

庆阳市健身俱乐部团操教练基本现状调查

张丽娜

(陇东学院 体育学院 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。通过调查研究庆阳市商业健身俱乐部团操教练的基本现状,了解庆阳市目前团操教练员基本情况。

关键词:庆阳市 团操教练 基本情况

1 前言

随着人们生活水平的日益提高,以及人们对于美好生活的向往,我国的健身群体不断发展壮大,健身俱乐部的规模也在不断的发展,健身的项目也在不断增多。为了满足人民群众日益增长的健身需求,健身俱乐部中常会聘请教练。健身教练分为私教和团操教练两部分。有专家表明一个商业健身俱乐部的成败主要取决于团操教练好坏,这也反映了人们心中的团操教练在俱乐部中不可替代的重要地位和作用^[1]。

2 研究对象和方法

2.1 研究对象

俱乐部专、兼职团操教练

2.2 研究方法

2.2.1 文献资料法

用文献查阅法进行理论基础的搜集和学习研究,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。

2.2.2 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;根据团操教练职业特征,设计调查问卷,并发放至庆阳市部分健身场所进行调查研究。

2.2.3 访谈法

此次研究通过访谈俱乐部团操主管、俱乐部专兼职教练。通过对俱乐部专兼职教练直接访问,获取最直接的信息,为研究提供依据。

2.2.4 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。

3 国内外研究现状

3.1 国内相关研究现状

团操教练的职业素养主要包括职业道德和职业能力两个方面,职业道德是从业最基本要求,职业能力是从业的重要保证。随着经济时代的快速发展,各行各业都在不断前进,行业竞争的同时也是不断激烈,职业素养至关重要。职业道德是群众意识和行动上的约束,帮助大众提高整个社会群体的职业道德认识,有利于规范职业道德,减少职业矛盾、保障人民利益。陈宏威^[2]曾指出,职业道德决定技能水平的高低,是决定创业是否成功的关键。崔绿群^[3]指出,社会对职业道德教育尚未引起足够的重视,职业道德教育中存在一些不足。黄春月等^[4]指出,教师承担立德育人的责任,职业道德是具体性规划性发展性的主要体现。陆丹华^[5]对团操教练的素养高低与健身俱乐部发展的影响进行研究,指出健美操作为传统的一种对其专业素养,有着较高的要求。李先雄^[6]对健身教练员的性别比例、学历层次、专业知识等方面进行研究发现,这些因素已经是目前制约健身器械发展的共性问题。郑艳静^[6]曾对哈尔滨市的健身俱乐部

的教练职业素质影响研究,发现教练等级决定着俱乐部整体水平。赵磊家成^[7]对乌鲁木齐的健身俱乐部健美操指导教练的职业素质进行了研究,表明基本教练员应具备一定的创编能力、授课能力和沟通能力。宋琼^[8]曾对武汉的健美操知道员的职业素养研究,认为作为一名教练需要有很强的自学能力,才可以从不断发展变化的时代之中,保证自己不会被时代所落下。

综上所述,作为一名健身教练,在健身教练的职业素养中,不仅要有专业的理论知识和技术技能,还要有良好的外部形象和职业道德,我国健身产业刚刚起步,健身教练的研究主要集中于一线发达城市和经济较好的地区,研究内容也主要是从健身教练的性别、年龄、学历、从业年限技能能力等方面不同的学者对此做出了不同的贡献。

3.2 国外相关研究现状

通过对国外文献的学习发现,在国外非常重视职业道德。各行各业中都有职业道德相关的认识体系和行为规范。^[9]国外学者研究表明,职业道德主要分为规范标准、教育途径等方面,具体则是通过自身的道德素质,通过实践的途径,提升自身的修养素质。美国经济学家约翰杜威认为职业道德的教育,要注重实践,让人在身体力行中体验和感悟,提升素养。^[10]在美国健身教练的选拔非常严格,且有具规模的考试 ACSM,以医疗人员、学术人员和健身俱乐部经营为主要对象。权威性较高,美国健身教练培训工作非常严格。^[11]Tim 认为健身教练应该具有的能力,包括思辨能力,主动学习哲学知识;坚持记录生活;认真观察吸取吸取错误,从中总结经验;人际关系要和谐,要有一定的原则性。^[12]Male 认为私教要有丰富的从业知识,有着丰富的从业经验,而且要有一定的要有资格匹配的证书。^[13]

从上述可以看出在国外,对于健身教练的要求十分严格,表现为理论和实践两个方面,在国外教练大多具有较优的学历和身体素质,而且要有丰富的实践经验才可以参加理论考试,经过半个世纪的发展国外在健身俱乐部的这方面也形成了较为系统的体系。

4 团操教练的基本现状研究

4.1 性别与年龄结构

通过对本次问卷调查结果进行整理,得出健身俱乐部团操教练性别与年龄结构分布统计结果,统计结果如图 1 所示。男性教练占 40%,女性教练占 60%,即女性多于男性。分析原因可能由于团操教练主要以有氧舞蹈类项目为主,女性教练相对于男性来说,协调性和舞蹈类动作的流畅度都要高与男性教练。另外则是男女不同性别,对于团操项目地认识不同。男性教练更倾向于力量训练等项目,擅长身体塑形。而女教练更倾向于有氧运动,做减脂瘦身等项目。而随着健身运动团操活动的不断发展,越来越多的男性会员也加入到团操的训练当中,因此男性教练的数量也跟着增长起来。

