

“三大球” 振兴背景下我国青少年足球后备人才培养体系优化研究

曹逸夫

辽宁工程技术大学体育学院, 辽宁 阜新

收稿日期: 2026年3月17日; 录用日期: 2026年4月16日; 发布日期: 2026年4月27日

摘要

“三大球” 振兴是建设体育强国的重要标志, 青少年足球后备人才培养是足球事业发展的根基, 也是推动“三大球” 全面振兴的基础性工程。本文以运动员长期发展理论(LTAD)与协同学理论为基础, 梳理“三大球” 振兴背景下我国青少年足球后备人才培养体系的发展现状, 剖析当前体系运行中存在的多元主体协同不足、人才培养科学化水平有待提升、赛事体系杠杆作用发挥不充分、人才保障机制不完善等问题, 结合我国青训发展实践与足球强国培养经验, 提出针对性的体系优化路径, 推动青少年足球后备人才培养体系的系统性优化, 为“三大球” 振兴背景下我国足球事业可持续发展提供优化方向。

关键词

“三大球” 振兴, 青少年足球, 后备人才培养, 培养体系优化

Research on the Optimization of the Youth Football Reserve Talent Training System in China under the Background of the Revitalization of the “Three Major Sports”

Yifu Cao

School of Physical Education, Liaoning Technical University, Fuxin Liaoning

Received: March 17, 2026; accepted: April 16, 2026; published: April 27, 2026

Abstract

The revitalization of the “Three Major Sports” is an important indicator of building a sports power

文章引用: 曹逸夫. “三大球” 振兴背景下我国青少年足球后备人才培养体系优化研究[J]. 体育科学进展, 2026, 14(2): 331-336. DOI: 10.12677/aps.2026.142047

country. The cultivation of reserve talents for youth football is the foundation of football development and also a fundamental project for promoting the comprehensive revitalization of the “Three Major Sports”. Based on the Long-Term Development Theory (LTAD) and Synergetics Theory, this paper reviews the current development status of the youth football reserve talent training system in China under the background of the revitalization of the “Three Major Sports”, analyzes the problems existing in the current system operation, such as insufficient coordination among multiple entities, the need to improve the scientific level of talent cultivation, insufficient leverage effect of the competition system, and incomplete talent guarantee mechanism. Combining the practice of youth training development in China and the experience of cultivating a football power country, this paper proposes targeted optimization paths for the system, promoting the systematic optimization of the youth football reserve talent training system, and providing an optimization direction for the sustainable development of China’s football cause under the background of the revitalization of the “Three Major Sports”.

Keywords

Revitalization of the “Three Major Sports”, Youth Football, Reserve Talent Training, Optimization of Training System

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

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

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



Open Access

1. 引言

当前,我国持续推动“三大球”事业振兴发展,明确“打造集体球类项目提升工程和‘三大球’振兴工程”[1],将其列为重点任务,提出完善青少年后备人才培养体系、夯实发展根基;新发展阶段进一步部署推进“三大球”振兴发展、深化足球领域改革,强调以足球改革为突破口[2]。足球作为“三大球”中社会影响力最广、职业化程度最高的项目,其振兴是“三大球”工程的重要抓手,青少年足球后备人才培养更是决定足球运动长远发展的塔基工程。

自2015年国务院办公厅《中国足球改革发展总体方案》颁布实施以来,我国青少年足球培养工作在政策推动下实现规模化发展,校园足球特色学校建设、青少年足球联赛体系搭建等工作取得阶段性成效。但与此同时,我国青少年足球后备人才培养仍面临体系衔接不畅、培养质量参差不齐等现实问题,与足球强国的培养体系仍存在差距。在“三大球”振兴的时代要求下,如何立足我国国情,优化青少年足球后备人才培养体系,破解青训发展中的现实难题,成为当前我国足球事业发展亟待回应的课题。

2. 研究理论基础

2.1. 运动员长期发展理论(LTAD)

运动员长期发展理论(Long-Term Athlete Development,简称LTAD)由Balyi等人提出,该理论围绕青少年运动员的身心发展规律,将运动员培养划分为递进式的多个阶段,强调依据不同年龄段青少年的生理、心理发展特征,设定差异化的训练重点与发展目标,实现运动员运动潜能的长期、系统化开发[3]。LTAD理论的核心内涵在于,青少年运动员的培养是一个长周期的系统工程,需兼顾身体、技术、战术、心理、社交等多维度要素的协同发展,摒弃功利化的培养模式,为运动员终身体育与竞技水平提升奠定基础。该理论已在德国、英国等足球强国的青训体系中得到广泛应用,也为我国青少年足球后备人才培养的科学化设计提供了理论框架。

