

长株潭健身俱乐部教练员的调查研究

黄艳红

(湖南工业大学 体育学院, 湖南 株洲 412008)

摘要:健身教练员队伍作为俱乐部的核心竞争力,对俱乐部的营运绩效和群众参加健身的积极性有着直接的影响。长株潭健身俱乐部女教练员人数偏多,年龄呈年轻化,学历、技术等级低,课时多、课酬少、内容单一。应采取积极引进资深教练员,建立和完善教研员资格认证,高校体育专业学生就读与就业并举等措施,以培养一支高素质、高水平的教练员队伍。

关键词:长株潭;健身俱乐部;教练员;现状

Investigation on Fitness Club Coaches in Changsha, Zhuzhou and Xiangtan

HUANG Yan-hong

(College of Physical Education, Hunan University of Technology, Zhuzhou Hunan 412008, China)

Abstract: Fitness coaches as the club's core competitiveness have a direct impact on the club's operating performance and the enthusiasm of the masses participating in the activities of the fitness club. In fitness clubs of Changsha, Zhuzhou and Xiangtan, there are more young female coaches whose education and technology levels are low. They teach more lessons and are paid less, the content of what they teach tedious. Active measures like introducing veteran coaches, establishing and improving the qualifications of teaching and research staff, simultaneously ensuring the study and the employment of university PE students should be taken to cultivate a high quality, high level team of coaches.

Key words: Changsha; Zhuzhou and Xiangtan; fitness club; coaches; present status

随着我国国民经济实力的增长,人民消费水平对生活质量的追求也不断提高,我国体育健身俱乐部市场得到快速发展。特别是《全民健身计划纲要》和《体育产业发展纲要》的颁布,人们的健身意识、健身要求进一步增强,保持健康的生活方式已成为人们的新时尚、新追求,全民健身运动正在不断普及与提高,健身行业已成为新的产业和新的市场。专家预言,健身教练员将成为 21 世纪最为热门的职业。“越来越多的人加入到教练员的行列,使得从业人员竞争日渐加剧,也对教练员提出了更高的要求。”^[1]本文采用问卷调查法、访谈法、数理统计法对长沙子阳、湘潭健力美俱乐部、株洲动力时空等 10 家健身俱乐部的 42 名教练员的现状,进行了深

入细致的调研与分析,并根据自身的实践经验,参考有关文献资料,提出了一些建议和设想,以促进长株潭健身俱乐部教练员队伍素质和水平的提高。

一 长株潭健身俱乐部教练员的基本情况

(一) 年龄及性别

调查得知,长株潭健身俱乐部教练员队伍中,女教练员占 71.4%,而男教练员仅占 28.6%。其主要原因是不论体育院系还是普通高校内已形成了“健美操女性专利”的氛围,因此导致体育院系培养的健美操专业学生女生占大部分,毕业后到各俱乐部从事教练员的也是女性占多数。当然,“女性教练员偏多在目前的健美操市场上属于一种倾向,符合健美操运动的特点。”^[2]但男性教练员具有其阳刚

收稿日期:2009-09-10

作者简介:黄艳红(1978-),女,湖南攸县人,湖南工业大学讲师,硕士,主要从事健美操研究与大学体育课程教学。

的一面,不可削弱,要互相发展,互为补充。另外,调查发现俱乐部中 20~30 岁的教练员占 85.7%,30 岁以上仅占 14.3%。说明长株潭健身俱乐部教练员具有年轻化特征,这有利于长株潭教练员队伍的优化,有利于长株潭健身事业的健康发展。调查结果同时也反映出长株潭资深教练员偏少的现状。我国心理学研究表明在 35~45 岁这个年龄段是人的

思维活跃,创造能力最旺盛的时期,在这个年龄区内,教练员有丰富的知识积累和熟练的实践技能,精力非常充沛,创新意识强。^[3]而长株潭目前的这种状况难以给新的教练员提供好的示范与引导,限制了本地健美操健身运动的发展。

(二)学历结构及师资来源

表 1 显示,长株潭健身俱乐部教练员的文化程

表 1 长株潭健身俱乐部教练员学历结构与师资来源情况

学 历	人数 / 百分比	师资来源	人数 / 百分比
中专及以下	6/14.3	体育院校专业学生	30/71.4
大 专	21/50	非体育专业学生通过培训	8/19.1
本科及以上	2/4.8	学员转教练	4/9.5

度专科和中专占大部分。学历代表曾经接受正规教育的程度,是衡量一个人能力和知识的标准之一。这一指标在很大程度上反映了教练员的理论知识水平和发展潜力,也预示着教练员队伍教学和指导的潜在能力。^[4]通过表 1 还可以看出,长株潭健身俱乐部的教练员多数来源于体育院校,其次是非体育专业人员通过培训成为教练员。访谈得知,长株潭健

身俱乐部的教练员大多来自于湖南省专业体育学院,且近一半是学生在兼职。因为湖南专业体育学院一般都设有健美操普修、专修课程及代表队训练,培养了一大批专业人员。许多有健美操特长的学生都成为健身俱乐部的教练,推动了长株潭健身健美操运动的开展。

(三)技术等级及工资待遇等级

表 2 长株潭健身俱乐部教练员技术等级及工资待遇等级情况

技术等级	人数 / 百分比	工资待遇等级 / 元	人数 / 百分比
国家级	4/9.5	一级 80~100	3/7.1
一级	4/9.5	二级 60~80	8/19.1
二级	18/42.9	三级 40~60	23/54.8
三级及以下	16/38.1	四级 20~40	8/19.1

