

第七章 選手培訓

第一節 緒 論

中共自1951年開始，由國家體委建立籃球、排球、游泳等三個優秀運動隊（國家代表隊），當時僅共25名運動員⁽¹⁾，此為其組訓代表隊的先聲。在1955年以前，尚未有過世界紀錄，1956與1957年各有三次，1958年躍為8次，而自第廿五屆世界桌球錦標賽，容國團一舉拿下單打金牌後，在1959年至1961年間，相繼打破54次世界紀錄，1961年於北京舉行的第廿六屆世桌賽，中共更擊潰日本，以男子團體、男女單打三項冠軍的優勢，稱霸世界桌壇。

時至今日，中共在運動競技上，已屬亞洲首強，在體操、跳水、游泳、田徑、舉重、籃球、排球……等成績更已臻世界水準，可謂為今日世界的體育強國之一。其如何以致之？自是我們所關切的焦點。而優秀運動選手的養成與訓練，非長期努力不為功。因此本研究先從其運動選手培訓目標與組織形式著手，擬藉文獻、資料加以分析，釐出中共對運動選手培訓的延革與發展，以資借鏡。

經過文獻的探討與分析，大陸運動選手培訓之研究可從目標與任務、體育鍛煉、組織形式、重點項目與選才、體育教師與教練員培訓、競賽制度等六方面，來加以研究論述，較能獲得一統整而明確的概念，惟因限於資料蒐集尚嫌不足，擬僅從其各階段的目標任務與組織形式兩個子題加以探討。

希望從中共各階段培訓運動選手的目標任務在與其所發展出的訓練組織形式上，了解其相互推演的關係為何，以為有識者與有關當局提供思考與政策擬訂的依據，乃本研究之貢獻。

惟因本研究為「大陸小學學校體育」研究子題之一，而大陸運動選手之培訓並無如此明確的劃分小學、中學，皆以青年、青少年或少年兒童涵蓋兩個階段。且其運動選手幾都為學校在學學生，但其訓練組織形式卻包含校內與校外的業餘訓練，若單從「小學運動選手培訓」為探討主題，實不僅難以窺其全貌，且亦難免與「中學選手培訓」混為一談，故本研究以其初級訓練形式迄優秀運動隊為一整體，再區分為六個方面加以探討，本期僅先就目標任務與組織形式兩方面論述。

本研究依其目標任務的不同，將之區分為四個時期：

一、「愛國主義和共產主義教育」時期(1951—1960)

二、「調整、鞏固、充實、提高」時期(1961—1966)

三、「友誼第一，比賽第二」時期(1971—1979)

(一)前期：文化大革命後至四人幫鬥爭(1972—1977)

(二)後期：四人幫落幕至取得國際奧會會籍(1978—1979)

四、「衝出亞洲，走向世界」時期(1980年迄今)

(一)六五期間：(1981-1985)

(二)七五期間：(1986-1990)

(三)八五期間：(1991-現在)

第二節 各期選手培訓的目標與任務

一、「愛國主義和共產主義教育」時期(1951—1960)

依據1956年頒佈之「少年業餘體育學校章程(草案)」第一條，即

明確指出其目的在「以熱愛祖國的精神來教育少年運動員，促使它們身體全面發展，掌握專項運動技術，從中培養優秀運動員。(2)」，而在「關於舉辦青、少年業餘體校應行注意事項的通報」中，指出「通過教學和教練向青、少年進行愛國主義和共產主義教育」(3)。顯見中共擬以運動競技的推展，來激發民眾的愛國心，凝聚對國家的向心力，使青、少年對共產主義產生信心、建立信仰。

1957年由於反右派鬥爭的擴大化，1958年「大躍進」之風吹起，中共在體育業務的指導上，犯了「高指標」、「浮誇風」、「瞎指揮」與片面強調大運動量訓練等錯誤(4)。加上1959年容國團奪得第一面運動金牌後，激起中國人的愛國心與運動熱潮，到1961年取得世界桌壇盟主地位，更使此運動熱達於頂峰，此從其體育院校的增長可窺出端倪，1957年方僅六所，至1960年的廿所，在校生計一萬四千多人(5)，而1962年其體育重點學校竟已發展至二百所，在校生高達四萬人。在此一窩蜂的躁進、猛進的推展下，不當的後果自難避免。

二、「調整、鞏固、充實、提高」時期(1961—1966)

由於過於熱衷追求提高成績，與群眾體育急速膨脹，產生不少弊端，與人力、物力、財力方面的浪費，中共1961年起，開始採取縮短戰線，確保重點的措施，收縮群眾體育活動，進行體育院校與業餘體校的調整與整頓，精減專業隊伍(6)，整飭錦標主義歪風。

1961年中共國家體委對直屬運動隊進行運動傷害調查，發現在691名運動員中，有59%受到運動傷害的困擾，其中22.3%甚且傷重而無法再參與訓練，因此呼籲對少年運動員的訓練，應「看得遠、走得穩」(7)，要求必須制訂多年的訓練計劃，同時做好技術指導和醫務監督，以全面的身體訓練為主，不得過高、過急的要求成績表現。

