

庆阳市健身俱乐部团操教练职业素养的研究

张丽娜

陇东学院 体育学院, 中国·甘肃 庆阳 745000

【摘要】随着我国经济的快速发展和人们生活水平的逐步提高,人们对于健身的愿望也越来越强烈,商业健身俱乐部也如雨后春笋般快速崛起。健身俱乐部中团操教练的地位十分重要。团操教练的服务受众广,人群宽泛,应受到研究者的关注和重视。因此,对于团操教练的职业素养进行研究是十分必要的。通过调查研究庆阳市商业健身俱乐部团操教练的职业素养的现状,分析指出出现阶段的教练存在的问题,并给出一定的建议。

【关键词】庆阳市;团操教练;职业素养

Research on the Professional Quality of Group Gymnastics Coaches in Qingyang Fitness Clubs

Zhang Lina

School of Physical Education, Longdong University, Qingyang, Gansu, China 745000

[Abstract] With the rapid development of my country's economy and the gradual improvement of people's living standards, people's desire for fitness is becoming stronger and stronger, and commercial fitness clubs are also springing up like mushrooms after a rain. The status of group gymnastics coaches in fitness clubs is very important. Group exercises coaches serve a wide range of audiences and should be paid attention to by researchers. Therefore, it is very necessary to study the professional quality of group gymnastics coaches. Through the investigation and study of the current situation of professional quality of group gymnastics coaches in commercial fitness clubs in Qingyang City, the problems of coaches at the current stage are analyzed, and some suggestions are given.

[Key words] Qingyang city; group exercise coach; professional quality

【基金项目】2017年度甘肃省体育社会科学研究项目,项目名称:青少年体育训练“教体结合”培养模式研究,项目编号:GST2017101。

前言

通过走访庆阳市健身俱乐部的团队管理人员发现,团操教练数量虽多,但质量参差不齐。目前行业中鱼龙混杂,教练员的职业素养制约了当今健身俱乐部的发展。目前对于团操教练没有标准的权利保障、专业的管理和规范化标准。通过调查了解庆阳市健身俱乐部,发现团操教练的可以来自于各个行业,包括学校学生、企业职工、会员转职成为教练,接受正规训练的团操教练较少。因此,调查了解当下健身行业团操教练的职业素养的现状,找出存在的问题并提出改进意见,对我国健身行业的团操教练的健康发展具有重要的意义。

1 研究对象和方法

1.1 研究对象

俱乐部专、兼职团操教练。

1.2 研究方法

①文献资料法:通过广泛阅读文献,综合整理前人研究成果,拓宽研究范围和广度以及借鉴前人研究方法和手段,对本文研究进行指导^[1]。②问卷调查法:用问卷调查法对有关问题的数据资料进行收集。③访谈法:通过对团操教练主管及培训导师进行相关访问,了解团操经理在为俱乐部选拔团操教练时,注重教练哪些职业素质^[2]。④数据统计法:对所获问卷的数据用Excel软件进行数据的整理与分析。

2 团操教练的基本情况研究

庆阳市健身俱乐部中团操教练中男女比例为2:3,女教练员居多,且团操教练中年龄主要分布在二十岁到三十岁之间,团操教练多为本科及专科以上学历,受教育水平较高。健身教练持证上岗人数较多,以兼职教练为主,其中多为在校大学生。庆阳市团操教练的职业能力水平中等偏上。职业技能较好,

但对于职业知识的储备较为缺失,需要进一步的加强和学习。

3 庆阳市健身俱乐部团操教练职业素养研究

3.1 庆阳市健身俱乐部团操教练职业道德的研究

3.1.1 职业道德规范的研究

团操教练的职业道德规范可分为优、良、一般三个水平。优的水平标准是热爱团操事业、尽心尽力、态度正派、人人平等,拥有良好的时间观念,外形较好。具体的来讲,首先,团操教练应持证上岗,有一定的知识储备。其次,团操教练作为一种特殊的服务人员,要树立正确的服务理念,对待会员人人平等。另外,健身行业作为正飞速发展的一个新兴产业,团操教练更是一个热门的职业,需要教练本身有着很好的体态和活力,可以积极地投入教练工作。