表 2 表明,长株潭教练员队伍的骨干力量是以有等级的指导员为主。国家级和一级教练员占总调查人数的 19%,二级和三级的比例占到 61.9%,说明长株潭教练员的技术等级整体较低。主要原因在于从业人员中有相当一部分是尚未毕业和刚刚毕业的高校学生,长株潭教练员的年龄情况也说明了这一问题。长株潭健身俱乐部高级别的健身指导员数量过少,不利于长株潭健身俱乐部的发展,这种状况有待于进一步改善。^[5]从调查中还可得知,目前

长株潭教练员在待遇方面大多以课次计酬的形式支付,最低 20 元,最高 100 元,平均报酬主要集中在 40~80 元,标准不高,悬殊较大(长沙市的平均高于株洲和湘潭)。主要原因在于健身俱乐部的规模与经营状况不同,不同层次的健身俱乐部面对的消费群体也存在较大的差异,这些也直接与教练员的待遇紧密相连。

(四)从业动机

从表 3 可看出,长株潭教练员的从业动机依次

表 3 长株潭健身俱乐部教练员从业动机情况

从业动机	提高业务水平	经济效益	兴趣爱好	强身健体	就业	其他
百分比	76.2	71.4	66.7	33.3	31.6	20.8
排序	1	2	3	4	5	6

是提高业务水平、经济效益、兴趣爱好、强身健体,最后是就业。这种状况比较客观地反映出长株潭健身俱乐部教练员的主体是体育院校学生的任教倾向,他们主要是想通过实践提高业务水平,同时也能通过自己的社会实践积累工作经验,改善自己的

生活条件。

二 长株潭健身俱乐部教练员授课情况

(一)授课形式

表 4 显示,长株潭健身俱乐部中有 61.9% 的教

表4 长株潭健身俱乐部教练员授课形式安排情况

授课形式	单个动作教学	组合动作教学
人数	26	16
百分比	61.9	38.1

教练员采用单动作操教学,有38.1%的教练员采用组

表5 长株潭健身俱乐部教练员教学内容情况

教学内容	有氧操	踏板操	拉丁操	瑜伽	街舞	普拉提	其他
百分比	71.4	57.1	47.6	38.1	33.3	23.8	19.1
排序	1	2	3	4	5	6	7

依次为:有氧操、踏板操、拉丁操、瑜伽、街舞、普拉提等。有氧操仍是主要的健身内容,但教学内容呈现出丰富多彩、简单易学的趋向。另外,街舞、普拉提等项目在教学中所占的比例较小,反映出教练员技能结构较为单一,主要以有氧操为主。健身俱乐部应组织相应培训,加大力度丰富教练员的技能结构。

(三)授课次数与内容的更换频率

表6 长株潭健身俱乐部教练员周课次与内容的更换频率情况

周课次	人数 百分比	授课内容更换	
		平率/周	人数 百分比
1~3	4/9.5	1	8/19.1
4~6	10/23.8	2	20/47.5
6~8	20/47.6	3	6/14.3
8~10	8/19.1	4周及以上	8/19.1

从表6可看出,教练员平均周课次较多,说明长株潭教练员的人数还不能满足日益增多的健身俱乐部的需求,教练员的数量与质量都有待进一步提高。表6显示,有19.1%的教练员每周适当变化一些新动作,47.5%的教练员每两周更换教学内容,而有19.1%的教练员大约1个月才更换一次授课内容。这种现象应予以改进,单一枯燥的课程内容很难调动锻炼者的积极性。这也反映出大众健身者的基础素质较低,教练员队伍的教学经验不足、教学水平不高等问题。

三 长株潭健身俱乐部教练员队伍发展的对策

1. 积极引进资深专业教练员。特别是注意引进男教师,不断调整与优化师资,从而不断提高健身指导与教学的质量。

2. 丰富健身课程的技能内容。将一些健身市场较为热门的技能,如瑜伽、街舞、搏击操等融入教学内容,推进长株潭健身市场健康、有序的发展。

合操教学。其原因一是大众健身者的素质较低,二是简单易学的动作学员更能接受,三是与教练员的教学水平和能力有关。

(二)授课内容

从表5可看出,长株潭健身者喜爱的健身内容

3. 建立和完善教练员资格认证,提高教练员的技术级别。各俱乐部要制定出教练员的培训计划,定期或不定期举办教练员培训班;还可把国内外知名的教练员请来进行讲学、培训,尽快提高教练员的业务水平与技术等级。

4. 高校体育专业学生就读与就业并举,职前与职后联动。高校体育院系应与长株潭健身俱乐部紧密合作,有针对性地培养一批社会市场需求的高学历高水平的教练员方向的人才。

5. 长株潭健身市场需要形成规范的监督机制。尤其应对各健身俱乐部和教练员要进行统一的指导和管理,规范相应的收费和课酬标准,形成公平的竞争机制。^[6]

参考文献:

- [1] 陈永英,张英建,陈星,等.对廊坊市健身俱乐部教练员现状的调查与分析[J].廊坊师范学院学报,2006(4):93-96
- [2] 李晓红.广州市教练员现状调查与分析[J].广州体育学院,2005(1):125-128
- [3] 陈立农,等.我国社会体育指导员发展的困惑与对策[J].西安体育学院学报,2006(4):7-10
- [4] 冯玉娟.我国优秀体操教练员选材过程的探讨[D].北京:北京体育大学,2000
- [5] 邹保禄,张建哲,程旭冒,王海宁.河北省“环京津健身休闲圈”健身俱乐部教练员现状调查与研究[J].河北体育学院学报,2009(3):1-3
- [6] 方熙嫦,林景兰.福州市教练员现状调查与分析[J].福建体育科技,2006(6):6-9

责任编辑:骆晓会