

法国滑雪教育体系：发展与挑战

卢韩洁

(吉林外国语大学, 吉林 长春 130117)

摘要: 本文对法国滑雪教育系统的组织结构、运行机制、教育影响以及面临的挑战和今后的发展趋势等方面进行了分析。该体系以其严谨的教学方法、细致的等级划分和高标准的教练培训系统而享誉全球。通过滑雪项目, 滑雪学生能够在不同水平上获得有效的教学, 并在身心、技能和安全意识等方面得到全面发展。然而, 法国滑雪教育体系也面临着一系列挑战, 其中包括气候变化、经济压力以及技术革新等多重因素。法国滑雪教育体系亟需创新和调整, 以保证其不断发展, 进一步提高教学质量。

关键词: 法国滑雪教育体系; 滑雪运动; 滑雪教学

为增强山区军队的雪地作战能力, 法国政府在第一次世界大战前积极推动滑雪运动的组织化发展。1900年, 法国军方的一项调查显示, 法国与意大利边境的山区年轻人普遍身体状况不佳, 不符合兵役标准。因此, 军方于布里昂松市设立了一所专门的军事滑雪训练学校。第二次世界大战后, 随着经济复苏和生活水平提升, 滑雪运动作为一项冬季休闲活动受到广泛关注。今天, 法国的滑雪教育体系以其严谨的教学方法、细致的等级划分和高标准的教练培训系统而著称。这一体系不仅为滑雪学习者提供了明确的学习路径, 也为那些希望成为滑雪教练的人士开设了专业培训课程。

一、法国滑雪教育体系的组织构造

法国滑雪学校 (École du ski français, 简称ESF) 自1945年成立以来, 已发展成为全球最大的滑雪学校网络, 其影响力覆盖从科西嘉省到比利牛斯山脉, 再到上萨瓦省和孚日山脉等广泛地区, 居于法国滑雪教育体系的中心位置。随着时间的推移, ESF不仅培养了数万名滑雪爱好者和专业选手, 还通过其约250个滑雪站点的本地自治管理模式, 展示了其在法国滑雪文化的深远影响。到2016年, ESF汇聚了约17,000名教练, 他们都是法国滑雪教练国家工会的成员, 该工会同样是ESF的一部分。

除了ESF, 国际滑雪学校 (École du ski international, 简称ESI)、Evolution2和Oxygène等其他滑雪学校及独立教练在法国滑雪教育体系中也扮演着重要角色。ESI由一些寻求新教学理念的ESF教练于1977年创立, 其课程设置与ESF相似, 但更注重国际化, 吸引了来自多国的教练参与, 彰显了法国滑雪教育的包容性和多元性。到2015年, 法国、瑞士和意大利共设有95所ESI学校, 拥有约1800名教练。Evolution2于1987年成立, 它通过开发如滑翔伞和漂流等“冒险”活动, 成功确立了与众不同的滑雪学校概念。Oxygène则是由两位前ESF教练于1992年创立, 初为ESI成员, 后独立发展, 至2018年已在9个滑雪站点设有分部, 拥有约250名教练。Oxygène由两位前ESF教练成立于1992年, 最初是ESI的成员, 后来发展成为完全独立的滑雪学校。到2018年, 其学校拥有约250名教练, 并在9个滑雪站点设有分部。Evolution2和Oxygène的成立, 进一步丰富了法国的滑雪教育, 为滑雪教学增添了新的维度。

此外, 独立教练同样是法国滑雪教育体系不可或缺的一环。他们通过提供个性化的教学服务, 满足了市场对定制化需求的增长, 展现了该体系的灵活性和个性化服务的发展趋势。

二、法国滑雪教育体系的运行机制

(一) 分级系统

法国滑雪教育体系以其精细的分级系统为学习者铺就了一条清晰可行的进步之路。该分级系统, 由ESF设计, 旨在以徽章和级别认证作为学习者技能提升的激励和评估手段。从儿童到成年人, 从初学者到高级滑雪者都能得到系统的训练和认证。

对于刚接触滑雪的年幼孩子, Club Piou-Piou提供了一个专门设计的安全学习环境。在Piou-Piou宇宙中, 各种动物角色象征着孩子们需要掌握的运动技能, 这些角色包括Piou-Piou、Blanchot、Siffote、Garolou和Ourson。孩子们通过与这些角色互动的故事, 在玩乐中开启对山地环境和装备的探索, 掌握基础技能, 并最终获得相应的动物徽章, 作为技能掌握的标志。其中, Blanchot是一只兔子, 代表孩子了解他的装备, 能够在平地上带着他的滑雪板移动, 进行了第一次滑行且不会跌倒; Siffote是一只土拨鼠, 代表孩子学会控制速度和独立使用小型升降机; Garolou是一只狼, 代表孩子学会简单的转弯; Ourson是一只熊, 代表孩子能在滑雪区的绿色道上滑行, 能够转弯并停下来。随着技能的逐渐提高, 完成这一级别的课程, 年幼的学习者可以获得一枚“小熊”徽章, 他的滑雪生涯可以进入初级阶段了。

