

# 乌海市碧傲综合武道馆跆拳道项目开展现状研究

党旭

内蒙古师范大学体育学院, 内蒙古 呼和浩特  
Email: 446717720@qq.com

收稿日期: 2021年4月26日; 录用日期: 2021年5月27日; 发布日期: 2021年6月3日

---

## 摘要

本文采用文献资料法、实地考察法对乌海市碧傲综合武道馆及其各分校的场地器材、师资力量、学员情况、教学内容等进行研究, 发现其在发展中存在的问题, 提出一些粗浅的建议, 以期对乌海市碧傲综合武道馆跆拳道项目今后的发展提供理论依据, 从而对内蒙古跆拳道项目的发展做出更多的贡献。

## 关键词

跆拳道, 碧傲综合武道馆, 招生, 教学

---

# Research on the Present Situation of Taekwondo Project in Bi Ao Comprehensive Martial Arts Club in Wuhai City

Xu Dang

Physical Education College, Inner Mongolia Normal University, Hohhot Inner Mongolia  
Email: 446717720@qq.com

Received: Apr. 26<sup>th</sup>, 2021; accepted: May 27<sup>th</sup>, 2021; published: Jun. 3<sup>rd</sup>, 2021

---

## Abstract

This article uses the literature method, field survey method of Wuhai Bi Ao comprehensive Martial Arts Club and the branch campus, such as: space equipment, teachers, students, teaching content, etc. Through the study, we find the problems existing in its development and put forward some

superficial suggestions. The purpose is to provide theoretical basis for the development of Wuhai Bi Ao Martial Arts Club Taekwondo project, and to make more contributions to the development of Inner Mongolia Taekwondo.

## Keywords

Taekwondo, Bi Ao Comprehensive Martial Arts Club, Enroll Student, Teaching

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial International License (CC BY-NC 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



Open Access

## 1. 前言

自新中国成立以来,在举国体制的促进下,各运动项目得以高速发展,跆拳道也不例外。而运动项目的发展又建立在优秀运动员和教练员队伍的基础上。各省级跆拳道专业队中,许多运动员在年幼时都在地方道馆、俱乐部中进行学习训练。因此,跆拳道俱乐部是培养和挖掘跆拳道人才的重要途径。做好跆拳道人才培养和挖掘的基础工作对内蒙古跆拳道项目的发展具有长远的意义。

## 2. 研究方法和对象

### 2.1. 研究方法

#### 2.1.1. 文献资料法

根据本文所研究的重点和方向,在中国知网和万方数据等学术网站上检索相关文献进行研读,以及查阅体育产业管理、跆拳道俱乐部等相关书籍,搜集所需素材为本文的研究提供理论依据。

#### 2.1.2. 实地考察法

对乌海市碧傲综合武道馆总校及各个分校进行实地考察,了解其场地器材条件、师资力量、学员情况和教学内容等,为本研究提供数据支撑。

### 2.2. 研究对象

根据研究的实际情况和可行性,将乌海市碧傲综合武道馆总校及各分校的跆拳道项目作为本文的研究对象。

碧傲综合武道馆成立于2006年,由乌海市跆拳道协会秘书长李国旗创办。自2006年创办至今,共成立了五家分校,分别为:乌海市海勃湾区通用时代广场总校、乌海市海勃湾区钻石广场分校、乌海市乌达区分校、棋盘井分校、呼和浩特市分校。根据研究的可行性需要,本文主要对碧傲乌海市两个分校(通用和乌达区)以及棋盘井分校进行研究(棋盘井镇与乌海市相邻)。一路走来碧傲从开始的初创期逐渐进入今天的发展期,形成了以跆拳道为主,加入传统散打、巴西柔术、拳击等的交叉训练体系。近年来在跆拳道项目方面输送了20余名运动员,近100名教练员。

## 3. 乌海市碧傲综合武道馆跆拳道项目开展现状

### 3.1. 场地器材条件

乌海市海勃湾区通用时代广场总校场地器材条件如下表1:

**Table 1.** General School Times Square, Haibowan District, Wuhai City, Area: 500 m<sup>2</sup>**表 1.** 乌海市海勃湾区通用时代广场总校占地面积: 500 m<sup>2</sup>

|       | 训练区 | 休息区 | 更衣室 | 办公室 | 沙袋 | 擂台 | 空翻气垫 | 各种训练靶 |
|-------|-----|-----|-----|-----|----|----|------|-------|
| 数量(个) | 2   | 1   | 2   | 1   | 8  | 1  | 1    | 若干    |

乌海市乌达区分校场地器材条件如下表 2:

**Table 2.** Wuda District School, Wuhai City, Area: 850 m<sup>2</sup>**表 2.** 乌海市乌达区分校占地面积: 850 m<sup>2</sup>

|       | 训练区 | 休息区 | 更衣室 | 办公室 | 沙袋 | 擂台 | 空翻气垫 | 各种训练靶 | 功能区 |
|-------|-----|-----|-----|-----|----|----|------|-------|-----|
| 数量(个) | 2   | 1   | 2   | 1   | 8  | 1  | 1    | 若干    | 1   |

(功能区主要进行展览, 包括: 发展历程、奖项、主要贡献、游戏、课程体系等。)

棋盘井镇分校场地器材条件如下表 3:

**Table 3.** Qipanjing Town Branch School, Area: 320 m<sup>2</sup>**表 3.** 棋盘井镇分校占地面积: 320 m<sup>2</sup>

|       | 训练区 | 休息区 | 更衣室 | 办公室 | 沙袋 | 擂台 | 空翻气垫 | 各种训练靶 |
|-------|-----|-----|-----|-----|----|----|------|-------|
| 数量(个) | 1   | 1   | 2   | 1   | 8  | 1  | 1    | 若干    |

从上述表格可以看出, 碧傲各分校的场地器材条件相对来说比较充足, 可以满足日常的课程教学、学员热身、技能训练、体能训练以及比赛的需要。

### 3.2. 师资情况

根据 2020 年 1 月调查数据, 三个分校的在职人员共 16 人, 包括教练员 13 名和班主任老师(不参与教学和训练)3 名。教练员的平均年龄在 27 岁左右, 只有两名女性教练员, 其余 11 名为男性教练员。百分之九十的教练员为专科学历。13 名教练员中, 8 名主教任教时间均在 3 年以上, 可以很好的进行教学, 把握训练节奏。其余 5 名助理教练的任教时间也都在 1 年以上。所有教练员都要参加每周四次的内部培训, 分别在每周一、周三、周六、周日进行, 每次时长一个半小时。每年会举行一次外部培训, 公费选派优秀教练员到各地优秀道馆进行学习培训。校长李国旗表示: 近年来, 由于注重团队的质量, 所以在团队规模方面, 发展一直受到阻碍。而且教练员团队的招募方式也较为单一, 大多数教练员都是曾经碧傲的学员以及通过微信朋友圈推广过来的应聘者。

### 3.3. 学员情况

本次调查显示, 三个校区中, 50%的在校学员为 4 至 7 周岁, 8 至 12 周岁占到 30%, 12 周岁以上的学员仅有 10%, 男女比例为 9:1。所有学员都是因为自己对跆拳道有着很大的兴趣所以坚持训练, 没有家长强制进行学习的。据了解, 三个校区的招生方式也都只是基本的街道递推以及老学员介绍, 李校长也表示多年来由于工作的重心一直放在教学上, 招生一直是碧傲的弱项。

### 3.4. 教学内容

学员的训练频率根据年龄划分, 水平一及以下年龄的学员为幼儿班, 每周两节训练课每节一个半小

时；水平二及以上年龄的学员为少儿班，每周一节训练课，时长两个半小时。在对幼儿的兴趣培养过程中，教练员多采用鼓励式教学，让孩子不断发现自身的优点，增强自信心从而产生对跆拳道兴趣。同时不断进行训练和教学方式的更新，最大程度减少孩子的枯燥感。