良的水平标准为关心会员、有责任感、态度较好、事业心好。具体表现为会鼓励督促会员的体育锻炼,不忘初心。将团操教练作为一个普通职业来看待,而不是一种热爱,多数教练均可达到良以上标准。

一般的水平,表现为教练过来只是上课,下课就走人,很少与会员沟通交流,缺少团队合作的能力且凝聚力不足,这种教练的水平一般较差,很容易在激烈行业中被淘汰。

3.1.2 职业行为准则的研究

不同性别团操教练职业行为准则对比结果,如表1所示。可以看出,性别对于团操教练执业道德行为的差异并不明显。分析原因可能为健身行业本身,对于性别的要求就没有明显的差异。表现为男女平等,且作为教练,无论男女,都保持着对团操工作认真负责的态度。另一方面可能是由于健身教练行业较大的竞争压力,也强制教练要具备较好的行业道德规范。

表1 不同性别团操教练职业行为准则对比

	男(平均值+方差)	女(平均值+方差)
人人平等	3.01+0.3255	3.02+0.1456
外形、态度	3.78+0.2226	4.09+0.1254
时间观念	3.54+0.3256	3.87+0.3655

不同授课年限团操教练职业行为准则对比结果,如表2所示。根据表中结果可以看出,不同授课年限的团操教练对于职业行为准则的一些规范存在着较明显的差异。分析原因,可能是由于本身职业道德的评价,就没有一个系统的规范的体系。在日常授课的积累当中可以不断的提高自己,因此伴随着授课年限的增加,教练的行为也会更加老练和成熟。作为年轻的教练还需要在实践中积累经验不断的成长和发展,坚持较好的职业行为习惯。

表2 不同授课年限团操教练职业行为准则对比

	三年以内(平均值+方差)	4—6年(平均值+方差)	7—9年(平均值+方差)	10年以上(平均值+方差)
人人平等	3.94+0.239	4.04+0.236	3.62+0.162	4.17+0.220
外形、态度	3.86+0.569	3.72+0.142	3.75+0.785	4.08+0.059
时间观念	4.13+0.246	4.12+0.356	4.13+0.359	4.45+0.214

3.2 庆阳市团操教练职业能力的研究

3.2.1 职业技能的研究

庆阳市健身俱乐部团操教练职业技能分析图,如图1所示。从图中结果可以看出,总体来讲,庆阳市健身俱乐部团操教练的职业技能水平属于中上水平。其中动作编排能力和音乐选择使用能力低于平均水平,说明庆阳市团操教练在创新能力等方面较差。在其他方面的能力表现较好,特别是讲解示范能力较好。团操教练主要以体育院校或者是体育专业毕业或在校的学生为主,也因此职业技能也有一定水平。

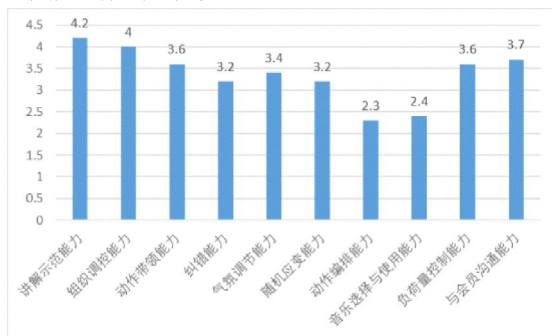


图1 团操教练职业技能分析图

3.2.2 职业知识的研究

庆阳市健身俱乐部团操教练职业知识分析图,如图2所示。从图中可以看出,庆阳市团操教练职业知识水平不高。庆阳市团操教练对于运动生理学、解剖学、运动康复知识和运动营养学的知识都较为薄弱,对于运动训练学的知识也只是处于中等水平。通过走访俱乐部的团操教练,发现他们加入俱乐部时并没有严格的知识考核,对于运动学的知识未进行系统的学习,在实际的教