2.2. 协同学理论

协同学理论由哈肯提出,阐释了复杂系统中,各子系统通过非线性的相互作用与协同配合,实现系统从无序到有序的演化,最终产生整体大于部分之和的协同效应。协同学理论认为,系统的协同演化需依托有效调控、序参量支配、系统元素协同化等要件,其中多元子系统的权责划分、资源互通与功能互补,是实现系统整体优化的关键[4]。我国青少年足球后备人才培养涉及教育、体育、职业俱乐部、社会机构等多个主体,构成了典型的复杂社会系统,协同学理论为厘清各主体间的关系、推动多元培养体系的协同运行提供了重要的理论支撑。

3. “三大球”振兴背景下我国青少年足球后备人才培养体系的发展现状

3.1. 政策体系持续完善, 统筹布局更加清晰

在“三大球”振兴深入推进的背景下,国家层面持续出台政策文件,为青少年足球后备人才培养划定发展方向。2015年《中国足球改革发展总体方案》提出,“畅通优秀苗子从校园足球、社会足球到职业足球的成长通道”“积极探索建立文化教育与足球运动紧密融合的新型足球学校”[5];2022年,教育部、国家体育总局等部门联合启动实施中国青少年足球联赛,推动赛事融通,实现校园足球与职业青训赛事一体化设计,打通多元培养主体的参赛通道[6];2024年,七部门联合印发《关于加强和改进新时代青少年校园足球工作的实施意见》,进一步明确青少年足球体系化培养要求,提出实现校园足球特色学校、新型足球学校、足球学院、职业俱乐部等培养路径衔接贯通,构建覆盖各学段的人才成长体系[7]。政策层面的持续发力,为青少年足球后备人才培养体系的建设提供了制度保障。

3.2. 培养主体多元发展, 体系框架基本形成

当前我国青少年足球后备人才培养已形成多主体参与的发展格局,主要涵盖教育系统主导的校园足球培养体系、体育系统主导的体校青训体系、职业俱乐部主导的梯队培养体系,以及社会力量主导的业余青训体系四大板块。截至2022年6月,全国已遴选建设校园足球特色学校32,780所,设立改革试验区54个、试点县(区)241个,布局建设“满天星”训练营138个[8],形成了覆盖中小学的校园足球培养网络;职业俱乐部梯队建设逐步规范,各级足协青训中心、社会青训机构数量稳步增长,多元主体共同参与的培养体系框架已基本成型。

3.3. 赛事体系逐步整合, 人才选拔通道持续拓宽

在“三大球”振兴的要求下,我国青少年足球赛事体系的整合工作持续推进。以中国青少年足球联赛为主干,逐步整合教育系统校园足球联赛、体育系统青少年足球锦标赛等赛事资源,逐步打破以往教育与体育系统赛事相对割裂、各自开展的局面,为不同培养体系下的青少年球员搭建了同场竞技的交流平台。与此同时,以江苏“苏超”联赛为代表的区域性青少年足球赛事快速发展,形成覆盖省市县校四级的联赛体系,参与学生规模庞大,为青少年球员成长与人才选拔提供了更多实践场景。

4. 我国青少年足球后备人才培养体系运行中的现存问题

4.1. 多元培养体系协同性不足, 主体间衔接有待加强

我国青少年足球四大培养体系虽已形成基本框架,但各体系间仍存在条块分割、协同不足的问题,尚未形成有序衔接的培养格局。教育与体育系统注册信息尚未完全互通,球员在校园体系与职业体系间的流动仍不够顺畅,人才输送通道不够畅通。体育与教育部门在人才培养中的职责划分、资源统筹仍有

待优化，部分地区校园足球与职业青训衔接不畅，基层培养与精英选拔缺乏连续性，制约了后备人才培养的整体效能。同时，职业俱乐部、社会青训机构与学校体系的合作多停留在浅层，未能形成资源互补、分工清晰的协同培养模式，多元主体的合力未能充分释放[4]。

4.2. 人才培养科学化水平有待提升，存在一定阶段化特征

当前我国青少年足球培养中，对 LTAD 理论的本土化应用仍不够深入，部分培养主体未能依据青少年身心发展规律设定分阶段的培养目标，存在过早专项化、重比赛轻训练的问题[9]。在人才选拔环节，部分基层教练仍以经验判断为主，对球员的生理成熟度、心理特质、战术思维等维度的综合评估不足，易出现因相对年龄效应导致的选材偏差，甚至形成“劣币驱逐良币”的格雷欣现象[10]，部分具备长期发展潜力的球员因早期身体发育差异被淘汰。此外，青少年球员培养中多侧重于技战术训练，文化教育与心理建设相对有限，对球员综合发展与长期竞技能力提升造成一定影响。

