

# 优秀游泳运动员年龄特征分析

谭政典, 白慕炜

(广州体育学院 研究生部, 广东 广州 510075)

**摘 要:**通过对悉尼奥运会、日本福冈世界锦标赛及全国九运会游泳比赛前8名游泳运动员年龄特征的分析,重点追踪典型运动员首次创造最佳运动成绩的年龄,并结合1980年以来历届奥运会、世界游泳锦标赛冠军年龄,对游泳运动员年龄进行全面、客观的研究。

**关键词:**优秀游泳运动员;年龄特征;最佳运动年龄

中图分类号:G861.1 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2003)02-0115-03

## An analysis on the age characteristic of the top swimmers

TAN Zhen-dian, BAI Mu-wei

(Postgraduate Department, Guangzhou Institute of Physical Education, Guangzhou 510075, China)

**Abstract:** By analysis on the characteristic's age of the top 8 swimmers from the Sydney's Olympic Games, the 9 World Swimming Championship, the 9 National Games of PRC, and emphasizing on tracking the ages of the typical top swimmers who first made excellent performances, integrating with the swimming champions from the Olympic Games and World Swimming Championship in past years since 1980, the paper shows an all-round, objective study on the swimmer's ages.

**Key words:** the top swimmers; age characteristic; the ages of the typical top

优秀游泳运动员创造优异运动成绩的年龄大小,一直是世界泳坛中一大热点问题。随着悉尼奥运会、日本福冈世界锦标赛及全国九运会游泳比赛的相继闭幕,使国内同行对这一问题的讨论又再度升温。国际泳坛对优秀游泳运动员创造优异运动成绩的年龄问题一直存在两种不同的观点:一是年轻化,即优秀运动员出成绩的年龄均偏小;二是成人化,即成年运动员创造优异运动成绩的机率较大。对于这一问题,笔者认为应该更加全面、辩证地加以分析,才能得出一个正确的结论。本文以悉尼奥运会、福冈世锦赛及全国九运会游泳比赛(简称三大赛)各项目前8名运动员为研究对象。对世界优秀游泳运动员年龄进行常规数理统计后,对比分析其年龄特征。对所获数据进行常规统计学处理,结合文献资料进行理论分析。全部计算过程在SPSS.10上完成。

### 1 三大赛前8名运动员年龄状况

2000年的悉尼奥运会,一批年龄在大龄选手频频佳绩,特别是27岁的女飞鱼德布鲁因首次在国际大赛中登上了冠军的宝座,创造了个人最好成绩,她与托莱斯、奥尼尔、汤普森、波尔等老将共同打造了新世纪泳坛神话,使人们为之叹服。这似乎证实了大龄运动员更适应日益激烈的比赛,更容易创造出优异的成绩(见表1)。

表1 悉尼奥运会27岁以上前3名运动员成绩

姓名	年龄/岁	项目	名次	成绩/s
德布鲁因	27	50 m 自由泳	1	24.32
		100 m 自由泳	1	53.83
		100 m 蝶泳	1	56.61
奥尼尔	27	200 m 自由泳	1	118.24
		200 m 蝶泳	2	126.58
		100 m 蝶泳	7	59.27
托莱斯	33	50 m 自由泳	3	24.63
		100 m 自由泳	3	54.43
		100 m 蝶泳	3	58.20
汤普森	27	100 m 自由泳	3	54.43
		100 m 蝶泳	5	58.49
波尔	28	200 m 自由泳	3	118.81
		400 m 自由泳	3	247.83
波波夫	29	100 m 自由泳	2	48.69
		50 m 自由泳	6	22.24
帕金斯	27	1 500 m 自由泳	2	893.29

而全国九运会的情况却与之相反,年轻选手成为赛场上的亮点,他们的出现为沉寂中的中国游泳带来了新的希望,但他们的年龄却和奥运会、世锦赛的平均年龄有着一定的差距。中国游泳运动员长期以来创造优异运动成绩均在一个

较小的年龄阶段,但随着比赛的日益激烈化,国际各大比赛特别是 2000 年悉尼奥运会和日本福冈世锦赛前 8 名的平均年龄较以往有上升趋势(男子平均 22.6~23 岁,女子平均 21~22 岁)。尤其是悉尼奥运会上的风云人物荷兰 27 岁的女运动员德布鲁出人意料地夺走了女子 50 m、100 m 自由泳和 100 m 蝶泳 3 项冠军,并刷新了这 3 项世界记录,创造了