1962年隨即提出「調整、鞏固、充實、提高」的全國體育實施方針，欲圖逐漸矯正盲目追求「錦標主義」與運動好手驕傲自滿的心態以及減少運動傷害(8)。並導正學校體育課程與活動。同年再次調查，運動傷害人數已降至20%，顯示在傷害預防有了初步的成效。而學校的體育課和體育課外活動也開始恢復正常。

1963年對選手業餘訓練上，強調必須從生產和生活水平出發，堅持需要、可能和業餘、自願、小型、多樣，以及因時、因地、因人制宜等原則，要積極且有步驟的開展，不得要求過急過高(9)。

1964年 9月國家體委頒發「青少年業餘體育學校工作條例(草案)」，第一條即明訂須利用業餘時間，本自願原則來「培養熱愛祖國、身體全面發展、掌握專項運動技術的優秀運動員後備人才」，為其主要任務，同時培養出「基層體育積極分子」，以作為學校體育課和課外體育活動的骨幹。1965年提出「重點抓好青少年，首先抓學校」(10)。顯示中共體育當局已確認學校體育工作是培訓選手的重心，且應從年齡較小的青少年著手。

經過「調整、鞏固、充實、提高」方針的實施，到1965年，無論是普及或提高均有長足的進展，其具體事實顯現在中共第二屆的全運會，該屆全運計有24人打破世界紀錄，有數千萬人參加各級比賽的選拔。而僅此一年，桌球隊獲五項世界冠軍，共有六十六名運動員四十一次打破世界紀錄(11)。若與當時奧運會成績比較，已大約排名世界第十名(12)。顯見本時期就中共體育發展而言，成果算是相當豐碩的。

時至1966年，已有一股「山雨欲來風滿樓」的肅殺之氣，在當年的全國體育會議工作報告上，對體育競賽中「錦標主義」與「弄虛作假」的風氣作了嚴肅的批鬥，與會人員並確認「政治是統帥，是靈魂」，要以「毛澤東思想來統帥我們的一切思想行動」(13)，會議內容已

充滿政治鬥爭的意味。

三、「友誼第一，比賽第二」時期(1971—1979)

1971年1月，日本桌球協會會長後藤鉀二率代表團訪問中共，並邀中共派團參加3月在名古屋舉行的第卅一屆世桌賽，毛澤東作了「我隊應去」的批示，在出征前夕，毛澤東請周恩來向代表團轉達「友誼第一，比賽第二」的方針，即為此方針之始(14)。亦是中共積極向外擴展影響力，推展「乒乓外交」最力的時期。

(一)前期：文化大革命後至四人幫鬥爭(1972—1977)

在1966年報告中，曾為有些項目選手出現青黃不接，運動水平不僅提高緩慢，甚至大起大落的現象，而提出「建立層層銜接的業餘訓練網」的對策，並強調各級體委應配合教育部門「搞好」學校的“兩課、兩操、兩活動”，開展業餘訓練和競賽活動，並積極試行「青少年體育鍛煉標準」，使學生每天平均有一小時的鍛煉(15)。惟因隨之而來的動亂致使一切體育工作停擺。

1972年局勢漸趨穩定後，由於動亂期間中共幾與國際社會隔離，為擴展對外關係，毛澤東擬訂「用小球轉動地球」的體育外交決策，提出“友誼第一，比賽第二”的國際體育活動方針，以圖在國際體育組織中，積極而有步驟的開展「驅蔣」鬥爭。當年即與79個國家和地區進行了230多起的體育交往(16)。

基於政治外交上的需要，建立「又紅又專」的教練員與運動隊便成此期的努力目標，故本期青少年業餘體校的任務為：(一)宣傳貫徹毛主席的革命體育路線和教育方針；(二)不斷提高青少年運動技術水平，為優秀運動隊和各級業餘代表隊培養新生力量，同時為基層培養專項運動技術骨幹；(三)推動群眾性體育運動的普及與提高(17)。

1973年的全國體育工作會議中，為遵照毛澤東關於「發展體育運動，增強人民體質。……從兒童抓起，積極發展群眾體育運動，……使體育運動更好的為社會主義革命和社會主義建設服務」之指示，提出要加強對青少年、兒童業餘訓練的領導，並全面規劃、合理布局，把各級業餘體校與基層代表隊、業餘訓練點等多種形式相互配合，逐步形成層層銜接的業餘訓練網，以為運動隊培養後備力量，為基層培養技術骨幹，使之成為「基礎大，尖子尖」的培訓體系。同時要求優秀運動隊貫徹「嚴格訓練，嚴格要求」的方針，並堅持「從實戰需要出發，從難從嚴進行大運動量訓練」的「三從一大」原則，使全年達到或超過 280個訓練日，且平均每天訓練五小時以上⁽¹⁸⁾。至此，中共當局正式把選手培訓年齡延伸到兒童階段，將小學體育選手納入培訓體系之中。