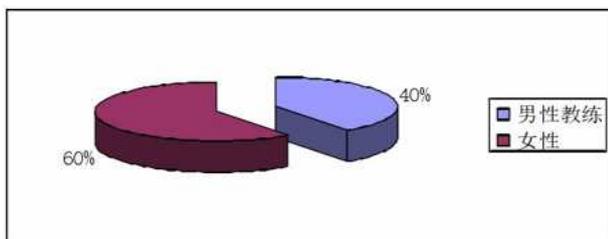


图1 庆阳市健身俱乐部团操教练性别统计图

庆阳市健身俱乐部团操教练年龄结构分布结果,如图2所示。可以发现,团操教练以二十岁到三十九岁的中青年人为主,且有逐步向年轻化的方向发展的趋势。健身俱乐部近几年发展迅猛,团操课程更是由于其减脂效果明显而火热起来。年轻化的原因主要是年轻的教练更倾向于接受新事物,且处于体能充沛的年龄段,正处于青春活力,朝气蓬勃的时候,容易接受新的挑战。

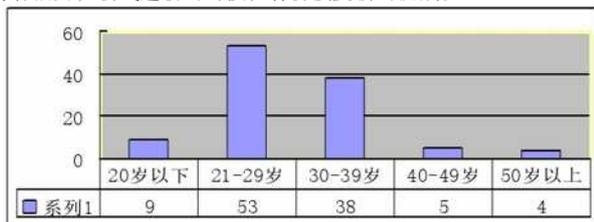


图2 庆阳市健身俱乐部团操教练年龄结构分布图

4.2 学历水平

庆阳市健身俱乐部团操教练学历水平分布结果,如图3所示。目前庆阳市团操教练的受教育程度属于较高水平,其中本科学历达到总数的66%,专科学历达到25%,也就是说高等学历的教练达到总人数的90%以上。随着经济水平的发展越来越多的人可以接受高水平教育,这也是学历水平较高的主要原因。其次,在大学、专科等高等院校也是健身爱好者的聚居地,而且俱乐部中兼职老师多是在校大学生。这代表团操教练所需要的知识储备较多,也更受知识分子的青睐。

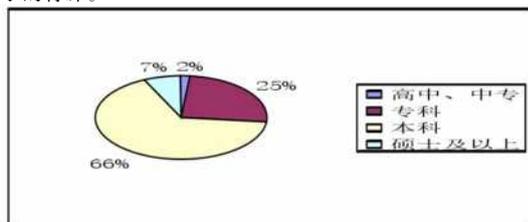


图3 庆阳市健身俱乐部团操教练学历水平分布图

4.3 持证教学情况

庆阳市团操教练从业资格证书比例图,如图4所示。庆阳健身俱乐部团操教练持证上岗率很高,可达75%。分析其原因,一方面目前健身俱乐部,对于教练的从业资格审核较为严格,要求也更高。超过六成的俱乐部都要求持证上岗。另一方面,团操作为一项健身项目,需要的知识储备和能力需求也较高,需要有一

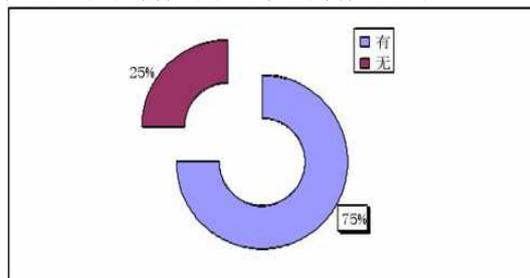


图4 庆阳市团操教练从业资格证书比例图

定的证书支持。当然有些特殊情况,有一部分团操教练,毕业于体育院校,但没有考取资格证书,但因其经验丰富一般也会被俱乐部所任用。

4.4 专兼职情况

团操教练专兼职人数统计结果,如图5所示。目前庆阳市中团操教练主要以兼职教练为主,大约为全职教练的两倍。分析原因,目前健身教练在我国并不能算作是一个十分稳定的职业,同时作为团操教练因其指导意义较小,主要为领操带队的形式,每节课薪资有限,不足以做为一个全职工作。另一方面,健身作为自由的象征,这些团团操教练也只是利用空闲时间,结合自己的兴趣爱好挣点外快,做一种副业参与其中。

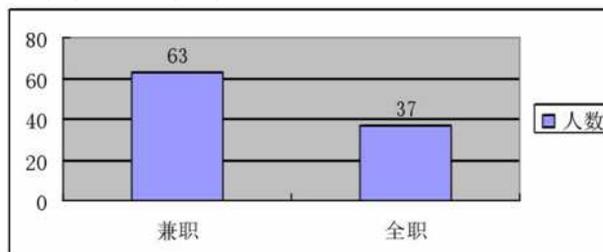


图5 团操教练专兼职人数统计图

5 结论

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。

在庆阳市团操教练职业行为准则对比中,发现不同性别对于职业道德行为的差异影响较小;而不同的授课年限,对于这些行为准则规范存在着较明显的差异。

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。

团操教练职业技能的高低,对于职业道德的好坏的影响成正相关,职业技能对于职业道德的影响更为突出。职业道德规范对职业能力的影响成正相关,且团操教练的行为准则对职业能力的作用更为明显。

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.
 - [3]黄春月.健身俱乐部健美操指导员职业素质的研究[J].佳木斯职业学院学报,2016(08):379-380.
 - [4]陆丹华.江苏省部分地区健身俱乐部健美操教练员的现状研究[D].苏州大学,2007.
 - [5]李先雄,杨芳,倪湘宏.我国健身俱乐部健美操指导员现状与分析[J].武汉体育学院学报,2009,43(09):73-76.
- 张丽娜(1984年1月),女,黑龙江肇源人,汉族,在读博士,主要从事体育教育训练学相关研究。
项目基金:2017年度甘肃省体育社会科学基金项目(GST2017101)