初级阶段, 学员在宽雪道上练习简单转弯, 先是达到Flocon (雪花) 级别, 随后在蓝色雪道上接受1ère étoile (第一星级) 级别基本技巧的训练。中级阶段包括2ème étoile (第二星级) 和3ème étoile (第三星级) 级别, 学员将学会流畅转弯, 并在蓝色雪道和红色雪道上提升技巧, 包括高速转弯和适应复杂条件, 同时引入基础雪地公园技巧。进阶阶段, 学员挑战Étoile de bronze (铜星级) 和Étoile d'or (金星级) 级别, 不仅训练提高在斜坡上的转弯效率, 尤其在黑色雪道上, 还被着重培养应对高难度滑雪挑战的战略思维和线路选择能力。专业级别向滑雪高手提供Compétition (比赛级) 和Freestyle (自由式级) 两个方向, 前者专注于门控滑降技巧和竞技表现, 强调速度、精确性和战术, 后者重点在雪地公园展示自由式技巧, 如空中旋转、翻滚和滑杆。

(二) 教练培训系统

成为一名资质认证的滑雪教练是充满挑战的过程, 同时也是不断自我学习和不断进步的过程, 这在法国得到了很好的执行。

滑雪教练生涯起始于初级阶段 (Moniteur de Ski Alpin Stagiaire), 候选人需完成理论和实践训练, 如基础滑雪技巧传授、教学方法应用及急救技能, 通过考核后获得临时教练资格, 可指导初级课程。中级阶段 (Moniteur National de Ski Alpin) 要求教练

参加几周至几个月的全职培训,深化技术和理论知识,培养独立指导高级课程的能力,通过考核后获得国家级滑雪教练资格。高级阶段(Entraîneur de Ski Alpin)面向追求专业或更高成就的教练,包括高级技巧、比赛训练、心理学、体能训练等多个方面内容,通过严格考核后,能够获得滑雪教练的最高资格认证,成为专业训练师或竞技教练。法国滑雪教育强调持续学习,要求教练定期参加进修和研讨,更新知识技能,并鼓励参与竞赛和交流,以提升专业素养。

三、法国滑雪教育体系的教育影响

在法国的滑雪学校中,课程设置基于技能分级,依据学员年龄和技能等级进行分组,注重综合课程设计,不仅包括技术训练,还涵盖安全知识、装备使用与保养,以及如何适应不同的雪地环境等等。在训练方法上,法国滑雪教育体系采用实践导向、游戏化学习和个性化指导的方式,主要在雪地上进行,通过实际操作和趣味游戏保持学习兴趣,同时根据每个学员的具体情况提供个性化指导,确保每位学生都能有效提升技能,并在适合自己的节奏下进步最终达到最佳的学习效果。因此,法国在培养滑雪学生方面取得了显著的成效。

第一,参加滑雪项目的个体在身心发展方面获益显著。在高山滑雪过程中,需要保持平衡、控制速度和体力,这对于身体各个方面的肌肉群都起到了锻炼作用,有利于增强全身的协调性和灵活性。同时,高山滑雪也是一项高强度的有氧运动,能够提高心肺功能,增加耐力和爆发力,有利于维持健康的体重和改善心血管系统的功能。此外,滑雪运动中需要克服各种难关,其中包括陡峭的坡道、变幻莫测的天气及复杂地形,这些对于培养个体的意志力、勇气、毅力以及面对挑战时的冷静思考和应变能力也具有重要作用。

第二,在技能提升方面,法国滑雪教育以层次分明的课程安排和个性化的教学方法为基础,使学生学会从基础的滑雪姿势到复杂的滑行技巧,经过系统的训练,逐步掌握并运用多种滑雪技巧,从而使自己的滑雪水平得到很大的提高。

第三,安全意识的提高是法国滑雪教育另一显著成就。全面的安全教育和不断的实践训练,使学生对滑雪运动中的潜在危险有了深刻的认识,并能在实际滑雪中主动地采取各种安全措施,使事故的发生率得到了有效降低。