1974年中共中央批准的國際體育活動計劃，主要目標即配合外交鬥爭，增進與各國人民的友誼，以擴大中共的政治影響，並促進運動技術水準的提高。故鼓勵各省、市、自治區代表隊出國比賽，但要堅決貫徹「友誼第一，比賽第二」，指派教練員援外指導技術，當然其企圖，就是要在國際體育組織中，達到「排蔣納共」並順利參加亞、奧運等正式地國際賽會。

但「四人幫」的奪權鬥爭，又擾亂了中共中央的步調，全國體委被批判得體無完膚，體委主席賀龍被林彪等以「打體育革命的幌子」搞「獨立王國」，意圖「篡黨奪權」等理由⁽¹⁹⁾，鋌鐺入獄，與體育委員會有關係者亦多被牽連，幾成了「票房獨藥」，人人避之惟恐不及，體育事業又陷於停頓。

(二)後期：四人幫下台至取得奧會會籍(1978—1979)

政爭於1978年趨於穩定後，中共隨即於當年二月召開自其建國以

來規模最大、最具代表性的全國體育工作會議，以解開「四人幫」套在體育工作者上「黑線專政」的「精神枷鎖」⁽²⁰⁾儘速全面推展體育戰線，以解決青少年健康水平下降，運動隊伍青黃不接、與世界水平差距拉大，國際體育交往停擺、外交工作受挫等問題。因此毛澤東制訂了一條馬克思主義的體育路線，其基本內容被闡釋為：「在黨的領導下，發展體育運動，增強人民體質，促進青少年德、智、體全面發展，堅持體育和生產勞動相結合」；「友誼第一，比賽第二」，為無產階級政治服務，為工農兵服務，為社會主義建設服務，為國防建設服務，為建立和發展各國人民之間的友誼、支持世界各國人民的革命鬥爭服務。⁽²¹⁾前者表示要追求普及，以增強體質，提升生產力；後者則表示追求競技水準的提高，為國家的政治外交國防等服務。

因此要求以「思想一條龍，組織一盤棋，訓練一貫制」的精神，建立層層銜接的訓練網，與集中且統一的訓練系統，其賦予少年兒童業餘體校的任務為：「全面貫徹黨的方針，提高運動技術水平，為體工隊輸送優秀人才，為基層培養專項運動技術骨幹」。欲期使中共在八年內，「大部分運動項目的成績接近和達到世界先進水平」；進而在本世紀內，成為「世界上體育最發達的國家之一」⁽²²⁾。

1979年「少年兒童業餘體育學校章程」開章明義指出業餘體校是「利用業餘時間，對少年兒童進行共產主義教育和體育運動技術教學訓練的學校」，其主要任務有三：

- (一)為國家培養德、智、體全面發展的具有良好身體素質和一定運動技術水平的優秀運動員後備人才。
- (二)為開展群眾體育活動培養技術骨幹。
- (三)輔導中、小學和幼兒園訓練點的業餘訓練。

在政治思想教育上，必須「結合體育的特點，教育學生為革命而

學，為革命而練，“友誼第一，比賽第二”，反對錦標主義。通過訓練和比賽，注意培養學生團結互助、勇敢頑強、勝不驕、敗不餒的共產主義道德品質和勇攀高峰、為祖國爭取榮譽的雄心壯志⁽²³⁾。

可見此期中共已把選手培訓的年齡，從1956年的13—17—23歲降至1979年幼兒—17歲，對學校體育的普及發展亦相當重視。積極地欲落實毛澤東「從兒童抓起」的指示。

然而，學校體育仍是學校三大目標中成效最薄弱的一環，一則學校體育工作存在「講起來重要，實際上次要，抓起升學率來就不要」的狀況；二則體育教師無論在數量上和質量上都遠遠不能適應學校體育工作的需要。加上場地、器材和經費的缺乏，學校體育工作的推展仍有不少困難⁽²⁴⁾。顯見此時期，升學主義的提升與體育經費的匱乏，對其學校體育的推展具相當負面的影響。

四、「衝出亞洲、走向世界」時期

1979年一年中，中共二十二次打破世界紀錄，打破十五次世界青年紀錄，獲得二十個世界冠軍，尤其當年中取得國際奧會席位，得能參加奧運會，更鼓舞了各級體委、教練、運動員，且體操、男籃、女排均取得參加資格亦激發其衝出亞洲企圖心，故此後向世界奧運舞台進軍，便成為中共有關當局與人物的目標，至於「友誼第一，比賽第二」方針，則因階段性使命的達成，自此甚少再為人提起。

(一)六五期間（1981—1985年）

1980年由蘇聯為首的共產國家抵制美國洛杉磯奧運，中共亦予呼應，另參加蘇聯主辦的國際運動會。但對於參加1984、1988年的奧運會準備工作，仍著手進行，首先便是調整重點項目的布局，使重點項目的設置與奧運會項目和重大國際比賽「對口」。次把全國運動會

