員升級人數的通知。	主要是針對優秀運動隊教練員外的其他運動團隊教練員的補貼，如符合條件者，均可實施技術補貼。補貼條件如表五所示。
1979.12	評定教練員技術補貼條例的補充通知	主要是提高運動員及教練員的薪資，及規範所佔總人數的比率
1981.04.04	關於頒布運動員、教練員守則的通知	主要在規範運動員、教練員做好學習，為國家爭光，教練員部分則已認真學習體育科學技術與鑽研創新技術為重點。
1981.10.17	國務院關於 1981 年調整部分職工工資的通知	此通知含專職教練員部分，將教練員原 15 個等級改為 11 個等級，進行薪資差別調整，採去先補、後靠、再升級的辦法調整薪資結構。
1981.10.19	體育教練員技術職稱暫行規定的通知(全文如附錄一)	確定教練員的等級制度文件，及如何晉升職務的規定，對不同等級的教練員有同的專業及語言程度水準要求。
1981.11.27	關於調整優秀運動員、專職教練員及部分體育事業人員工資的實施辦法等文件及分配給各省、市、自治區的增加工資指標的通知	同前 1981.10.17 所發布的文件，但根據服務年資的不同及表現的優劣進行薪資付給，具體的工資標準如表六所示。
1981.12.03	關於體育教練員技術職稱暫行規定實施意見和若干問題的說明	對體育教練員的職務等級的區分，與其他相關執業的專業人員如何相應的說明，如果晉升者必須檢附《專業幹部業務技術職稱呈報表》，及提交教學訓練工作報告或學術論文著作，並在一定的範圍內進行報告。人民解放軍則自行制定。其中有關體育教練員技術職稱與其他業務技術職稱的對應關係如表七。
1981.12.13	關於表彰和獎勵優秀運動員、教練員的通知	主要是在鼓勵運動員及教練員努力從事各自的工作，對在國際運動競賽表現優異的運動員、教練員實質上的獎勵。當時教練的獎金為 500 元、200 元、100 元、60 元等四級是依據獲得成績略有差別待遇。具體的獎勵金額後來於 1987 年修改獎金標準，而主要是針對運動員。
1982.02.16	關於體育教練員技術職稱複核套改工作的意見	是根據 1981.10.19 所發布的《體育教練員技術職稱暫行規定》之相關條文制定，是對此確認的重要步驟。
1982.11.29	專職教練員獎勵試行辦法實施細則	將教練員的獎勵分為特等獎、一等、二等、三等、四等等獎項獎勵。並根據關於報請批准優秀運動員教練員獎勵試行辦法之規定辦理。
1983.05.16	體育系統專職教練員文化理論進修暫行辦法	主要是在提高教練員的文化水準素質，以改善教練員隊伍的結構狀況，要求今後教練員必須具備大專以上的學歷。
1985.05.03	國家體委教練員專修科教學工作座談會紀要的通知	是針對培訓的課程目標、指導思想、課程設置、學習時數安排以及考試科目、學習等問題做全盤性的討論及規劃。關於課程設置如表八。

1985.05.13	關於鼓勵教練員和優秀運動員學習科學文化知識的幾項規定的通知	強制規定至 1990 年後 45 歲以下的教練員必須全部達到大專以上的文化水準。 今後退役的運動員如果沒有取得大專以上的學歷的話不能轉任優秀運動隊伍的教練員。 如有特殊情形須經上級體委主任批准通過，須在五年內取得學歷。
1985.07.17	關於優秀運動員、教練員自費出國留學的審批原則的通知	鼓勵運動員、教練員出國進修，學習更高深的先進技術與學問。 但規定具有負擔比賽、訓練和攀登世界體育高峰的優秀運動員及教練員不得申請自費出國留學。 優秀運動員須在退役後一至二年後，方可申請自費公派出國留學，但須經所在單位同意報國家體委批准。
1985.09.27	運動員、教練員工資制度改革方案	教練員部分實行已職務工資章主要內容的結構工資制。分為基礎工資、職務工資、工齡津貼和獎勵工資四部份。為鼓勵各類體校，除按前述發給外，另外加發教齡津貼。
1986.04.02	教練員專業技術職務試行條例及實施意見的通知	對教練員的專業技術職務的名稱給予確定。同時對崗位負責、任職條件、聘任、或任命等有明確的規定。同時成立評審委員會負責評議、審定專業技術人員任職條件的組織。
1986.04.15	關於體育體制改革的決定(草案)的通知	搞活教練員隊伍，在實行推薦、考核與批准相結合的副用辦法的同時，繼續實行招聘制、協議制。並在試點的基礎上有計畫、有步驟地實行專業技術任務聘任制度。對教練員定期考核。
1986.04.15	關於加速培養高水平運動後備人才的指示	強調提高教練員水平是培養後備人才的關鍵。
1987.04.01	授予優秀運動員、教練員體育運動獎章的暫行辦法	為表彰優良運動員、教練員在國際重大比賽取得優異成績，所制定的辦法。 體育獎章分為：體育運動榮譽獎章、體育運動一級獎章、二級獎章、三級獎章等四級。
1988.02.29	教練員管理工作暫行辦法	確立各級教練員的分及管理制度，如：國家體委管理國家隊教練員和直屬體育學院競技體育學校的教練員；各省、自治區、直轄市體委管理所屬優秀運動隊的教練員，餘依此類推。此辦法還從選拔任用、培訓、考核、獎懲、合理流動、離隊安排至加強領導等都有詳細的條文規範。全文共計九章三十四條。
1989.01.18	關於試行教練員崗位培訓制度有關問題的通知	通知事項的重點是：培訓對象、培訓與考核、培訓內容、教學計畫、大綱及教材、培訓形式、組織實施與步驟、證書的頒發、培訓的組織領導經費等相關問題。
1994.11.04	體育教練職務等級標準	將教練員職務名稱分為三級教練、二級教練、一級教練、高級教練、國家級教練。三級、二級教練為初級職務，一級教練為中級職務，高級、國家級教練為高級職務。內容包括崗位職責、任職條件、審定權限、職務聘任和晉升都有詳細的說明與規定。

