

T/CSSS

中国体育科学学会团体标准

T/CSSS XXXX—XXXX

竞技体育教练员能力基本要求

Basic requirements for competency of sports coaches

（征求意见稿）

（本草案完成时间：2026 年 9 月 20 日）

在提交反馈意见时，请将您知道的相关专利连同支持性文件一并附上。

XXXX – XX – XX 发布

XXXX – XX – XX 实施

中国体育科学学会 发布

目 次

前 言 II

1 范围 3

2 规范性引用文件 3

3 术语和定义 3

4 能力要素 3

5 知识要求 3

6 技能要求 4

7 素质要求 5

参 考 文 献 6

前 言

本文件按照GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由上海体育大学提出。

本文件由中国体育科学学会归口。

本文件起草单位：上海体育大学、北京体育大学、国家体育总局体育科学研究所、国家体育总局训练局、北京市体育科学研究所、清华大学、暨南大学、武汉体育学院、成都体育学院、首都体育学院、西安体育学院、广州体育学院、沈阳体育学院、吉林体育学院、哈尔滨体育学院、天津体育学院、南京体育学院、山东体育学院、河北体育学院、河南体育学院。

本文件主要起草人：黎涌明、周建浩、蔡赟、张宁轶、蒋东廷、米靖、李海鹏、王雄、任满迎、于洪军、束洋、郑湘平、杨成波、尹军、刘军、孙健、崔鲁祥、李凌、孙大海、李赞、胡海旭、韩炜、杨贤罡、张大超。

竞技体育教练员能力基本要求

1 范围

本文件规定了竞技体育教练员的能力要素、知识要求、技能要求和素质要求。
本文件适用于竞技体育教练员的选拔和培养。

2 规范性引用文件

本文件没有规范性引用文件。

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

竞技体育教练员 sports coaches
从事竞技体育训练教学与竞赛指导的专业技术人员。

3.2

能力 competency
应用知识（3.3）、技能（3.4）和素质（3.5）实现预期结果的本领。
[来源：GB/Z 40954.2-2021，3.2]

3.3

知识 knowledge
通过教育或实践获得的事实、信息、真理、原理或理解。
[来源：GB/T 27203—2016，2.56]

3.4

技能 skill
通过教育、培训、经历或其他方式获得的，完成某项任务或活动并达到特定预期成果所具备的本领。
[来源：GB/T 44726—2024，3.6，有修改]

3.5

素质 attribute
先天和后天交互影响而形成并内化的综合特质。

4 能力要素

竞技体育教练员的能力包括知识、技能和素质3个要素。

- a) 知识：竞技体育法律法规、反兴奋剂、教育学与心理学、运动人体科学、运动训练理论与方法、体能训练与测评、运动员选拔与发展、竞技参赛理论、管理学与社会学、人际知识、信息与数智化知识、体育科学研究方法。
- b) 技能：安全管理与伤害防控、全面育人、目标与策略制定、训练与教学、沟通与表达、观察与反馈、监控与评估、运动员选拔、竞赛与备战、领导与管理、团队资源调配、团队文化建设、项目趋势识别、科技应用、自我调节、自我反思、科研创新、终身学习。
- c) 素质：公正、进取、自律、廉洁、尊重、责任意识、团队意识、洞察力、应变力、决策力。

5 知识要求

竞技体育教练员应具备的知识符合表1。

表 1 知识要求

知识	描述
1. 竞技体育法律法规	国家和地方政府有关竞技体育的文件、体育管理部门有关竞技体育的文件、竞技体育相关标准。
2. 反兴奋剂	反兴奋剂法律法规与治理体系；兴奋剂违规行为分类与危害；反兴奋剂责任义务；反兴奋剂教育基本理论与方法。
3. 教育学与心理学	体育执教涉及的教育学原理与方法，以及运动心理学、教育心理学与发展心理学等领域知识。
4. 运动人体科学	运动解剖学、运动生理学、运动生物力学、运动生物化学、运动营养学、运动医学等理论与方法。
5. 运动训练理论与方法	运动训练基本概念、原则与方法；专项竞赛规则、项目特征、制胜规律、竞技格局与发展趋势；训练计划制订、实施与调整；训练负荷记录与分析。
6. 体能训练与测评	体能训练与测评的原理与方法。
7. 运动员选拔与发展	运动员形态学、生物学及心理学特征评价理论与方法；运动员生长发育、体能、技术、战术、心理等方面的长期发展规律。
8. 竞技参赛理论	参赛方案制定、竞赛过程控制、应急预案设计、赛前状态调控、临场指挥与应变。
9. 管理学与社会学	运动队管理与团队协作涉及的管理学与社会学知识。
10. 人际知识	体育执教与训练参赛过程中涉及的运动员、家长、裁判、体育管理者等利益相关者的背景知识，以及人际沟通与合作理论与方法。
11. 信息与数智化	信息查阅、搜集、分析与使用的方法，以及人工智能等数智化工具的使用。
12. 体育科学研究方法	体育科学研究基本概念与方法。