與奧運會的任務一致化，配合奧運項目，另增桌球和羽球。三為改革、完善訓練體制，調整一、二、三線隊伍，尤其是在確認業餘體校、體育中學、體育運動學校的二線與學校基層代表隊和傳統項目代表隊的三線，為將來參加1984年與1988年奧運的骨幹，要求優秀運動隊對其加強輔導與傳授經驗⁽²⁵⁾，以未雨籌謀，進行長期的培訓。

自1979年 5月由中共「教育部」、「國家體委」、「衛生部」、「共青團」聯合於揚州召開全國學校體育、衛生工作經驗教流會議後，對於「業餘訓練的主要對象是青少年，離開教育部門和學校教育部門，就不可能實現」，與「少年兒童業餘訓練和學校體育是緊密聯系在一起的，業餘訓練的基礎在學校」⁽²⁶⁾，有了共識。加上有人批評：「中國體育奄奄一息，方向成問題」、「把競技運動塞到學校體育中來，置90%以上學生的身體於不顧」。顯示學校體育體系與業餘訓練體系有了相當程度的摩擦與排斥，「揚州會議」發揮了整合的功能，凝聚以「學校教育」為重心的共識。

因此1982年開始撤併大批的縣體委，使基層的體育選手培訓工作受到明顯挫折⁽²⁷⁾，體育工作重點開始放在學校。1983年中共「教育部」和「國家體委」頒布的高校和中小學體育工作〈暫行規定〉中，所定基本任務是⁽²⁸⁾：

“指導學生鍛煉身體，增強體質；使學生掌握體育的基本知識和運動技能，養成經常鍛鍊的習慣，逐步提高運動技術水平，向學生進行共產主義思想、品德教育，樹立良好的體育道德風尚。”

方針是“面向全體學生，貫徹普及與提高相結合的方針，重點抓好普及，同時，也要不斷提高運動技術水平。”學校體育“以增強學生體質為主，以普及為主，以經常鍛鍊為主”等

「三個爲主」方針。

對於業餘訓練提出其所擔負三個方面的任務爲(29)：

- 一、提高運動水平，發現和培養優秀運動隊後備人才。
- 二、培養群眾體育骨幹。
- 三、提高整個社會的體育水平。

至於，全面增強學生體質，要求經常鍛鍊的「普及爲主，兼顧訓練」，成爲學校體育工作重要方針。顯見中共當局已認爲純靠少數菁英的訓練，或足以稱霸亞洲，卻不足以俾睨世界，惟有擴至全面，擴大培訓基礎，才是長治久安之計。

1983年累計有一億人次達到各類各級體育鍛鍊標準，有近三分之一項目接近和達到世界水平。第九屆亞運金牌總數第一，已成亞洲體育競技的首強(30)。

當年國家體委並提出的六五計劃後三年主要工作重點：

- (1)學校體育和業餘訓練是整個體育工作的戰略重點。
- (2)學校體育必須認真執行教育部、國家體委聯合制定頒發的高等學校體育工作暫行規定和中小學體育工作暫行規定。面向全體學生，貫徹普及與提高相結合的方針。
- (3)以普及爲主，增強學生體質。
- (4)做好師資培訓，提高水平，改善教學。
- (5)推行體育鍛鍊標準，落實學生每天一小時體育活動。
- (6)在保證青少年兒童德智體全面的發展下，積極的進行系統的業餘訓練，爲攀登體育高峰做貢獻。
- (7)有計劃開展學生競賽活動——利於從小發現、選拔運動人才。

1984年中共中央「關於進一步的發展體育運動的通知」中指出：「重點抓好學校體育，堅持從少年兒童抓起，在增強學生體質的同時

，積極開展業餘體育訓練。(32)」顯示中共已以學校體育為中心，從小進行系統訓練，以普及為基礎，追求競技水準的提升。

可見至本時期，中共已加強學校體育工作的推展，以全面打好學生體質基礎，再結合業餘訓練來提高運動競技水平，此舉有助於學校體育工作的落實。

(二)七五期間（1986—1990年）

此期間，中共當局積極在規章制度的訂定，以建全其整個學校體育與選手培訓方面的制度，諸如制定和頒發「學校體育工作條例」和「學校衛生工作條例」，以及一系列的規章制度，舉凡體育師資、衛生保健人員、課餘訓練規劃、中小學體育設施器材、高校體育教育專業的場館設施等，均訂立有關管理辦法。

逐步建立和完善教育和行政部門與各級學校的體育衛生管理機構，除西藏、寧夏外，各省、市、自治區、地區、縣市相繼設置體衛處、科、股，並配置專人與專職幹部；部分中小學成立體育衛生處或體育衛生領導小組，大學則成立體育運動委員會，以有效開展體育衛生工作(33)。擬藉以要求各級教育行政部門與學校當局，落實體育工作，以全面提升運動競技水平，為「衝出亞洲，走向世界」奠定厚實基礎。

(三)八五期間（1991—1995年）

1979年中共地區取得國際奧會會員席位，為其「友誼第一，比賽第二」的體育外交戰線獲得階段性具體的成果，接下來目標便是積極的展現實力，取得各項競技的勝利，成為亞洲體育首強，並在本世紀結束前，成為世界體育強國之一。故本期間自是能否成為世界體育強國的關鍵時期，其舉辦亞運、東亞運無非都是在展示其積極的企圖心，2000年的奧運更是攸關目標是否順利達成的重要戰役，可看出中共