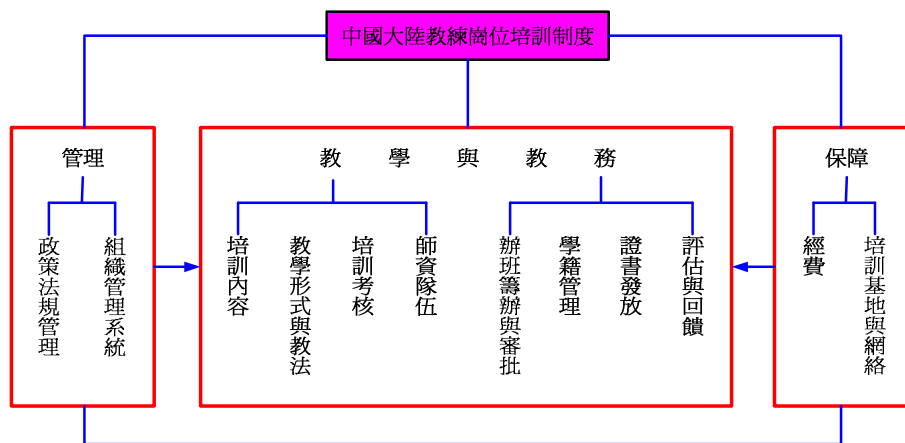
資料來源：國家體委政策研究室主編(1982)：體育運動文件選編 1949-1981。人民體育出版社。
 國家體委政策研究室主編(1989)：體育運動文件選編 1982-1986。人民體育出版社。
 國家體委編(1991)：中國體育年鑑 1988。人民體育出版社。頁 104。
 國家體委編(1992)：中國體育年鑑 1990。人民體育出版社。頁 90。
 國家體委編(1993a)：中國體育年鑑 1949-1999 精華本(上冊)。人民體育出版社。頁 260
 國家體委編(1993b)：中國體育年鑑 1949-1999 精華本(上冊)。人民體育出版社。頁 107、182、184、213、226-227。

三、教練崗位培訓的定義與制度

教練員崗位培訓是按不同的體育運動項目和教練員高、中、初即不同技術等級要求，對教練員逕行以提高指導訓練、管理隊伍、指揮競賽等"能力"為重點的教育與訓練，培訓以提高教練員適應中國大陸崗位的"能力"為目標。

這種培訓按其性質分兩大類：一類是各級教練員為取得任職資格或晉升資格所必須進行的基礎培訓(即教練員只有參加崗位培訓，並獲得相應的教練員崗位培訓"合格證"是教練員任職晉升的一項必備條件)。另一類是為教練員在任職或晉升後，更新知識繼續深造而進行的提高培訓，而教練員崗位培訓制度是指為保證對各類(各運動項目)各級(高、中初級)教練進行有效培訓，已達到提高能力的目的，而需要遵循的各種規則、程序、辦法所形成的體系。

中國大陸從 1987 年開始探索，經過十多年的努力，中國大陸教練員崗位培訓制度體系已初步形成(如圖一，中國大陸教練員崗位培訓制度基本架構關係圖)。教練員崗位培訓制度，是指為保證對教練員進行有效培訓，以達到提高能力的目的，而需要遵循的各種規則、程序、辦法等所形成的體系。教練員崗位培訓制度由管理、教學與教務、保障三部分組成。其中管理是關鍵，教學與教務是核心，保障是保證，三方面相互聯繫缺一不可。