4.3. 赛事体系杠杆作用发挥不充分，基层赛事供给不足

赛事作为青少年足球人才培养的重要杠杆，其体系建设仍存在碎片化、层级衔接不畅的问题。尽管国家级青少年足球赛事已完成初步整合，但省、市、县等基层赛事的常态化开展仍有不足，部分地区校园足球赛事存在重精英、轻普及的倾向，多数普通学生球员的参赛机会有限。相关调研数据显示，我国校园足球参训学生人均年比赛数量不足 1 场，与足球强国青少年年均数十场的比赛数量存在明显差距，“以赛代练”的培养理念未能充分落地。同时，不同层级赛事间的升降级、人才选拔联动机制不够完善，赛事对人才的筛选、锻炼与输送功能未能充分发挥[4]。

4.4. 教练员队伍建设滞后，人才保障机制仍需完善

教练员是青少年足球后备人才培养的直接实施者，当前我国青少年足球教练员队伍存在总量不足、区域分布不均、专业能力参差不齐的问题。基层校园足球专职教练缺口较大，部分学校由非足球专项的体育教师承担训练任务，教练员的系统化培训与继续教育体系不够完善，先进的青训理念与训练方法难以在基层有效普及。在人才保障方面，我国青训联合补偿制度的执行力度不足，基层青训机构的培养投入与回报不成正比，球员跨区域无序流动、“挖墙脚”等现象挫伤了基层培养主体的积极性；同时，青少年球员的升学通道、职业发展兜底保障仍有短板[11]，影响了家庭与球员参与足球训练的长期意愿。

5. “三大球” 振兴背景下我国青少年足球后备人才培养体系的优化路径

5.1. 推动多元体系协同发展，构建一体化人才培养平台

厘清各培养主体的功能定位与权责边界，推动四大培养体系的协同发展。一是强化体育与教育部门的制度协同，推动青少年球员注册系统的互联互通，建立统一的球员身份与发展数据档案，推动校园与职业体系间的人才流动融通，实现“普及 - 选材 - 培养 - 输送”的有机衔接。二是明确各培养体系的功能分工，校园体系与体校体系重点承担人才普及与基础培养职能，职业俱乐部与社会青训机构重点承担精英化、专项化培养职能，形成“塔基 - 塔身 - 塔尖”的金字塔式培养结构。三是搭建多元主体的合作平台，鼓励职业俱乐部通过网点合作、教练派驻等方式，为校园足球提供专业技术支持，推动学校、体校、俱乐部在人才培养中的资源共享与优势互补，实现多元体系的有序衔接与协同运行。

5.2. 落实分阶段培养模式，提升人才培养科学化水平

构建符合我国青少年身心发展规律的分阶段、系统化培养模式。一是依据青少年不同年龄段的发展特征，划分启蒙阶段、基础培养阶段、专项提高阶段、精英竞技阶段，明确各阶段的训练重点、比赛形式

与发展目标，在低龄阶段重点培养球性球感、基础运动能力与足球兴趣，规避过早专项化与锦标主义的功利化倾向。二是完善科学化的人才选拔体系，建立涵盖身体、技术、战术、心理、社交等多维度的选材评估标准，关注球员的长期发展潜力，弱化对早期身体发育优势的过度依赖，通过长期动态跟踪的方式，减少人才选拔中的格雷欣现象。三是推动训练方法的科学化升级，引入数字化训练监控、技战术分析等科技手段，提升青少年足球训练的精准性与系统性，同时兼顾球员的文化教育与心理建设，实现球员综合能力的全面发展。

5.3. 完善一体化赛事体系，强化赛事的培养与选拔功能

完善覆盖全年龄段、多层级的青少年足球赛事体系，充分发挥赛事的杠杆作用。一是持续深化赛事体系整合，以中国青少年足球联赛为主干，理顺国家级、省级、市级、校级赛事的层级关系与衔接机制，推动教育、体育、足协系统赛事的赛期协调、标准统一，形成赛制稳定、等级分明、衔接有序的赛事格局。二是扩大基层赛事供给，推动校园内班级联赛、年级联赛的常态化开展，保障不同水平的青少年球员都能获得充足的参赛机会，落实“以赛促练”的培养理念；同时鼓励区域性、社会性青少年足球赛事发展，丰富赛事类型与参赛场景。三是强化赛事的人才选拔功能，在各级赛事中建立常态化的人才观察与选拔机制，通过赛事发掘具备潜力的青少年球员，打通从基层赛事到精英梯队的人才上升通道，让赛事真正成为人才培养与选拔的关键载体。