當局企盼能在本土的戰場上（舉辦奧運），以突出的戰績，為其體育培訓工作劃下一完美的句點，並獲取政治、經濟、外交等方面最大的效益。

因此本期的奮鬥目標為：「大面積的增強學生體質，提高學生的健康水平，提高學校競技運動水平，為國家輸送更多的德、智、體全面發展的體育後備人才。」要求堅持「普及與提高」、「抓點與帶面」相結合⁽³³⁾。至此充分的顯示出中共當局已認為「普及是提高的基礎」，從全面增強學生體質與提高健康水平中，追求競技水平的進一步提升。

第三節 訓練組織形式

大陸運動選手之訓練工作，大致在各級業餘體育學校、國防體育俱樂部、體育場館、少年宮和省、市、自治區、縣、學校、廠礦企業所組訓之代表隊中實施，其中最有效且影響最深遠者，莫過於業餘體校的訓練組織形式。中共在競技選手的培訓工作，投入相當大的心力，不斷的改進，而演進成現在這種層層銜接、不斷篩選、從小培養、系統訓練的四級訓練體制：（圖七一1）

- (1)高級訓練形式：是國家體委、省（區、市）體委、解放軍及行業體協等辦的優秀運動隊。
- (2)中級訓練形式：是各類體育運動學校、體育中學、中專。
- (3)第三級訓練形式：是重點業餘體校、試點中學。
- (4)第四級（初級）訓練形式：是一般業餘體校、基層運動隊、代表隊、傳統項目學校、基層訓練點。

一、青年、少年業餘體育學校（簡稱業餘體校）

業餘體校形式係中共在1955年自蘇聯引進，先在北京、天津、上海試辦三所青少年業餘體育學校⁽³⁴⁾，1956年正式推行，將其視為一種提高運動技術的機構，同時亦是校外的教育機構，由「國家體委」主導，工會、青年團、教育、衛生等有關機關協助，目的在利用課餘時間，招收在校學生、在職青年、與失學兒童和社會青年，施以計劃性的體育訓練，在全面的身體訓練的基礎上，再追求專項技能的提高⁽³⁵⁾。當年四月同時發布「青年業餘體育校章程」（17至23歲）與「少年業餘體育校章程」（13至17歲）兩草案，正式推展業餘體校。至1957年末，中共已有23個省、市、自治區在所屬的92個市，20個縣共辦了159所業餘體校，在校生達17,000人⁽³⁶⁾。

1958年以後業餘體校有很大發展，卻因「大躍進」之風出現到處大辦業餘體校的不切實際的做法，1959年兩個章程改為示範章程。當年亦開始進行整頓，確定配備：(一)有專職校長、副校長或教導主任。(二)有專職的教練員和行政幹部。(三)有教學訓練計劃和相應的規章制度。(四)有必需的經費、場地和器材設備。等以上條件者，得稱之為「重點業餘體校」。未完全符合上述條件者則稱「一般業餘體校」。

二、青少年業餘體育學校

而從1963年起，凡沒有做到集中食宿、集中學習、集中訓練等「三集中」的業餘體校，方得稱之為「重點業餘體校」餘均稱之「普通業餘體校」⁽³⁷⁾。

1964年「青少年業餘體育學校試行工作條例(草案)」（10至17歲）頒佈後，對其任務目標、學制、教學訓練、思想政治教育、教練員

與學生的權利義務、組織領導方式、運動保健措施、設備和經費等均有較詳細的規定，以導正過去的弊端，期使之正常穩定的發展⁽³⁸⁾。尤其吸收入學年齡降低至10周歲，有些項目甚可招收年齡更小的學生。顯示其已體認選手培訓的年齡必須降低，且因項目而異。

1965年末全國業餘體校經過整頓、恢復，回升到1,800多所，學生14多萬人。其中重點業餘體校455所（三集中有13所），有專職教練員2,490人，學生達70,000人⁽³⁹⁾，無論質與量均遠超過五十年代，惟1966年後的「文化大革命」，使一切努力均付諸東流。

三、重點青少年業餘體校

動亂漸平的1972年召開的全國青少年業餘體育學校工作座談會中，為配合政治外交的革命體育路線的需求，在業餘體校的推展上有所變革，辦校形式提倡因地制宜，多種多樣，並要求各校達到「有組織領導機構」、「有專、兼職幹部」、「有專、兼職教練」、「有場地、器材」、「有固定訓練時間」的「五有」標準。同時提請條件較好的省、市、自治區，由體委會同教育部門合辦以政治文化學習為主，兼顧體育訓練質量的「重點青少年業餘體校」（簡稱體育學校）⁽⁴⁰⁾，為其日後「向學校渡過」政策的濫觴。