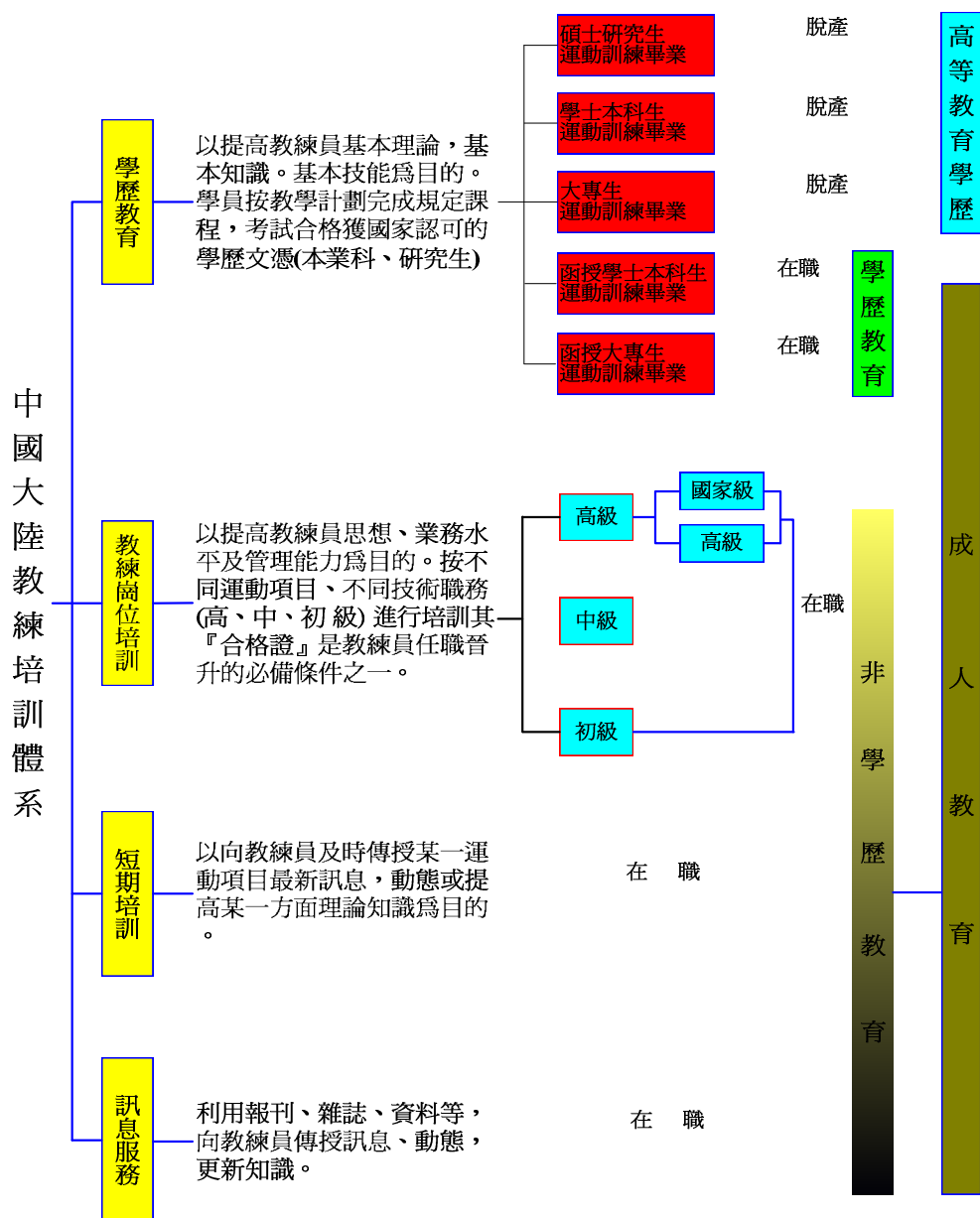


圖一 中國大陸運動教練崗位培訓制度基本架構關係圖

資料來源：(原)國家體委科教司(1995)國家體委教練員崗位培訓法規性文件及資料選編，頁 60。

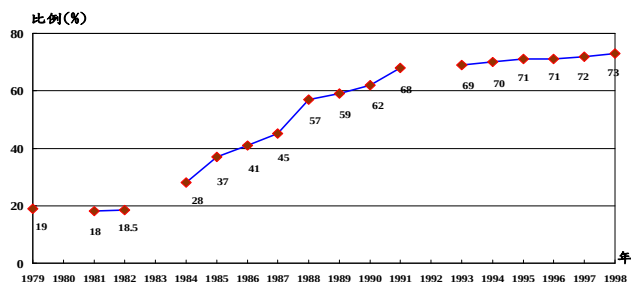
四、中國大陸教練員培訓體系

中國大陸全國體育總會認為教練員培訓工作是發展競技運動事業的基礎，是競技運動工作的組成部分，將教練員培訓工作納入體育工作整體規劃統籌考慮。經過長期努力，中國大陸已經形成了一個以學歷教育為基礎，以崗位培訓為重點，包括各類短期培訓和信息服務等多種形式的教練員培訓體系(見圖二，中國大陸教練員培訓體系框架圖)。其特點是：學歷教育與非學歷教育相結合；長期與短期相結合；脫產與函授相結合。



圖二 中國大陸體育教練員培訓體系圖

資料來源：(原) 國家體委科教司(1995) 國家體委教練員崗位培訓法規性文件及資料選編，頁 60。



圖三 中國大陸教練員歷年來通過大學以上學歷教育比例圖

資料來源：羅超毅 (2005)，我國運動訓練科學化動力系統的研究，北京體育大學出版社，頁 68。

所謂學歷教育主要指高等學歷教育，以提高教練員的基本理論、基本知識、基本技能為主，全面提高教練員科學文化素質。教練員參加學歷教育，完成規定的教學任務(普通日校大學本科四年，專科兩年；函授大學本科五年，專科三年)，經考試合格，可獲得國家認可的高等學歷文憑。為給教練員入學深造的機會，每年專門為教練員組織一次成人高等教育考試。通過多年學歷教育，中國大陸教練員隊伍的學歷層次發生了較大的變化，從 1979 年代在職教練員中大專以上文化水平的占教練員總數的 19%，這種低水準的情況直到 1983 年沒有大的改變，但從 1984 年開始，教練的文化程度開始明顯提高，上升到 28%，1990 年達到 62%；通過學歷教育為教練進行科學訓練奠定了一定的基礎，1998 年繼續提高到 73%(羅超毅，2005)。如圖三

中國大陸教練崗位培訓的目的是要提高在直教練履行不同崗位職責的能力，使他們成為不同運動項目、不同技術級別合格的教練。教練崗位培訓的關鍵是分類（按不同運動項目）、分級（高、中初級）；進行以提高能力為主的培訓；其“合格證”是教練任職、晉升的必備條件之一。它屬成人教育範疇，又與人事制度密切結合。因此，它不僅在培訓性質、教學形式、教學方法及教務管理等方面也有其自身的特點與規律，教練崗位培訓與學歷教育及一班短訓班區別（如表二）。

表二 中國大陸體育教練崗位培訓與學歷教育、一般短訓區別表

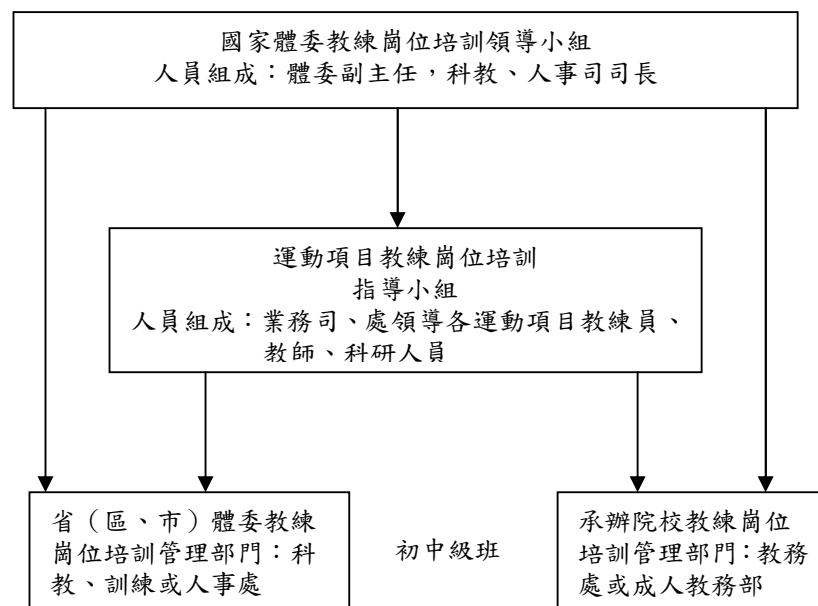
	教練崗位培訓	學歷教育	一般短訓
任務與目的	面向運動訓練與競賽以提高能力為主	掌握“三基”（基本理論、技術與能力），全面發展	知識更新，獲取信息
對象	在職教練，隊培訓資格有審查，不得越項，各級培訓班學員技術職稱相同，但年齡文化水平及資歷等有區別	經統考上線錄取的考生有教練也有運動員。對培訓對象只有文化水平要求，沒有技術職稱要求，一般多數為年紀輕者	各類短訓班根據培訓目的確定。不統一
教學內容及原理	以不同運動項目、不同技術職稱標準為依據確定培訓內容。教學原則：系統性與針對性相結合，突出針對性；理論與實踐相結合突出實踐；基礎與應用相結合，突出應用。注重能力培訓“應會”的內容	以原有學歷教育內容為藍本，強調學歷教育學科體系的系統性及注重“三基”“教育”“應會”的內容	某階段、某時期的信息，動態或某學科等方面知識。
教材	既相對穩定，又要隨運動技術發展而發展。（一般四年一週期）。	較長期穩定	不固定
教學方法	講授與討論、實踐、操作相結合	講授為主	講授為主
形式及時間	脫產、自學與面授結合、函授等多種形式。一般 2-3 個月	脫產或函授，大專 2-3 年，本科 4 年	脫產，時間不定
教師	教師、教練、科研人員及管理幹部相結合	以教師為主	教師或教練或科研人員
考核	筆試（開、閉卷）、口試、實踐、操作等多種形式及專題報告、論文相結合	以筆試（閉卷）為主	無統一要求
效果	週期短、見效快，“國家承認”，是教練任職、晉升必備條件之一	週期長、見效慢。畢業文憑國家承認，是學校教育培養規格標準，教練文化科學水平證明	無週期，“結業証”是學習證明，在某一範圍內起作用