6 技能要求

竞技体育教练员应具备的技能符合表2。

表 2 技能要求

技能	描述
1. 安全管理与伤害防控	评估与消除训练比赛场地设施安全隐患；制定并实施安全训练策略；执行急救、损伤处置与转介程序。
2. 全面育人	培养运动员良好的品格和基本生活技能；引导运动员树立正确价值观；监督规范运动员道德行为；保护并促进运动员身心健康；为运动员提供生涯规划指导与转型支持。
3. 目标与策略制定	根据项目特征、趋势及运动员长期发展规律，制定可量化的短、中、长期周期化训练和参赛计划。
4. 训练与教学	规范示范技术动作；清晰讲解技战术重难点；精准呈现教学内容；应用循证教学法组织训练课；借鉴跨项目训练手段；依据个体差异与发育阶段进行进阶训练设计；依据运动员个体差异和身心状态灵活调整训练实践；实施正念、表象等心理技能训练。
5. 沟通与表达	运用口头与书面表达技能，积极倾听与沟通策略，建立与维护利益相关者关系。
6. 观察与反馈	密切观察运动员和团队在训练和比赛中的表现，及时提供反馈与指导；密切观察赛场局势变化，调整战术安排。
7. 监控与评估	记录并分析运动员的训练与比赛数据；搜集竞争对手动态及竞赛规则变动等信息。
8. 运动员选拔	基于研究证据、实践经验和伦理规范，选拔具备潜力的运动员（后备人才）。

技能	描述
9. 竞赛与备战	识别、创造并管理合适的竞赛机会；制定有效的备战与竞赛方案；执行排兵布阵与赛前保障工作。
10. 领导与管理	领导并协调助理教练，以及队医、体能训练师、心理师、技战术分析师等训科医团队成员。
11. 团队资源调配	统筹管理队伍经费、器材、场地设施及人员。
12. 团队文化建设	确立团队行为准则，营造恪守职业道德且具有高度凝聚力、积极性的团队文化氛围。
13. 项目趋势识别	识别并分析所执教项目的国内外发展趋势。
14. 科技应用	应用先进仪器、设备、方法、工具等科技手段辅助训练与比赛。
15. 自我调节	进行压力管理，注重自我关怀，保持工作与生活平衡。
16. 自我反思	定期系统反思复盘执教成效，识别自身优劣势，持续提升个人执教能力。
17. 科研创新	阅读前沿文献，将科学证据融入训练实践；完善执教理念，创新组织管理、训练方法、参赛策略。
18. 终身学习	制定个人发展计划与策略；主动需求学习机会，参与继续教育与同行交流；持续吸收并应用新知识、新方法。

7 素质要求

竞技体育教练员应具备的素质符合表3。

表 3 素质要求

素质	描述
1. 公正	秉持客观中立原则，尊重规则与各利益相关方，在运动员选拔、执教中对不同对象平等对待；没有偏见地考虑新意见、新观点，综合各方看法。
2. 进取	保持追求卓越与锐意进取的态度，以及强烈的求知欲与开放心态，不断突破经验局限，积极探索并应用科学训练的理念和方式方法。
3. 自律	严于律己，恪守职业操守，在言行举止、赛场行为与日常执教中发挥表率示范作用。
4. 廉洁	坚守职业底线，严守反兴奋剂规定，坚决抵制操纵比赛与不正当利益诱惑。
5. 尊重	尊重运动员人格尊严与个体差异，包容多元文化，践行以人为本的执教理念；杜绝体罚、辱骂、骚扰及虐待行为。
6. 责任意识	勤勉尽责，勇于担当；履行信息保密义务；考虑运动员的福祉及长远发展；考虑执教活动涉及的公共利益，承担社会责任。
7. 团队意识	集体意识、大局意识、协作精神和服务精神。
8. 洞察力	敏锐的观察与感知能力，精准捕捉运动员的身心状态、技术细节及比赛局势的细微变化。
9. 应变力	较强的灵活性和适应性，全面看待问题，在出现问题时及时、冷静应对。
10. 决策力	果断的判断与指挥能力，在关键时刻做出及时、坚定且理性的决策。

参 考 文 献

[1] GB/T 27203—2016 合格评定 用于人员认证的人员能力词汇

[2] GB/Z 40954.2—2021 标准化专业人员能力 第2部分：标准化相关组织

[3] GB/T 44726—2024 科技评估人员能力评价规范

[4] 关于印发《体育教练员业务培训管理暂行办法》的通知，2019，国家体育总局

[5] 关于进一步加强新时代体育教练员队伍建设的意见，2023，国家体育总局

[6] 人力资源社会保障部 体育总局关于深化体育专业人员职称制度改革的指导意见，2020，人力资源社会保障部，国家体育总局。

[7] 关于印发《体育教练员职务等级标准》和《关于〈体育教练员职务等级标准〉若干问题的说明》的通知，1994，人事部，国家体育运动委员会。

[8] International Council for Coaching Excellence. International sport coaching framework: version 1.2[M].Champaign, IL: Human Kinetics, 2013.