到了1973年，業餘體校已恢復到1,100所，學生17多萬人，有專職教練員4,900多人，且這些業餘體校大多達到「五有」的標準⁽⁴¹⁾。

四、重點少年兒童業餘體校

1974年的全國體育工作要點中，更進一步要求各省、市、自治區體委，商同教育部門至少要辦號一、二所「重點少年兒童業餘體校」，並選擇二、三個市（區）、縣，建立按項目對口掛勾制度⁽⁴²⁾，此為

中共正式將兒童的業餘體育訓練列入主題，顯示其選手培訓有了新的變革，同時工作要點中，亦敘述「根據學前兒童的身心特點，開展幼兒體育」，也露出其全面性的推展體育運動之企圖心。

五、傳統體育項目學校

1974年全國體育工作會議，要求應有三分之一的城鎮學校，選擇十個重點項目中的一、兩個項目大力開展，使之形成學校體育的傳統項目。此舉顯示選手培訓工作開始落實於正常教育體制的學校中，以擴展來源基礎，中、小學的體育選手培訓成為學校體育工作的重點之一。

1979年要求全國要有1%（即一萬兩千所學校）形成各自的傳統項目，且其校中應有30%以上學生參加傳統項目的訓練。同年頒發的中小學體育工作暫行規定（試行草案），明訂：學校「在普及訓練的基礎上，應建立以傳統項目為主的運動隊。運動隊要制訂訓練計劃，堅持業餘訓練，每週訓練二至三次，每次60至90分鐘為宜。運動員必須思想好，各科運動成績及格，並在學校體育活動中起骨幹作用⁽⁴³⁾。

六、層層銜接訓練網的建立

1978年全國體育工作會議恢復並擴大舉行，要求各級須按「思想一盤棋，組織一條龍，訓練一貫制」的精神⁽⁴⁴⁾，貫徹「從小培養，打好基礎，系統訓練，積極提高」的原則，在三、五年內建立自基層運動隊（中小學）——業餘體校——重點業餘體校——體工隊層層銜接的訓練網。並要求業餘體校承擔輔導中小學和重點幼兒園體育活動的任務。而中小學要根據自己的特點抓好重點項目，形成傳統。同時把重點業餘體校的設置擴展至地區、市、縣級⁽⁴⁵⁾以增大金字塔底層基礎

，廣開才路。

七、體育學校、體育運動學校

1978年遼寧省體委與教育廳試辦體育中學，採雙重領導，從教育言，其為一所普通中學，而就體育言，其是一所重點業餘體校。1982年底，該省計體育中學15所，體育小學4所，而到1983年底，全國已有67所體育中學，在校生7,807人，專職教練709人。

同時吉林、黑龍江、山西等省創辦體育運動學校，一則為優秀運動隊培養後備人才，一則培養中小學體育師資。國家體委於1983年頒發「體育運動學校辦校方案」加以規範，其主要任務為培養優秀運動員後備人才與小學體育師資，屬四年制的中等專業學校。當時體育運動學校已發展至27所，在校學生5,710人，有專職教練979人⁽⁴⁶⁾。

八、少年兒童業餘體育學校

1979年中共「國家體委」與「教育部」合頒「少年兒童業餘體育學校章程」（17歲以下），此為中共將兒童體育訓練正式訂頒的法令，令中規定由體委主辦，教育部門協辦或合辦。其它體育場館、體育學院、體育系、大學、少年宮、廠礦、企業、人民公社等均可舉辦。惟項目設置，各地應統一規劃，全面安排，突出重點，一校可辦幾個項目，亦提倡辦單項業餘體校，以因地制宜，多種多樣。但要與各級業餘體校、代表隊間做好年齡與訓練上的銜接⁽⁴⁷⁾。對於無力辦業餘體校的縣，可先抓好一批業餘訓練點⁽⁴⁸⁾。

九、傳統項目業餘訓練的布局

1979年國家體委開始試辦五、六個傳統項目的業餘訓練基地，並

要求各地區按重點項目布局，建立各地區傳統項目的業餘訓練基地(49)。

1980年要求學校在增強全體學生體質的同時，要認真配合業餘訓練工作，按重點項目布局，設業餘訓練點、運動隊，條件佳者亦可開設體育班(50)，使業餘訓練與學校文化學習相結合。一個市、縣重點項目相同的中小學要努力做到「上下掛勾、對口升學、連貫訓練」(51)。各省、市、自治區體委要商請教育部門，力求今年內完成1%學校納入重點項目的規劃布局(51)。

據中共20個省、市、自治區自1980年至1983年止的不完全統計，體育傳統項目學校已培養輸送出23,070名運動員後備人才，其中進入市、縣重點業餘體校（包括重點班）、省運動學校、體育中學的15,715人，被選為省、市、自治區、部隊代表隊的有1,270人，輸送入體育院校有2,312人。

另方面據不完全統計，自1975年到1982年，全國業餘體校向各級優秀運動隊輸送了22,700人，而據1980年國家代表隊與九個體育較先進的省市的統計，有85%以上的優秀運動員來自業餘體校。1982年第九屆亞洲運動會，中共73名獲金牌的選手中，曾入業餘體校訓練者有59人，超過總人數的80%(52)。顯見業餘體育對中共體育水準的提升，確有相當的成效。