資料來源：（原）國家教育委員會成人教育司(1995)，中國大陸崗位培訓制度之研究，頁 344。

五、田徑教練崗位培訓的形式與內容

中國大陸根據田徑教練員等級和培訓內容的不同，培訓可採取全職進修、在職進修、函授、電話教學、自學考試等形式，但是技術實驗課必須進行全職進修或函授等，高級教練以下級別的培訓班按統一內容培訓，國家級採取研討班形式培訓。

中國大陸為了加強完善田徑培訓組織的管理，保證培訓質量，於 1989 年起由（原）國家體委組成教練員崗位培訓領導小組，在領導小組統一領導下，以各運動項目教練崗位培訓指導小組為主，省（區、市）體委與有關體育院校配合參與的三個層次組織管理體系（如圖五）。國家體委教練崗位培訓領導小組，其主要職責是：制定政策；調查研究；組織交流；審定計畫、大綱、教材；審核高級班；監製教練崗位培訓合格證；綜合協調委內有關工作。各項目指導小組由運動訓練競賽業務司、處領導和運動項目專家組成。



圖五 中國大陸運動教練崗位培訓組織管理系統圖

資料來源：國家體育運動委員會科教司編(1995)國家體委教練員崗位培訓法規性文件及資料選編。國家體育運動委員會。頁 61。

中國大陸為了強化田徑教練的進修與學習，在不同層次與級別的教練分別給予不同的崗位培訓課程內容，每一級別的崗位培訓計畫、教學大綱，在撰寫編定過程中都遵循「三個結合，三個突出」的原則指導思想進行。根據（原）國家體委科教司編（1995）強調田徑教練員崗位培訓內容是教學最基礎的建設，每個項目各級別培訓內容與技術職務要求相對應，各級別培訓內容原則上不重複；強調每個級別三大內容不同，但又相互聯繫與協調，以構成完整的田徑教練崗位培訓內容體系（如表三）。

表三 中國大陸各級田徑教練員崗位培訓內容

	高級教練員	中級教練員	初級教練員
專 項 理 論 與 實 踐	1. 國內外專項優秀運動員技術分析。 2. 運動員大賽前的安排級參賽能力培養。 3. 國內外各專項(包括少年兒童)訓練理論方法的進展。 4. 高水準運動員訓練特點。 5. 少年兒童多年訓練及訓練特點。	1. 田徑各專項技術教學法。 2. 專項素質的分析級發展的有效方法。 3. 專項運動員選才理論與方法。 4. 各專項訓練負荷及科學安排。 5. 專項技術訓練競賽、科研發展動態。 6. 多年訓練計畫的制定。	1. 田徑運動各專項基本技術與教法。 2. 少年兒童全面身體訓練。 3. 少年兒童田徑運動的訓練負荷級科學安排。 4. 田徑訓練計畫的制定 5. 田徑運動員的選才標準和方法。 6. 田徑訓練大綱分析。
基 礎 理 論	1. 高級運動員心裡特徵分析與訓練。 2. 國際田聯關於嚴禁使用興奮劑的規定。 3. 運動生物力學在田徑訓練中的運用。 4. 過度訓練的預防診斷及處理。	1. 田徑運動教學、訓練級比賽的心理訓練。 2. 田徑運動訓練中生理、生化指標的測定、評定與應用。 3. 運動訓練中的恢復與運動員自我監督的手段與方法。 4. 田徑運動訓練中生理特點及影響各專項運動技能形成發展的因素。	1. 少年兒童田徑運動員的心理特徵及訓練。 2. 少年兒童田徑訓練的生理特點及青春生理變化特徵。 3. 田徑運動訓練中的傷害預防及緊急處理。
其 他	1. 高級運動員的思想教育與組織管理。 2. 國際田徑組織和國際競賽的進行。 3. 運動訓練中的科研工作。	1. 運動員的思想教育與組織管理。 2. 運動訓練中的科研。	1. 少年兒童運動員的思想教育與組織管理。 2. 怎樣做一個教練員。

資料來源：國家體育運動委員會科教司編(1995)國家體委教練員崗位培訓法規性文件及資料選編。國家體育運動委員會。65-66。

行政院體育委員會(2000:57 頁)中國大陸教練培訓課程內容的特點有以下幾點:一、使職業培訓課程具有終身教育性;二、培訓體系完整,具有權威性;三、各職業培訓課程皆按照運動種類分級別、分類進行;四、運用報刊、雜誌等方式,為教練提供國內外新資訊、新技術、新經驗;五、給予教練進修的機會,每年專門為教練進行一次的高等教育考試,並每二至三年舉行一次全國性優秀教練、運動員論文發表會;六、一般短訓班由各單項運動協會、各地區體育總會或科學學會等組織的人共同承擔,以傳遞訊息、解決問題,提高某些方面的理論水準為目的,並可與教練職業培訓,繼續提高培訓相互銜接。

我國各運動協會對教練的養成制度,與世界各國教練培訓得形式與內容差異不大,尤其是國家級教練講習的課程規定與世界各國幾乎相近,尤其最接近德國培訓系統;但就培訓內容而言,與中國大陸培訓就有很大的差異性存在,我國教練培訓較缺乏針對性、聯繫性、協調性的相互配合機制、這是我國進行教練培訓制度所應參酌之處。

六、中國大陸田徑教練崗位培訓的職責和標準

中國大陸田徑教練崗位培訓是依據教練類別程度分為高級、中級、初級等三級,高

級課程是由單項協會承擔（目前的運動管理中心），中級和初級課程則由省、市、自治區體委負責（現改為體育局），行政院體育委員會（2000）教練員參加崗位培訓期間所需的經費，是由國家撥款為主，企業、個人捐款為輔，並以多種方法籌措運動員、教練培訓資金，以確保培訓工作的順利推動。

田徑運動的目標是跑得快、跳的更高、擲得更遠，在這日新月異規則、技術不斷的求變中，教練除須具備專項的運動素質能力及定期提總結報告之外，也要有能力承擔對所主管專項運動項目下一級教練的指導和輔導能力，尤其是等級較高的教練員，其所必須的條件與能力相對的就越多，例如：外語能力、培養出具有世界先進水準的優秀運動員能力、運動員選材能力、訓練計畫規劃編排能力及組織專題研究，撰寫論文等各種能力與素質，為進一步了解中國大陸田徑教練員各級的培訓項目，本文僅以田徑教練崗位培訓高級（國家級、高級）教練的職責和標準作為參考的範例（如表四、五），以了解中國大陸高級教練高崗位培訓要求內容，以及培訓的重點。

