

# 广东省普通高校女子参与足球训练队的影响因素研究

◆刘苑清

(华南师范大学体育科学学院 广东广州 511400)

摘要:在《中国足球改革方案》的积极引导下,高校足球运动也迎来了美好的春天;但目前,校园女足运动的发展依然缓慢,高校男女生参与足球运动以及训练的人数比例相差甚远,组建男子足球队与组建女子足球队相比,组建一支女子足球队可以说困难重重,参加足球运动的女生稀缺,并且女生参与足球训练也会有多方面的考量;笔者采用了:文献资料法、访谈法,对其研究是为了了解和分析目前影响高校女子参与足球训练队的原因,从而采取有效措施吸引更多的高校女生参与到足球运动中来,为扩充高校女生足球运动人数和队伍以及可持续发展需要提供可行性建议。

关键词:足球;困难;改革

## 1、研究目的

为贯彻落实《中国足球改革方案》推动高校女足运动普及,营造高校女足健康发展的环境,激励女生长期积极参与足球运动的学习与训练,增加后备力量发展以及坚持可持续发展之道;激发更多女生对足球运动的兴趣并参与到足球运动的训练中来,本研究对广东省普通高校女生参与足球训练队的因素展开了详细调查与分析,指出影响女生参与足球队训练的各方面因素,为进一步促进高校女足训练的开展提供理论参考;在实践方面,以便给相关部门及学校提供可行性建议。

## 2、研究对象与方法

### 2.1 研究对象

本文以广东省普通高校进入大学生运动会决赛的女子足球队为研究对象。

### 2.2 研究方法

#### 2.2.1 文献资料法

通过在华南师范大学图书馆中检索中国知网、万方数据库等电子资源库,以“女子足球队”“高校女子足球”等为关键词进行文献检索,通过广泛的阅读文献了解本研究相关发展现状以及影响因素,并对资料进行了分类、整理、分析为本文的研究提供坚实的理论基础。

#### 2.2.2 访谈法

针对本研究所需的内容对广东省普通高校的女子足球队教练员、运动员进行了详细访谈,希望可以从访谈对象的角度分析广东省普通高校女子参与足球训练队的影响因素为本文研究提供参考资料,以便提出可行的建议。

## 3、结果与分析

### 3.1 国家政策及相关制度不够完善

2015年的《中国足球改革方案》内容中指出:在现有的基础上增加发展足球学校的数量,在2020年内全国达到2万所足球特色学校,在2025年内增加到5万所,其中开展校园女子足球的学校要占有一定的比例。国家政策具有导向作用,这一颁布推动了我国高校女子足球运动的发展,但相关制度并未把校园女足运动发展纳入学校足球计划工作中,体教结合的青少年培养体系未有明确给予高校女足发展过多的扶持力量,也没有为高校女足量身订造的赛事体系;广东省高校女足除了参加一年一次的省长杯和四年一次的大学生运动会这两个赛事,就未有其它高校女足可参加的赛事;在就业上,女足教练员还是会受到一定的性别歧视待遇,这对促进高校女足后备力量的健康发展会产生一定的阻碍作用。

### 3.2 传统社会意识形态普遍存在

我国古代传承的文化,重男轻女、重文轻武,女性以弱为美,男则以强为贵,时至今日这种传统观念仍有残留,尽管足球事业

在国家政策引导下有了前所未有的春天,但不少学生的父母还是对女生参与足球运动持反对态度,认为女性应以静为美,足球是一项室外运动,皮肤容易晒黑,影响美观,并且足球运动身体对抗剧烈,难免造成一些运动伤害。

除了受传统文化观念影响,也受男女生理结构差异影响,多数人认为女生在足球场上失去了女性的优势,但又保持着女性的劣势;当前,我国女足社会认可度还是较低,由于女足比赛对抗强度、比赛节奏及激烈性与男足比赛有一定差距,缺少了观赏性及娱乐性,因此女足比赛大多没有直播,免票都没球迷,并且女足运动员工资薪酬少,在亚洲乃至世界范围内无论是成绩还是名气都不能与女足相提并论的男足,薪酬待遇及社会福利制度保障却远高于女足,以上是传统社会观念普遍还存在问题。