5.4. 夯实教练员队伍建设，健全人才培养保障体系

一是完善青少年足球教练员分层分类培训体系，扩大基层教练员培训覆盖面，建立从启蒙教练到精英梯队教练的等级化培训标准，将青少年身心发展规律、科学训练方法、LTAD 理论等内容纳入培训模块，同时完善教练员继续教育与考核淘汰机制，持续提升教练员队伍的专业能力。二是健全青训人才保护与激励机制，严格落实青少年球员培训补偿与联合补偿制度，保障基层青训机构的合法权益，遏制球员无序流动的恶性竞争；同时建立青训机构的标准化建设与评价体系，引导社会青训机构规范化发展。三是完善青少年球员发展保障机制，进一步打通足球特长生的升学通道，优化大中小学足球特色学校对口升学布局，同时建立青少年球员伤病保障、职业发展规划与退役安置相关制度，降低球员培养的风险，为青少年足球后备人才的长期发展筑牢保障基础。

6. 结论

在“三大球”振兴与体育强国建设的时代背景下，我国青少年足球后备人才培养已进入体系化完善、高质量发展的关键时期。当前多元培养主体格局基本形成，政策保障持续强化，赛事体系整合初见成效，但培养体系协同不足、科学化水平不高、赛事功能发挥不充分、保障机制不完善等问题依然存在。唯有立足青少年身心发展规律，强化多元主体协同配合，健全分层分类的培养模式，完善层级清晰的赛事体系，夯实教练员队伍与配套保障建设，才能实现青少年足球后备人才培养体系的整体优化，稳步提升人才供给质量，为我国足球事业持续健康发展提供坚实支撑，为“三大球”全面振兴筑牢长远人才基础。

参考文献

- [1] 任笑楠, 侯会生. 中国职业足球改革发展的历史演进、动力根源与保障举措[J]. 北京体育大学学报, 2024, 47(8): 70-82.
- [2] 李富生. 体育强国背景下我国高等体育院校竞训改革的时代价值及创新路径——基于西安体育学院的实践探索[J]. 西安体育学院学报, 2025, 42(4): 385-393.
- [3] Balyi, I., Way, R. and Higgs, C. (2013) Long-Term Athlete Development. *Human Kinetics*.
<https://doi.org/10.5040/9781492596318>

- [4] 马昊伟, 龚波, 谢松林, 等. 我国足球后备人才多元培养体系协同的内在机理与优化路径[J]. 上海体育大学学报, 2025, 49(6): 80-91, 103.
- [5] 国务院办公厅. 国务院办公厅关于印发中国足球改革发展总体方案的通知[EB/OL]. 2015-03-08. https://www.gov.cn/gongbao/content/2015/content_2838167.htm, 2026-03-27.
- [6] 青少年体育司. 教育部、体育总局、中国足球协会关于印发《中国青少年足球联赛赛事组织工作方案(2022-2024年)》的通知[EB/OL]. 2022-06-01. <https://www.sport.gov.cn/n315/n20001395/c24324730/content.html>, 2026-04-05.
- [7] 教育部, 国家体育总局, 国家发展改革委, 等. 关于加强和改进新时代青少年校园足球工作的实施意见[EB/OL]. 2024-01-15. <https://www.sport.gov.cn/gdnps/html/zhengce/content.jsp?id=28105718>, 2026-04-05.
- [8] 教育部. 对十四届全国人大一次会议第 4664 号建议的答复[EB/OL]. 2024-01-02. http://www.moe.gov.cn/jyb_xxgk/xxgk_jyta/jyta_twys/202401/t20240102_1097505.html, 2026-03-28.
- [9] 尤佳, 谭淼, 秦昉, 等. 新时代我国青少年足球人才长期发展的实施路径研究[J]. 沈阳体育学院学报, 2021, 40(3): 33-39.
- [10] 肖建忠, 巩莲莲, 屈冬林, 等. 我国足球后备人才培养“格雷欣现象”及消解策略[J]. 体育学刊, 2023, 30(5): 86-89.
- [11] 卢伟, 郑芳, 李慎广, 等. 体教融合背景下足球人才梯队建设的制度困境与对策分析[J]. 天津体育学院学报, 2025, 40(5): 605-611.