表四 中國大陸各級田徑教練員崗位職責和標準

級別	對象	職責	標準
國家級教練員	優秀運動隊	1. 承擔國家優秀運動員的教學、訓練和參加國內外重大比賽的指導工作。 2. 承擔國家超趕世界先進水平的任務，負責制定訓練規劃和訓練計畫，組織實施訓練，按期提出總結報告。 3. 結合田徑運動，特別是個人主管專項在國內外的發展動向，總結我國優秀運動員的訓練經驗；組織專題研究，撰寫論文。 4. 完成規定的進修任務；承擔和指導全國各級教練員的培訓工作。	1. 具有體育院系本科系畢業文化水平；擔任高級教練員工作五年以上；工作成績卓著。 2. 能夠創造性地運用田徑訓練原理和基礎理論知識，科學的安排訓練和比賽；具有培養世界先進水平運動員和各級教練員的能力。 3. 掌握田徑運動，特別是個人主管專項的先進水平技術和發展動向；對主管專項有紮實的理論基礎和獨特見解，並有所創新和發展；能夠主持領導專題研究，發表質量較高的論文。 4. 掌握一種外語，能閱讀專業資料。
	業餘體校	1. 為提高我國田徑運動水平，選拔培養和向上一級運動訓練組織輸送優秀的後備人才。2. 按照少年兒童生長發育規律制定訓練規劃和訓練計畫；組織教學訓練；完成田徑訓練大綱規定的任務；總結經驗，指導和推動本地區或全國的教學訓練工作。3. 全面掌握少年兒童田徑訓練的規律和發展動向，組織有關專題研究，撰寫論文。4. 完成規定的進修任務；承擔對各級教練員的業務指導和培訓工作。	1. 具體育院系本科畢業文化水平；擔任高級教練員工作五年以上；工作成績卓著。2. 在科學選材和訓練方法方面有所創新和發展；出色地完成田徑訓練大綱的規定任務；具有組織領導各級教練員培訓工作的能力。3. 全面掌握少年兒童田徑訓練的規律和發展動向；有豐富紮實的理論知識獨特見解；結合少年兒童教學訓練實踐主持領導專題研究，發表質量較高的論文。4. 掌握一種外語，能閱讀專業資料。

資料來源：國家體育運動委員會科教司編(1995)：《國家體委教練員崗位培訓法規性文件及資料選編》。國家體育運動委員會科教司。

表五 中國大陸各級田徑教練員崗位職責和標準

級別	對象	職責	標準
高級教練員	優秀運動隊	1. 承擔高水平運動員的教學、訓練和參加國內外重大比賽的指導工作。 2. 承擔國家超趕世界先進水平的任務，負責制定訓練規劃和訓練計畫，組織實施訓練，按期提出總結報告。 3. 在掌握個人專項發展動向的基礎上，結合教學訓練實踐，總結專題研究，撰寫論文。 4. 完成規定的進修任務；承擔和指導中、初級教練員的培訓工作。	1. 具有體育院系專科以上畢業文化水平；擔任高級教練員工作五年以上；工作成績卓著。 2. 能夠正確地運用田徑訓練原理和基礎理論知識，組織訓練和比賽；具有培養國際健將級和亞洲水平運動員的能力；具有對中、初級教練員進行業務指導和培養的能力。 3. 掌握個人主管專項的世界，先進技術和發展動向；對該專項有紮實的理論知識；能夠組織專題研究，並發表質量較高的論文。 4. 掌握一種外語，借助字典能閱讀專業資料。
	業餘體校	1. 為提高我國田徑運動水平、培養和向上一級運動訓練組織輸送優秀的後備人才。 2. 按照少年兒童生長發育規律，負責制定訓練規劃和訓練計畫；組織教學訓練；完成田徑訓練大綱規定的任務；按期提出總結報告。 3. 全面掌握少年兒童田徑訓練的規律和發展動向，組織有關專題研究，撰寫論文。 4. 完成規定的進修任務；並承擔對中、初級教練員的指導和培訓，以及輔導基層的訓練工作。	1. 具體體育院系本科畢業文化水平；擔任一級教練員工作五年以上；工作成績顯著；出色地完成向上一級運動訓練組織輸送一秀後備人才的任務。 2. 具有選拔和培養優秀後備人才的知識與能力；出色地完成田徑訓練大綱的規定任務；具有對中、初級教練員進行業務指導培訓及輔導基層訓練的工作能力。 3. 全面掌握少年兒童田徑訓練的規律和發展動向；對少年兒童田徑訓練有較紮實和全面的理論知識；能夠結合少年兒童教學訓練實踐組織專題研究，並發表質量較高的論文。 4. 掌握一種外語，借助字典能閱讀專業資料。

資料來源：國家體育運動委員會科教司編(1995)：國家體委教練員崗位培訓法規性文件及資料選編。國家體育運動委員會科教司。

由以上表四、表五得知，中國大陸相當對田徑教練專業素養能力的重視，並且要求每一個等級的田徑教練須具備的教育文化素質，此外也要求必須層層相連地輸送具潛力與實力的優秀運動後備人才，確保每一層級的運動員人才數量與品質。由中國大陸對田徑各級教練的作法與要求來看，是我國未來推動教練基層訓練與發展教練制度所必須注意的地方，另外對不同等級的教練員所必須具備的專業知能要求與規範，是我國目前已有執行的工作，不過落實度不夠，應有待加強。

七、中國大陸田徑教練崗位培訓特色與效益

段世杰主編（1998）田徑教練員崗位培訓的教材不同於普通學歷教育的教材，也有別於一般短訓班的教材。它是依據不同級別教練崗位職務標準確定培訓內容，並遵循系統性與針對性相結合，突出針對性；理論與實際相結合，突出實際；基礎與應用相結合，突出應用的原則，按田徑運動項目分初級、中級、高級等三層次編撰，各層次相互聯繫，又有區別，形成教練員崗位培訓教材體系。本研究整理出中國大陸田徑各級教練崗位培訓學科教材課程及內容，以進一步了解其特色（如表六、七、八）。