### 3.3 学校经费保障制度以及校园足球文化建设不足

为促进校园女足运动的发展,场地器材及基本设施是硬件基础。笔者通过实地走访调查发现,广东省内高校基本配备两块标准的足球运动场,但由于普遍高校都至少有两支足球队;通常课下训练时,一块场地供男生足球队训练,另一块场地上选修课或者不用参加训练的男生们在踢比赛或者锻炼娱乐,因此女足训练也会面临场地受限的因素。同时,广东省内普通高校极其欠缺足球风雨训练场与室内教学馆,在恶劣的天气条件下,女足都得在室外参加训练。部分高校也面临足球数量不够,经常球不够用,只能轮流使用;并且足球是一个具有身体对抗的运动,在训练过程中,有时热身不充分,运球踢球过于着急,有时打训练赛时,身体对抗较为激烈等原因,会造成摔伤,踝关节扭伤,膝关节损伤等情况时有发生,有些学校足球队并没有基础备用的医疗用品。甚至有高校女生足球队并没有独立的专用的训练经费,参与训练的女生有的需要自己花钱买球服以及球鞋等训练所需用品。俗话说:巧妇难为无米之炊,经费是校园足球开展的最基本保障。

文化是民族的血脉,是人民的精神家园;同样,校园足球文化是足球运动的根基,丰富的校园足球文化氛围具有促进足球运动的普及作用,可以带动喜爱足球但技术基础差的同学参与到足球运动中来,同时培养学生团队精神、集体合作以及全局观念养成。但是,目前高校校园足球文化尚未构建,多数学生对足球文化的认识表浅;因此,推进高校女足发展过程中,更应多关注足球文化建设。

### 3.4 女足团队建设困难及女足教练员稀缺

从高校女子足球队的建设上来看,女足团队建设较为困难,高校女足运动员寥寥无几,招收高水平足球运动员的学校有嘉应学院、广州体育学院、华南师范大学、韩山师范学院和广州大学,但是每个学校女子足球队具有运动员等级证书的学生只有一两名,甚至没有,大部分队员都是零基础从各年级其他运动队招募进来的,通过一段时间的集体训练学习足球技战术去参与比赛的。

足球教练员在校园足球活动开展中具有举足轻重的地位;经笔者调查发现,带女足训练的主管教练员都是男性,并且仅有一名教练员,女教练员在高校极其稀缺,虽然男性教学年龄大都超过10年,具有一定的教学能力和技术水平,但各高校女子训练队队员有抱怨训练课乏味,训练课安排不合理;大学女生都有自主意识和想法,有时需要男性教练员动作指导或者交流多有不便,部分女生认为如果有女教练员进行教学指导,并进行亲身的动作示范和一些技术动作手把手指导,她们会更乐意参与到足球的训练队中来。

### 3.5 缺乏参与足球训练的兴趣

兴趣爱好是最好的导师,并且足球是团体运动需要氛围,除了个别女生是具有运动员等级证书和高水平足球运动员称号被高校特招的,其它多数女生都不了解足球运动,由于足球是一个室外运动,大部分大学女生都有爱美之心,担心自己会被晒黑影响美观;也有的女生为了学习足球技能很想参与到足球训练队中去,但是因为自己的上课时间与训练时间相冲突了,也就放弃了这个念头。但有的女生踢球为了锻炼身体,但是要好伙伴们却不想去,参加了别的运动,因此自己也跟着参加了别的运动。也有高校女生认为训练不科学,说好的训练两个小时,教练为了能出成绩经常拖延,并且训练强度过大,间歇时间少,产生训练疲劳,造成谈吐色变等一些心理阴影。运动伤害的事件常有发生,少部分女生由于受过运动带来的损伤,不敢尝试足球这种具有强烈身体对抗的运动,怕对身体留下一些后遗症。关于就业方面也有不少女生由于毕业后不想从事足球运动怕在室外经常会暴晒对皮肤健康有影响以及所学专业并不是足球专业就业另有方向等,这些都会成为影响女生参与足球训练队训练的因素。

#### 4、结论与建议

##### 4.1 落实足球运动发展的教育性政策,重视校园女足发展

广东省人民政府和相关部门应积极落实《中国足球改革方案》中提及的增加开展校园女子足球运动的学校数量并占有一定比例,鼓励普及校园女足运动把女子足球纳入足球教学工作计划当中,扩充广东省普通高校女足参赛队伍,定期组织训练赛及联赛,推动成立高校女子足球队队伍的常态化,并探索将高校女足竞赛成绩纳入高校体育工作考核评价体系中,并不定期考察监督其实施情况,对高校优秀女足队伍及带队教练员给予相应的奖励。