教学内容根据孩子的级位划分而有所不同：白带至绿带，主要进行跆拳道基本动作的学习和巩固，为之后的训练难度提升奠定基础，例如：前踢、横踢、旋风踢、下劈、勾摆、侧踹、后蹬、格挡、冲拳等；绿带至蓝红带，逐渐让学员开始接触出实战对抗，例如：条件实战、约束实战、空间实战，最后进入自由实战。蓝红带至黑带，主要进行特技表演、防身术、双截棍的学习。每个级位都有明确的考试制度，通过考试来确定学员的学习阶段。

## 4. 存在的主要问题

### 4.1. 学员流失

碧傲存在学员流失的现象，主要原因是：个别教练员责任心下降导致一些学员的训练效果出现问题；由于竞技项目训练的枯燥，一些学员会产生厌倦心理，教练员没有及时的进行心理辅导，导致流失；学员的升学，大部分学员到了初中阶段由于课业负担的加大而放弃坚持训练。

### 4.2. 教练员团队的学历有待提高，招募方式过于单一

本次调查显示，碧傲的教练员培训机制、晋升机制相对来说比较完善，但是 90%的教练员均为专科学历，教学的广度将受到限制。同时是教练员团队的招募方式仅限于微信推广和学员的回归，较为被动。

### 4.3. 招生方式单一

调查显示，碧傲的招生方式还仅停留在传统的递推招生，没有利用好网络媒体等新型社交手段，以及各大商场、企业的表演平台。

## 5. 建议

1) 加强现有团队建设，工作期间多开展团队文化和专业建设[1]，为教练员提供相关理论知识学习的机会，增强专业技能；利用节假日多开展团队业余活动，增强团队凝聚力，带动团队整体齐心协力为碧傲的发展做出贡献；制定教练员工作条例，明确奖惩制度，增强教练员责任心。

2) 多渠道开展团队招募，扩大团队规模。利用好互联网平台、求职网站进行招募[1] [2]，允许的情况下自设网站，在网站上展示团队面貌、历史简介、职业规划展览等，使求职者在应聘前可以多方位了解碧傲团队的优势，以产生对岗位的憧憬；以招聘人员的身份，积极参加各校招聘会，引进应届大学生。

3) 多引进年轻教练员及工作人员，保持团队活力，年轻一代教练员接触新事物的能力更强，有利于教学的创新及教学效果的改善；引进各项目专业教练员，更好地支撑多项目交叉训练体系，各项目专业教练员之间相互交流可以发现训练中存在的优势及弊端，从而更好的完善交叉训练体系。

4) 多渠道开展招生工作，在原有的街道递推基础上，加入公共表演、网络宣传；成立表演团。不仅可以帮助招生，还可以激励学员努力训练以进入表演团。经常参加公共表演，例如：校庆、商场活动、公司年会等[3]。进一步扩大碧傲在乌海市的影响力，从而吸引更多学员报名参训；利用微信公众号全面介绍学习跆拳道的意义、未来规划、考学政策等。

5) 优化课程体系，勇于创新。在训练中多加入带有趣味性的练习方式，以帮助学员消除训练的枯燥感[4] [5]。

6) 在条件允许的情况下,与各学校合作在校内开展跆拳道兴趣社团。一方面丰富学生的课余文化生活,另一方面有助于向社会普及跆拳道知识,带动氛围,吸引更多潜在学员。

### 参考文献

- [1] 杨琦,刘锦飞. 榆林市榆阳区跆拳道俱乐部开展现状及发展对策研究[J]. 榆林学院学报, 2020, 30(4): 92-96+106.
- [2] 吴昊. “互联网+”视域下洛阳市少儿跆拳道培训机构运营研究[D]: [硕士学位论文]. 大连: 辽宁师范大学, 2020.
- [3] 刘晓磊,宋超. 库尔勒市精武棍道俱乐部跆拳道开展现状研究[J]. 武术研究, 2020, 5(10): 91-93.
- [4] 程龙. 跆拳道运动对大学生思想政治教育影响的探究[J]. 科技资讯, 2020, 18(35): 213-215.
- [5] 雷洁. 跆拳道教学中培养大学生意志品质的策略研究[J]. 当代体育科技, 2020, 10(30): 70-71+74.