第四,法国滑雪教育通过其寓教于乐的教学策略和丰富多彩的滑雪活动,激发了学习者对滑雪运动的热情与兴趣,帮助他们培养了长期坚持运动的习惯,对促进滑雪运动的普及与区域文化的发展起着举足轻重的作用。

四、法国滑雪教育体系面临的挑战及未来发展

在全球化的大背景下,法国滑雪教育体系正面临许多挑战,既有来自气候变化的压力,也有对生态环境造成的压力;既有技术进步带来的挑战,也有经济与社会变化带来的冲击;再加上对训练设施和资源分配需求的增加等等,这些挑战要求该体系进行全面的调整和创新,以确保其可持续发展和教学质量的提升。

首先,气候变化对滑雪季节影响成为法国滑雪教育面临的一个主要挑战。全球气候的变暖趋势导致冬季变短,雪季延迟且提前结束,雪质亦有所下降,这对依赖自然降雪的滑雪学校形成了直接性的冲击。针对这一现状,法国滑雪教育体系需致力于发展和应用环保型的人工造雪技术,并积极探索包括室内滑雪和干地

训练等多样化的授课方式,减少对自然雪的依赖。

其次,人工造雪技术在一定程度上可以部分缓解气候变化的影响,但其对水资源和能源的大量需求也给生态环境带来一定的压力。为此,推行滑雪场的环境友好管理措施显得尤为重要,如利用太阳能、风能等可再生能源及实施水资源循环使用技术。同时,通过教育提升滑雪者的环保意识,增强人们对生态保护的认识和参与度。

在经济与社会因素方面,由于滑雪是一项相对费用较高的运动,经济波动或不景气时,可能会影响到人们对滑雪活动的投资,从而影响滑雪学校的运营。为了解决这一问题,可以为经济条件较差的学生提供奖学金或经济援助,并增加课程的多样性及趣味性以吸引更多的年轻人和家庭,从而解决经济上和社会上对滑雪活动的顾虑,同时让更多的人参与其中。

技术进步为滑雪教育带来了新的机遇。虚拟现实(VR)和增强现实(AR)技术的应用为滑雪教育开辟了新的路径。然而,这要求滑雪教育学校进行适量的技术投资和教练培训,以适应新的教学模式。滑雪教育学校可以开发在线学习平台,提供在线理论课程和技术分析等资源,使学生在非滑雪季也能持续学习。

此外,设施和资源的不均衡分配也一直是滑雪教育面临的一个难题。法国的一些滑雪胜地因其地理位置和历史原因,拥有更完善的训练设施和资源。这就造就了资源在分配上的不平衡,一些地区的滑雪教育机构可能难以获得足够的支持和投资。针对此问题,政府和私人投资者要加大对边远地区滑雪设施的投资,同时滑雪教育机构之间可以建立起合作网络,做到资源信息的共享和相互协作,例如,设施条件较好的滑雪学校可以与资源较少的学校建立伙伴关系,通过共享教练资源、培训材料和设施等,帮助资源较少的学校提高教学质量。

五、结语

法国滑雪教育体系以其卓越表现,为每一个滑雪爱好者铺设了一条清晰的成长路径。其卓越之处,根植于对教学质量与课程全面性的不懈追求。然而,随着时间推移及社会的不断进步,法国滑雪教育体系也面临了一系列挑战,包括气候变化带来的不确定性、经济发展的各种压力,以及技术创新的冲击,这些都是法国滑雪教育界必须正视的复杂问题。在这个快速变化的时代,法国滑雪教育体系急需通过创新和适应来应对挑战。我们深信,只有不断地进行创新,调整策略,采纳新技术,法国的滑雪教育体系才能继续保持其卓越的地位,并推动滑雪运动的可持续发展。

此外,法国滑雪教育体系的经验及其所面临的挑战对全球滑雪教育界具有重要的参考价值。通过知识分享和合作交流,全球的滑雪教育领域可以携手共进,更加有效地应对未来可能出现的挑战。

参考文献:

[1] 叶茂盛,刘波,王福秋,伊诺&邱招义.阿尔卑斯地区滑雪场的发展历程与启示[J].沈阳体育学院学报,2020(05):74-82.

[2] 史永涛&潘盟.高山滑雪育人价值及其实现路径研究[J].冰雪体育创新研究,2023(22):10-12.

作者简介:卢韩洁(2003.02-),女,吉林外国语大学,法语专业本科在读。

通讯作者:丁宁(1982.10-),男,吉林省长春市人,硕士,研究方向:法语国别区域研究。