个人的最好成绩。这一情况的出现使得国内一些专家将中国游泳近几年处于低迷状态的原因归结于中国游泳运动员年龄偏小,生理及心理发育不完全,难以适应竞争激烈的比赛。中国游泳运动员的平均年龄与奥运会,世界锦标赛有较大的差距(见表 2)。

表 2 悉尼奥运会、福冈世锦赛、九运会平均年龄对比

项目	$\bar{x} \pm s, \text{岁}$					
	奥运会		世锦赛		九运会	
	男	女	男	女	男	女
50 m 自由泳	25.0±3.36	26.1±3.64	23.4±3.70	25.6±2.77	22.3±2.49	18.6±3.20
100 m 自由泳	25.4±2.39	25.8±4.03	23.6±3.07	24.3±3.69	22.0±3.21	19.1±3.09
200 m 自由泳	22.6±3.25	23.6±4.63	22.1±2.30	21.6±5.01	20.0±2.67	17.9±2.42
400 m 自由泳	21.1±3.70	21.1±4.64	21.8±2.60	21.0±5.37	18.9±1.73	16.9±1.81
1500(800) m 自由泳	21.9±2.47	19.4±3.20	22.0±1.77	19.0±0.76	17.8±2.25	16.1±1.89
100 m 仰泳	23.1±1.96	21.9±4.49	22.6±2.97	22.6±2.97	19.4±1.77	15.9±3.32
200 m 仰泳	23.6±4.72	21.3±3.06	21.9±4.02	21.9±4.02	18.9±1.96	15.5±2.51
100 m 蛙泳	21.3±2.92	20.5±5.45	21.1±1.55	18.8±3.28	21.3±3.06	18.3±3.58
200 m 蛙泳	23.1±2.47	18.0±2.67	22.6±2.56	18.6±4.00	18.9±2.53	15.9±3.98
100 m 蝶泳	22.2±2.60	25.9±4.73	25.1±3.87	21.3±3.88	21.1±2.75	18.4±3.78
200 m 蝶泳	22.6±4.27	22.6±4.60	23.0±4.03	22.1±3.94	19.5±3.66	18.3±4.43
200 m 混合泳	25.9±1.96	23.0±3.12	21.9±3.60	21.0±3.30	20.6±2.20	17.3±1.49
400 m 混合泳	21.3±3.64	20.3±3.24	21.6±3.50	20.1±3.00	18.5±3.12	17.4±1.41

从表 2 中的统计数据的确可以看出,九运会各项目前 8 名的平均年龄明显低于悉尼奥运会、福冈世锦赛,这似乎又为大龄观点提供了有力的证据。但是从这 3 次比赛平均年龄的标准差来看,悉尼奥运会、福冈世锦赛各项前 8 名的标准差较大,从统计学的角度来分析,前 8 名年龄跨度较大,分布不集中,其平均年龄对前 8 名运动员的整体情况的代表性不大,并不能说明实际情况。

同时,奥运会和世锦赛男、女前 8 名运动员的年龄分布图(图 1、2)中显示出男子前 8 名选手有 63%集中在 18~26

岁的年龄段,其中以 20~23 岁为创造最佳运动成绩的高峰年龄,约占总人数的 34%。而女子则在 16~23 岁这一年龄段中创造优异运动成绩的人数最多,占前 8 名总人数的 52%,特别是 16~19 岁的年轻选手更是占据了前 8 名运动员中 35%的席位。获得佳绩的大龄运动员虽然人数不少,但是他们多为一人在多个项目中均有上乘表现,因而他们的出现只是使大龄运动员继续参加世界级大赛并取得优异成绩成为可能。