##### 4.2 加大对高校女足的经费扶持并增加比赛活动拓展经费来源

高校女足后备人才力量培养是循序渐进的过程,不仅需要政府各决策层部门的高度重视,也需社会各界共同参与支持与帮助,给予高校女足队伍建设经费保障,保证女子足球的开展有足够的场地、器材及基本设施,让其有较好的环境氛围,健康、持久发展,提高高校女足运动员的地位,给家长做好思想工作,解决校园足球中男女发展不平衡的局面,同时为女足运动员的找好出路。

比赛是训练的导师,赛练结合,促进进步;在组织比赛期间,通过学校官网、微信平台推送形式宣传比赛,扩大影响力,吸引更多学生关注比赛,同时寻找企业、商家合作,让其给予一定的赞助,增加额外经费及运动物资的来源。这样使企业得到了宣传,球员也得到了比赛的锻炼,使双方达到“双赢”效果。

##### 4.3 提高女子足球文化宣传力度、搭建高校女子俱乐部交流平台

增加我国女足日常生活训练比赛的曝光率,对我国女足的精彩比赛制造成精品赛事,打造女足球星并包装,运用电视转播、

新闻报道、微信平台推送等媒体的力量,通过广泛的宣传提升社会及学校对女子足球的关注程度,逐渐改变女足的冷门现象;并让女足球星的形象进入到校园,吸引更多女生对足球运动的关注,并培养她们对参与足球训练队的兴趣。

可以模仿社会企业足球文化发展的氛围,在推广高校女子足球的过程中,搭建由“各校体育主管指导,足球教练为主,女足队员为辅”的高校女足俱乐部管理模式。让高校女子足球队直接和俱乐部对接,锻炼学生的社交能力,满足不同技能水平学生多元化的需要,不仅为初学者提供学习互动平台,也对高水平足球运动员提供了展示自己的舞台。以此方式,打开学生视角有可能将今后的就业方向 and 足球联系到一起,从而真正喜欢上足球。

##### 4.4 完善教练员性别结构及扩招优质女足运动员人数

科学的人才培养方法与模式离不开优秀的教练员以及体育教师队伍;针对高校女子足球运动的发展,在培养足球专业人士上需要完善性别结构;各高校要招聘优秀的女性足球教练员,女性教练员能更容易和女学生沟通交流,并定期的让女性足球教练员参与培训学习接收最新知识,提升教练员教学及训练能力,这样才能更好的教授学生,并给教练员制定考核和激励制度,调动教练员的积极性。加强学校相关领导的重视程度,扶持女子球队建设,扩招高水平女足运动员,带动女子足球运动发展;只有设身处地为学生着想,学生才有可能更乐意参与到训练中来。

##### 4.5 科学安排趣味训练,激发参与兴趣

训练过程是促进技能提升的关键,女足队员参加训练是一个学习足球技术、认识足球技能的过程。教练员可采取以寓教于乐的趣味方式,丰富训练中的教学,使女足队员产生积极的情绪体验,在快乐中踢足球、认识足球、喜欢足球并与足球交朋友,享受足球运动带来的乐趣与自信,激发她们的主动和自觉参与的意识,在训练中增强责任感和团队合作精神;与此同时技术训练要特别强调循序渐进、合理安排训练时间,让训与学两不误,让女生无后顾之忧去参与训练;科学安排训练强度,在训练时,教练员一定要强调做好热身活动,避免运动损伤。

#### 参考文献:

- [1]魏东强,蔡其飞,蒋国勤,易敏.中小学校“校园女足”的生存状态及可持续性发展研究——以武汉市为例[J].体育科技文献通报,2018,26(01):5-8.
- [2]杨立超.影响我国女足发展的因素研究[D].华中师范大学,2013.
- [3]刘芬.中小学校园女子足球冷现象探索[J].当代体育科技,2018,8(28):67-69.
- [4]喻林.高校女足发展审视[J].当代体育科技,2017,7(31):162+164.
- [5]陈雪娟.透过广东省大运比赛看女足进校园前景[J].运动,2016(01):38-39.