十、三級訓練體制的形成

1983年在「普及與提高」結合的方針下，學校體育工作的推展受各階層的重視，但對於進行適當的、較系統的業餘訓練，仍是學校體育工作的組成部分，與三個為主並不矛盾。〈暫行規定〉中即指出：「在普及體育的運動基礎上，學校應建立以傳統項目為主的運動隊。

運動隊要制定訓練計劃，堅持業餘訓練」。因此要求對體育積極分子、運動苗子的業餘訓練，應在學校體育工作中給予安排和布置。體育一、二、三線運動隊伍，應努力做到「思想一盤棋，組織一條龍，訓練一貫制」形成三級訓練體制。初級和中級形式為少年兒童業餘訓練，高級形式為優秀運動隊⁽⁵³⁾。

初級訓練形式包括：基層代表隊、基層訓練點、學校體育班、傳統項目學校和普通業餘體校等。初級業餘訓練形式提倡多種多樣、要大量發展，把基礎搞的很大。同時也應大力發展傳統項目學校，普通業餘體校也應提倡在學校等基層單位辦班。

中級訓練形式包括：體育運動學校、單項運動學校（游泳等）、體育中學和重點業餘體校（重點班）。這種訓練形式側重提高運動訓練水平，培養和輸送後備人才，有的亦可直接培養高水平運動員的任務。但此形式要嚴格控制數量，講究質量，提高效益。重點業餘體校可逐步發展為體育中學或單項運動學校。

並要求無論初級、中級兩種訓練形式，都要認真選好苗子，從小培養，打好基礎，系統訓練，積極提高，與高級形式的訓練搞好銜接，以免人力、物力的浪費。

1984年強調要把業餘訓練的基礎搞大，業餘訓練著重發展傳統項目學校，由學校辦業餘體校、以及設單項運動學校等，以擴大基礎。對於三集中形式的綜合業餘體校著重提高質量⁽⁵⁴⁾。

十一、多樣化、學校化的金字塔培訓體系

自1987年至1990年四年間，中共「國家教委」與「國家體委」共同獎勵了400所績優的體育傳統項目學校，同時至1990年止，國家教委在全國部署了289所中學和57所高校，作為培養體育後備人材的試

點校⁽⁵⁵⁾。可見體委與教委間的合作推展，課餘體育的訓練工作自是得到教育部門、體育部門與學校三方面的重視，使運動競技水平不斷提高。

1991年以後，要逐步發展課餘訓練的試點中學，並下掛幾千所小學；要求試點高校在現有規模的基礎上，「整頓、調整、充實、提高」，以使此通過學校教育培養後備人才的「一貫制」培養體系能逐步形成⁽⁵⁶⁾。

爲了解決大學和中學學生文化學習任務重，同時訓練要求高的矛盾，中共於1990年開始加緊中專性質的體育運動學校的建設與發展，以加強第二個層次的訓練，對不能進入優秀運動隊的學生，培養爲社會所需要的體育骨幹和小學體育師資。

第四節 結 語

中共在運動選手培訓能有今日較完備的組織體系，從上述的研究可知，其完全是依據政府部門相當重視運動競技在強化國際政治、外交上影響力，與其教育國民愛國愛黨精神和增強國民體質與國防生產能力等功能上的認知，不斷的累積與改進經驗而來，政府對此方面的用心規劃與努力落實，顯然是最大的推動力量。

從其初期只重視業餘體校課餘訓練，漸推展到學校運動隊與傳統項目的設立，以致向學校化過渡到重視學校整體的學校體育工作的落實，使整個訓練體系層層銜接，並向下扎根，且配合體育鍛鍊標準的實施，使基礎加大加廣，方能源源不絕的培養出優秀運動隊的後備力量，顯見學校體育工作的落實，是整個選手培訓最厚實的基礎。