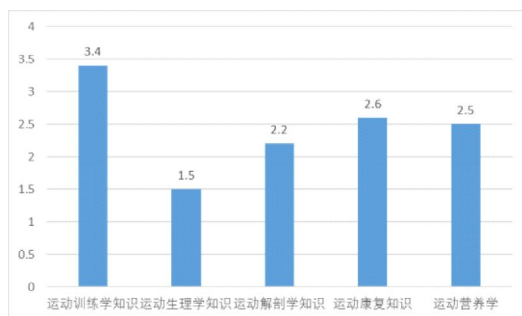


图2 团操教练职业知识分析图

学中并未涉及过多的理论知识,偏重于实践教学。虽然有大部分团操教练毕业于体育院校,对于这些知识有着一定的了解,但是其应用能力普遍较差。专业理论知识的缺失并不利于健身行业整体的发展,因此要在注重实践的同时,结合对理论知识的学习,才能够达到更好的教学效果。

4 庆阳市健身俱乐部团操教练职业道德与职业能力相关性研究

本部分使用Pearson相关分析法检验团操教练职业素养中职业能力与职业道德两者之间的关系。Pearson相关系数,又称积差相关系数,取值-1到1,绝对值越大,说明相关性越强。用整体平均值分别代表职业道德与职业能力。职业能力与职业道德规范的Pearson相关分析结果,如表3所示。

表3 职业能力与职业道德规范的Pearson相关分析结果

	职业道德	职业能力
Pearson		0.517
显著性	1	0.031
Pearson	0.517	1
显著性	0.031	

团操教练职业道德与职业能力Pearson相关系数为0.517,说明职业道德与职业能力具有较强相关性,两者显著性为0.031,说明两者存在差异性。对两者进一步进行回归分析,结果如表4和表5所示。

表4 职业能力对职业道德的作用分析

	R ²	显著性	回归系数
职业技能	0.050	0.032	0.370
职业知识	0.038	0.041	0.170

职业技能和职业知识对于职业道德成正相关。团操教练的职业能力好,职业道德也就越好。分析其原因团操教练的职业技能一定程度上来讲,代表其上课的质量,侧面反映出其对于团操课程的重视程度。道德行为规范是无形的约束,对于人们职业行为的基本约束,职业能力一定程度上,可以代表团操教练的职业道德素养。

表5 职业道德对职业能力的作用分析

	R ²	显著性	回归系数
职业道德规范	0.043	0.032	0.208
职业行为准则	0.035	0.041	0.329

职业道德规范对职业能力的影响成正相关,且可以看出团操教练的行为准则,对于能力的作用要大于职业道德。职业道德规范对人们的行为活动起到约束作用,而好的团操教练,对自己的职业素养的要求严格。团操运动需要为群众提供专业的健身指导,关系到人的健身效果和健身水平,教练职业道德的提升也会促进自身能力的提高,有助于教练员自身的快速发展。

5 结论与建议

团操教练应注重自身职业道德培养,提高自身职业能力技能,在校学生更应该加强对于理论知识的学习,对健身知识要有更加的深入和完整的学习。

庆阳市健身俱乐部应完善对于团操教练的考核标准和评价体系,可以采用制定规章制度的方法,对于教练的行为习惯进行强制要求。增加奖惩机制,促进团操教练的良性竞争。对教练员从入职开始就进行严格把控,保证健身行业的健康发展。

参考文献:

- [1] 张杰. 浙江健美操指导员现状与发展[J]. 体育文化导刊, 2002(01): 68.
- [2] 崔绿群. 浅析健美操指导员的研究现状[J]. 科技信息, 2010(34): 320.

作者简介: 张丽娜(1984-),女,黑龙江大庆人,汉族,讲师,在读博士,研究方向:健美操教学训练理论与方法。