表六 中國大陸初級班田徑教練崗位培訓學科教材課程內容特色

級別	主要課程	崗位培訓課程內容
初	兒童、青少年生長發育的生理特點與田徑運動訓練	青少年生長發育的基本規率 青少年各器官、系統的生理特點與田徑運動訓練 月經週期與田徑運動訓練 兒童、青少年身體素質的發展
	田徑運動訓練中的傷病預防與緊急處理	田徑運動中的損傷 急性運動損傷的緊急處理 常見運動性傷病的基本特點及處理方法
	兒童、少年田徑運動員的心理特徵與訓練	兒童、少年田徑運動員的心理測量與評定 兒童、少年田徑運動員教學過程的心理學基礎和心理訓練
	田徑訓練計畫的制定	訓練計畫文件簡介 周訓練計畫的制定 課時訓練計畫的制定
級	兒童、少年運動員田徑教學訓練課的組織形成及特點	兒童、少年運動員教學與訓練課的組織形成 兒童、少年運動員教學與訓練課的特點
	兒童、少年田徑運動員訓練負荷及科學安排	合理安排兒童、少年運動員訓練負荷的重要性 兒童、少年運動員負荷的特點 兒童、少年運動員訓練負荷的合理安排及調控
	兒童、青少年田徑運動員的全面身體訓練	兒童、青少年運動員全面身體訓練的目的任務 兒童、少年運動員全面身體訓練的內容和方法
	田徑運動員的選材標準和方法	科學選材的目的、任務和意義 選材階段的劃分及各階段的任務 初選階段的選材方法
班	田徑教學訓練大綱分析	制定《田徑教學訓練大綱》的目的意義 《田徑教學訓練大綱》的內容 考核與評價
	跑的基本技術和教法	跑的基本技術分析 跨欄技術分析 掌握跑的基本技術的專門練習及練習方法 發展跑的能力的方法與手段 糾正錯誤動作的方法和手段
	跳躍基本技術和教法	跳躍基本技術分析 掌握跳躍基本技術的練習方法 發展跳躍能力的方法 糾正錯誤動作的方法和手段

資料來源：段世杰主編（1998）中國體育教練員培訓崗位培訓教材（田徑）。人民體育出版社。

表七 中國大陸中級班田徑教練崗位培訓學科教材課程內容特色

級別	主要課程	崗位培訓課程內容
中	田徑運動訓練的生理特點及運動技能的形成	田徑運動訓練的生理特點 田徑運動技能的形成
	生理學指標在田徑訓練實踐中的應用	運動生理學指標在田徑運動訓練中的應用 田徑運動中常用的生理學指標
	運動生化指標在田徑訓練中的應用	運動生化在田徑運動訓練中的應用 田徑運動訓練中常用的生物化學指標 人體供能系統的供能能力評定
	運動訓練的恢復與運動員自我監督的手段和方法	疲勞與恢復概述 疲勞的判斷測定 恢復過程 按摩基礎技術介紹 運動員自我監督
	田徑訓練和競賽過程的心理訓練	田徑運動教學訓練的心理學問題 田徑運動競賽的心理學問題 田徑運動員的心理訓練
	多年訓練計畫的制定	多年訓練計畫的主要內容 年度訓練計畫的制定
	田徑訓練中技術教學的特點及教學因素的貫徹和實施	運動訓練中技術教學的特點 訓練中教學因素的貫徹與實施

級	田徑各專項訓練負荷及科學安排	田徑各專項訓練負荷特點 田徑各專項訓練負荷的安排 田徑各專項訓練負荷的科學控制
	專項素質的分析及其發展的有效方法	發展專項素質的意義 專項素質的特點及其發展的有效手段和方法 發展專項素質應注意的問題
	田徑專項運動員選材理論與方法	青少年運動員選材的依據 科學選材的五個步驟 田徑各專項重點選拔階段的選材方法
	田徑技術、訓練、競賽、科研的發展動態	田徑運動技術的發展概況 田徑運動訓練的發展概況 田徑運動競賽的發展概況 現代科學研究對田徑運動發展的貢獻
	競走技術分析及其訓練方法	競走現代技術分析 競走技術訓練法
	短跑技術分析及其訓練方法	現代短跑技術分析 短跑技術的訓練方法
	中長跑技術分析及其訓練方法	中長跑現代技術分析 中長跑的技術訓練方法 改進中長跑技術和提高動作實效性的訓練手段和方法 中長跑技術訓練在全年訓練中的安排 中長跑技術訓練應注意的問題
	跨欄跑技術分析及其訓練方法	跨欄跑現代技術分析 跨欄跑技術訓練方法
	跳高技術分析及其訓練方法	現代跳高技術分析 跳高技術的訓練方法
	撐竿跳高技術分析及其訓練方法	撐竿跳高現代技術分析 當前青少年運動員技術上存在的主要問題 撐竿跳高技術訓練法
	跳遠技術分析及其訓練方法	跳遠現代技術分析 跳遠技術訓練法
	三級跳遠技術分析及其訓練方法	三級跳遠現代技術分析 三級跳遠技術訓練
	推鉛球技術分析及其訓練方法	現代推鉛球技術分析 推鉛球技術訓練法
	擲鐵餅技術分析及其訓練方法	擲鐵餅現代技術分析 擲鐵餅技術的訓練方法
	擲鏈球技術分析及其訓練方法	決定擲鏈球成績的主要因素 擲鏈球完整技術和技術難點分析 當前青少年運動員技術上存在的主要問題 擲鏈球技術訓練法
	擲標槍技術分析及其訓練方法	決定標槍運動成績的主要因素 標槍技術和難點分析 當前青少年運動員技術上存在的主要問題 標槍技術訓練
	青少年全能運動員的訓練	青少年全能運動技術教學與訓練原則 青少年全能運動身體訓練原則 青少年全能運動員的階段訓練

資料來源：段世杰主編（1998）中國體育教練員培訓崗位培訓教材（田徑）。人民體育出版社。

表八 中國大陸高級班田徑教練崗位培訓學科教材課程內容特色

級別	主要課程	崗位培訓課程內容
	運動生物化學在田徑訓練中的應用	訓練效果的生物化學基礎 訓練方法的生物化學基礎 影響田徑競技能力的生化因素
	運動生物力學在田徑技術分析的應用	田徑運動技術參數的測量原理和方法 運動生物力學原理在田徑運動技術分析及力量訓練中的應用 田徑運動技術分析的生物力學原理
	過度訓練與某些運動性傷病的預防、診斷與處理	過度訓練 過動性貧血 運動性血尿 上肢運動損傷 下肢運動損傷 軀幹運動損傷 運動損傷後的康復訓練簡介
	高水準田徑運動員心理特徵分析及訓練	高水準田徑運動員的專項運動心理特徵分析 高水準田徑運動員的心理訓練 高水準田徑運動員的心理諮詢