儘管中共在競技運動方面有長足的進步，學校體育的發展亦逐漸步向軌道，然其事實上仍存在一些問題，依據1990年全國政協提出對

16個省市 360個中小學的調查報告，即指出下列幾個現存的嚴重問題(57)：

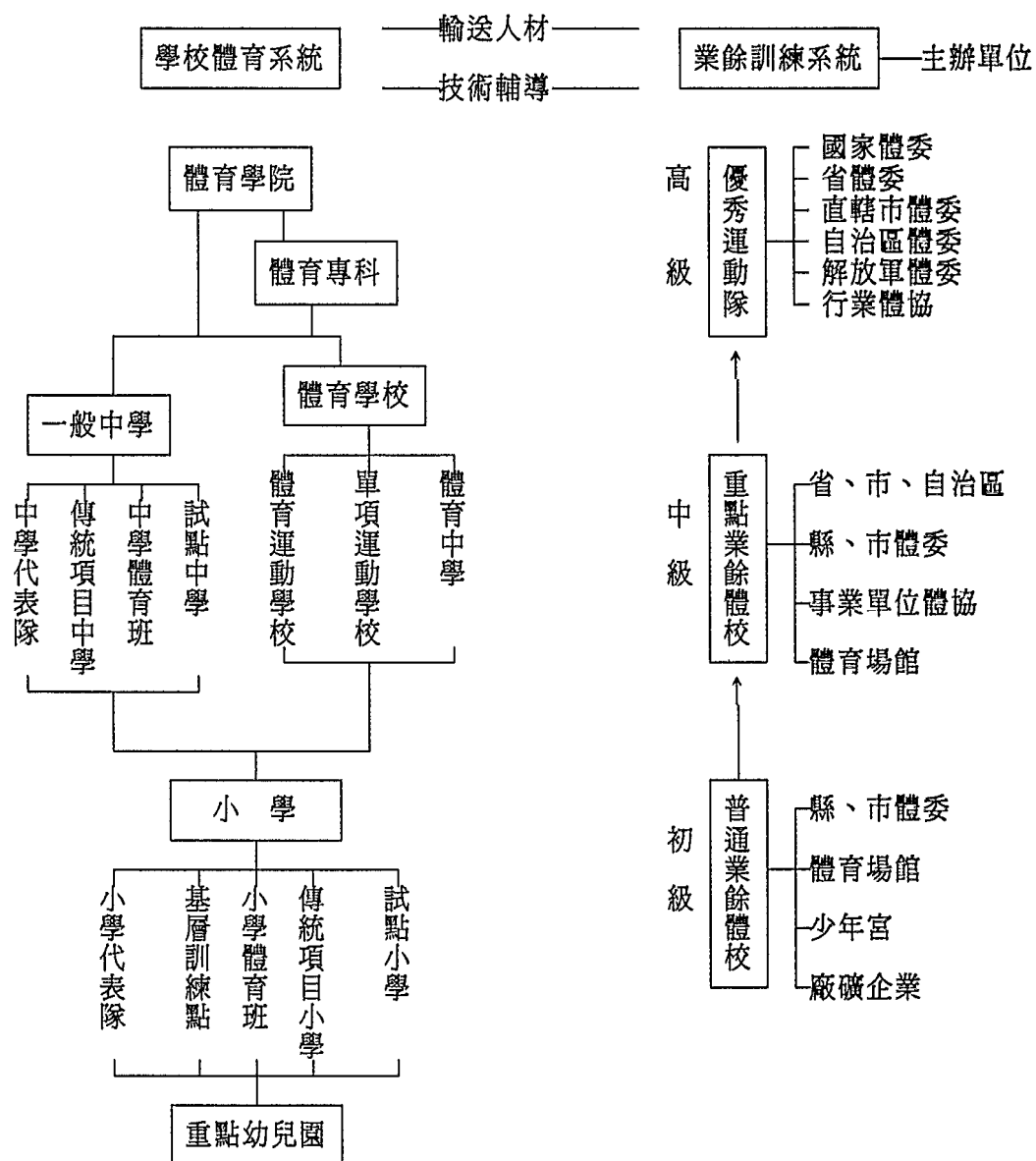
- (1)偏重智育，片面追求升學率，忽視學生的體育鍛煉。
- (2)體育經費困窘，設備器財嚴重缺乏。
- (3)體育師資數量不足，質量急待提高，收入偏低，隊伍不穩。
- (4)體育場地狹小，被侵占情況嚴重。

另外在學校體育工作的執行上，也出現如下的一些問題：

- (1)農村廣大的基層學校稱得上有計劃、有系統、不間斷從事業餘訓練仍不普遍。
- (2)縣城以上的學校與條件較好的鄉鎮師資已基本配齊，其它地區仍缺乏師資。
- (3)學校系統的人才選拔和輸送，主要仍依據運動成績的高低，導致主觀上對於成績的追求，而把人才的培養降至從屬的地位。以致於產生目前早期基礎訓練質量不高，人才培養率低的重要原因之一。
- (4)多數教練員缺乏年度計劃者，有多年計劃者更寥寥無幾，反映出急功近利的短視行爲，談不上系統、科學的訓練。
- (5)不少學校未將業餘訓練折算教師工作量，體育教師搞課餘訓練成額外工作與負擔，也導致課餘訓練未如體育課列入管理序列。
- (6)競技比賽金牌具強烈的誘惑力，使教師自然的追求名次，對付比賽。
- (7)中學體育教師每週授課14節以上，小學體育教師16節以上，加上組織課外活動、小型競賽、達標測驗多種事務，再從事課餘訓練顯已乏精力。

(8)有些業餘體校用去縣級體委一半以上經費，使其它群眾體育、基層業餘訓練無能爲力(58)。

由此可見，中共對農村的學校體育與選手業餘訓練的落實與推展，仍有諸多不足之處，而升學主義對學校體育的負面影響，海峽兩岸均存在此一問題，惟中共在1991年新訂的「學校體育工作條例」中規定：「體育課是學生畢業、升學考試科目」。一部分的省市已開始將體育列入中等以上學校的升學考試科目之一，其成效如何？惟有待數年之後方能評估，不過中共對落實學校體育工作的努力與用心，應是值得我們效法的。



圖七—1 中共運動選手培訓系統圖