高	高水準競走運動員多年訓練及訓練特點	高水準競走運動員多年訓練特點 高水準競走運動員多年和全年訓練計畫的制定 高水準競走運動員的訓練負荷 高水準競走運動員的訓練診斷 高水準競走運動員訓練後的恢復
	高水準短跑、跨欄運動員多年訓練及訓練特點	高水準短跑、跨欄運動員多年訓練的特點 高水準短跑、跨欄運動員多年和全年訓練計畫的制定 高水準短跑、跨欄運動員的訓練負荷 高水準短跑、跨欄運動員的訓練診斷 高水準短跑、跨欄運動員訓練後的恢復
	高水準中長跑運動員多年訓練及訓練特點	高水準中長跑運動員多年訓練的特點 高水準中長跑運動員多年和全年訓練計畫安排 高水準中長跑運動員的訓練負荷 高水準中長跑運動員多年訓練的診斷 高水準中長跑運動員訓練後的恢復
級	高水準跳躍運動員多年訓練及訓練特點	高水準跳躍運動員的多年訓練特點 高水準跳躍運動員多年和全年訓練計畫 高水準跳躍運動員的訓練負荷 高水準跳躍運動員的訓練診斷 高水準跳躍運動員訓練後的恢復
	高水準投擲運動員多年訓練及訓練特點	多年訓練的意義 高水準投擲運動員多年訓練及特點 多年訓練計畫的基本內容 執行訓練計畫中幾個問題
	高水準短跑、跨欄運動員大賽前訓練及參賽能力的培養	大賽前訓練的重要意義 大賽的分類及特點 大賽前的準備與訓練 賽前安排 參賽能力的培養 競技狀態 大賽中競技能力不能發揮的主要原因
班	高水準競走、中長跑運動員大賽前訓練及參賽能力的培養	高水準競走、中長跑、馬拉松運動員猜加大賽的分類及特點 高水準競走、中長跑運動員參加大賽前的各項準備工作 安排 中周期(10 周一個循環)螺旋式訓練結構
	高水準跳躍運動員大賽前訓練及參賽能力的培養	大賽前訓練的重要意義 大賽前訓練的特點 競技狀態 賽前訓練中須注意的問題
	高水準投擲運動員大賽前訓練及參賽能力的培養	競技狀態 賽前階段訓練的主要任務 賽前訓練安排 實戰訓練 心理訓練 訓練負荷的安排
	高水準田徑運動員兒童少年時期的訓練及特點	世界高水準運動員在兒童少年時期的訓練及特點 一些高水準國家運動員兒童少年時期的訓練及特點 培養高水準運動員兒童少年時期訓練的主要途徑和方法 高水準運動員兒童少年時期訓練的主要方法
	運動訓練中的科學研究工作	要進行科學訓練就必須進行科學研究 科學研究工作的一般程序 田徑運動訓練中經常採用的幾種科學研究方法(獲取資料和事實的方法) 對資料與事實的加工整理方法(邏輯思維方法) 怎樣寫論文
	田徑教練員崗位培訓制度及田徑專項課教學實施	建立田徑教練員崗位培訓制度的指導思想 田徑教練員崗位培訓制度的主要內容 關於培訓的教學內容與課程設置 教練員崗位培訓的教學原則與方法
	關於嚴禁使用興奮劑的問題與規定	"興奮劑使用"的定義及概況 興奮劑的種類 使用興奮劑處罰的規定 興奮劑的檢查
	國內外競走訓練理論、方法的進展	競走訓練的發展方向 高水準競走運動員訓練內容分析 高水準競走運動員賽前競技狀態培養和比賽戰術安排分析
	國內外優秀競走運動員技術特點分析	當前競走技術的發展趨勢 運用走的技術原理辯證地分析高水準競走運動員的技術特點
	國內外短跑訓練理論、方法的進展	短跑訓練理論的發展與趨勢 速度的提高 提高專項能力

國內外優秀短跑運動員技術特點分析	短跑技術發展趨勢 短跑正確技術標準及分析 世界優秀短跑運動員與我國優秀短跑運動員的技術比較分析
國內外中長跑訓練理論、方法的進展	國內外中長跑訓練理論的發展及趨勢 國內外中長跑不同訓練特點的分析 國內外中長跑訓練方法革新的動態
國內外優秀中長跑運動員技術特點分析	當前中長跑技術的發展趨勢 運用跑的技術原理辯證地分析國內外高水準中長跑運動員的個人技術 提高中國大陸中長跑運動技術的探討
國內外跨欄訓練理論、方法的進展	跨欄訓練理論的發展及趨勢 中國大陸跨欄訓練特點和問題
國內外優秀跨欄運動員技術特點分析	當前跨欄理論的發展及趨勢 運用技術原理分析國內外優秀運動員的技術特點 有代表性的我國優秀跨欄運動員的技術動作分析 評定跨欄運動員技術的方法 提高我國跨欄運動員技術和訓練水平的探討
國內外跳高訓練理論、方法的進展	跳高訓練理論的發展 簡介國內外跳高運動的不同訓練特點 國內外跳高訓練方法革新動態
國內外優秀跳高運動員技術特點分析	當前跳高技術發展趨勢 運用技術原理分析國內外高水準跳高運動員的個人技術特點 提高我國跳高運動技術水平的探討
國內外撐竿跳訓練理論、方法的進展	現代撐竿跳訓練的主要特點和發展趨勢 專項多年訓練的過程劃分和訓練的主要特點 從訓練角度分析我國男子撐竿跳水平落後的原因
國內外優秀撐竿跳高運動員技術特點分析	現代撐竿跳高技術的行程依據及發展方向 現代撐竿跳高技術分析 布卡撐竿跳高技術簡析
國內外優秀三級跳遠訓練理論、方向的進展	三級跳遠訓練理論的發展趨勢 國內外不同訓練特點 關於訓練方法的革新
國內外優秀三級跳遠運動員技術特點分析	世界三級跳遠技術的發展 不同類型技術形成的原因 未來三級跳遠技術的發展趨勢
國內外跳遠訓練理論、方法的進展	國內外跳遠訓練理論的發展 國內外跳遠訓練的不同特點 國內外跳遠訓練方法的變化和進展 國內外優秀跳遠運動員的訓練計畫和安排
國內外優秀跳遠運動員技術特點分析	現代跳遠技術發展的趨勢 國內外優秀跳遠運動員的技術特點分析 提高我國跳遠運動員技術和訓練水平的探討 中外優秀跳遠運動員的技術分析
國內外推鉛球訓練理論、方法的進展	目前國內外推鉛球訓練的主要特點和發展趨勢 國內外推鉛球訓練安排特點 國外有代表性的訓練理論
國內外優秀鉛球運動員技術特點分析	推鉛球技術發展趨勢 從推鉛球技術演變中所得到的啟示 運用技術原理分析國內外高水平推鉛球運動員個人技術特點 提高中國推鉛球運動水平的探討
國內外擲鏈球訓練理論、方法的進展	少年鏈球運動員的訓練 優秀鏈球運動員的訓練
國內外優秀鏈球運動員技術特點分析	當前國內外擲鏈球技術現狀及發展趨勢 國內外優秀運動員的技術分析
國內外擲鐵餅訓練理論、方法的進展	國內外擲鐵餅訓練理論與實踐的新進展及其特徵 國內外擲鐵餅運動員先進訓練方法精華 提高我國擲鐵餅運動技術水平和訓練水平的探討
國內外優秀鐵餅運動員技術特點分析	當前國內外鐵餅技術的現狀和發展趨勢 運用技術原理分析國內外優秀鐵餅運動員的技術特點
國內外擲標槍訓練理論、方法的進展	國內外擲標槍訓練理論的發展 國內外擲標槍訓練方法介紹
國內外優秀標槍運動員技術特點分析	當前國內外擲標槍技術的現狀和發展趨勢
國內外優秀全能運動員的訓練	全能運動的發展與研究概況 全能運動的發展趨勢和項目特徵 全能運動訓練原則和方法 全能運動員的多年訓練和全年計畫的制定 全能運動員的比賽 提高我國全能運動水平的探討

資料來源：段世杰主編（1998）中國體育教練員培訓崗位培訓教材（田徑）。人民體育出版社。

田徑運動教練員崗位培訓教材是由中國大陸田徑運動崗位培訓教材編寫組依據田徑教練崗位培訓大綱規定的內容進行編寫的。在初級教練內容上介紹了一些基礎知識、基礎理論和基本技術技能；在中、高級方面介紹當今田徑運動最新理論、訓練方法、科學成果等，可見中國大陸對田徑教練員崗位培訓的用心與重視，尤其是每各級別的教練崗位培訓，都有其訓練內容標與配合的針對性課程。反觀之，我國則較缺乏此方面的認知與了解，尤其是有些單項協會根本無法貫連三級制的教練講習與進修，更別說教練培訓工作與國內體育院校的專業知識、理論相結合，以吸取體育運動專業新知；除此之外，中國大陸的教練員培訓內容確實有很多課程是我國應須加強的，例如對運動員的選材、訓練及賽後恢復、傷害監測系統等方面的建立與教育，是建立我國各級教練培訓制度所應加以注意的問題。

伍、結論與建議

一、結論

中國大陸教練崗位培訓是按照競技體育不同的運動項目和教練高、中、初級不同技術職務等級要求確定培訓內容，以便對教練進行以提高指導訓練、管理隊伍、指揮競賽等能力為重點教育與訓練，而中國大陸改革開放迄今，雖只有短短的二十餘年，對教練崗位培訓仍處再摸索改進與進一步發展階段，但其在近兩奧運會的及近年來的競技運動成績是有目共睹的，促進其成績騰飛的因素相當多，而教練崗位培訓的發展為其重要因素之一，其培訓政策推行的優缺點確實值得我國參酌之處。經研究結果提出本研究成果如下：

- (一) 中國大陸經由籌備、試點辦班、總結三各階段制定了「田徑教練員崗位培訓制度」，使崗位培訓工作有章可循，強調培訓工作一定要有科學性、權威性、穩定性和可靠性，強調實效，促進教練實際業務能力的迅速提高。
- (二) 中國大陸教練員崗位培訓制度法規以更趨完善，以出現具前瞻性、實務性的法規，除注重教練的專業素質能力與教育水準外，也積極鼓勵教練編寫各種專業進修教材，與增加國際運動競賽規則教育。
- (三) 教練員崗位培訓制度的基本架構是由管理體系、教學與教務體系及保障體系三方面所組成。其中管理體系是關鍵，教學與教務體系是核心，保障體系是保證。三各體系相互聯繫，缺一不可。
- (四) 依據田徑教練崗位培訓的特點，其教學原則是擺脫學歷教育學科體系束縛與一般短期影響，貫徹系統性與針對性相結合，突出針對性；理論與實際相結合，突出實際；基礎與應用相結合，突出應用，按需施教的原則。
- (五) 中國大陸採行多渠道、多形式的培訓方式，並賦予培訓領導或執行機構權責與實際功能，是一大創舉。
- (六) 中國大陸教練各崗級培訓工作「合格證」是教練申報任職、晉升的必備條件之一。

二、建議

- (一) 中國大陸相關法規過多，雖具前瞻性、實用性，但仍待加強，大多數都強調在職進修以提高專業素質能力，筆者認為可簡化改進。
- (二) 筆者建議我國可參酌中國大陸教練崗位培訓制度的優點，盡速與國際發展接軌，進而擴大教練崗位培訓的彈性機制，並研擬承認國際或其他國家的教練證照資格，比照等級給於相應的證照資格。
- (三) 中國大陸的教練分級形式與升遷制度，以及建立各項運動項目的教材及教學大綱的作法，是值得我國未來制定教練升遷與培訓課程參考。

參考文獻

- 行政院體育委員會 (2000)：我國運動教練制度之研究。行政院體育委員會
- 洪建智 (2001)：中國大陸羽球教練員崗位培訓制度之研究。淡江體育，頁 124。
- 段世杰主編 (1998)：中國體育教練員培訓崗位培訓教材 (田徑)。人民體育出版社。
- 袁偉民 (1995)：加強教練員崗位培訓促進競技體育發展。中國體育教練員，4。頁 3-5。
- 國家體委政策研究室主編(1982)：體育運動文件選編 1949-1981。人民體育出版社。
- 國家體委政策研究室主編(1989)：體育運動文件選編 1982-1986。人民體育出版社。
- 國家體委編(1991)：中國體育年鑑 1988。人民體育出版社。頁 104。
- 國家體委編(1992)：中國體育年鑑 1990。人民體育出版社。頁 90。
- 國家體委編(1993a)：中國體育年鑑 1949-1999 精華本(上冊)。人民體育出版社。頁 260
- 國家體委編(1993b)：中國體育年鑑 1949-1999 精華本(上冊)。人民體育出版社。頁 107、182、184、213、226-227。
- 國家體委科教司(1995)：國家體委教練員崗位培訓法規性文件及資料選編。頁 60。
- 國家教育委員會成人教育司(1995)：中國大陸崗位培訓制度之研究，頁 344。
- 羅超毅 (2005)：我國運動訓練科學化動力系統的研究，北京體育大學出版社，頁 68。