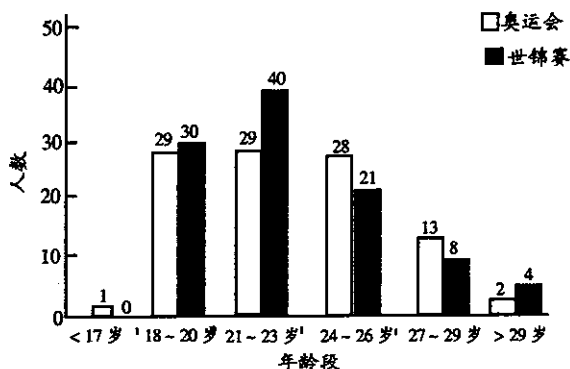


图 1 奥运会、世锦赛男子前 8 名年龄分布

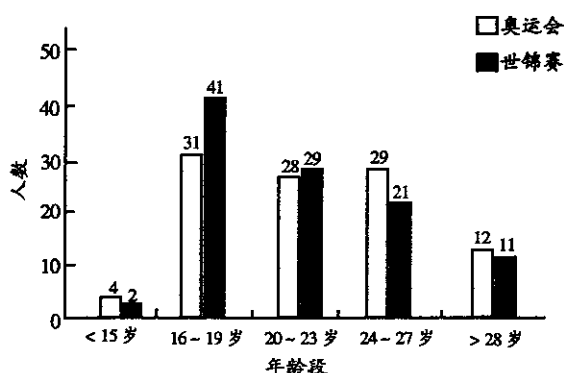


图 2 奥运会、世锦赛女子前 8 名年龄分布

## 2 年轻运动员在世界泳坛中的表现及地位

事实上当大龄运动员吸引了人们注意的同时,大批年轻运动员也在这些比赛中有出色的表现。在悉尼奥运会、福冈世锦赛上拿到前 3 名的年轻运动员也为数不少,例如索普、

哈切特、贝内特、莫卡努、齐晖、罗雪娟、奎恩、琼斯、菲尔普尔等等。近几年这些涌现出的年轻运动员,几乎都在 15、16 岁时就拿到了世界冠军,甚至打破了世界纪录(见表 3)。

表3 悉尼奥运会、福冈世锦赛前3名年轻运动员首次国际大赛最好成绩

姓名	年龄	赛次	项目	名次
索普	16	98帕斯世锦赛	400 m自由泳	1
哈切特	18	98帕斯世锦赛	1500 m自由泳 400 m自由泳	1 2
莫卡努	16	悉尼奥运会	100 m仰泳 200 m仰泳	1 1
贝内特	14	罗马世锦赛		
奎恩	16	悉尼奥运会	100 m蛙泳	1
菲尔普斯	16	福冈世锦赛	100 m蝶泳	1
琼斯	15	悉尼奥运会	100 m蛙泳	2
齐晖	16	福冈世锦赛	200 m蛙泳	2
罗雪娟	15	福冈世锦赛	50 m蛙泳 100 m蛙泳	1 1

### 3 大龄运动员首次最好成绩年龄及大龄化原因

虽然大龄运动员越来越多地在各种比赛中获得好成绩,但是如果我们对这些运动员的成绩进行追踪,就会发现这些大龄运动员实际上在15~17岁时已经达到了世界级水平(见表4)。他们之所以能在十几年之后的悉尼奥运会和福冈世锦赛上仍然保持着最佳的竞技状态,甚至又使自己的运动生涯出现新的高峰,是与游泳训练方法、手段的进步和科学的发展分不开的。我们都知道优秀游泳运动员的多年训练大致可分为基础训练阶段(3~5年),专项提高阶段(4~6年),最佳竞技状态阶段(4~8年),竞技保持阶段(2~5年)。一个初学游泳的7岁孩子要达到最佳竞技状态可能需要7~11年,也就是说这个运动员到14~19岁时是他成绩的高峰期,而这个高峰状态大概可以持续4~8年,即该运动员在27岁时仍有可能处于最佳竞技状态。如果训练方法科学合理,运动员在竞技保持阶段仍然可以继续提高运动成绩,使竞技状态进入第二个高峰期。这样我们就不难解释悉尼奥运会和福冈世锦赛上大龄运动员频创佳绩的原因了。

表4 悉尼奥运会27岁以上前3名运动员在国际大赛中首次最好成绩

姓名	年龄	赛次	项目	名次
德布鲁因	17	第六届世锦赛	100 m蝶泳	8
奥尼尔	17	第六届世锦赛	100 m蝶泳	6
汤普森	17	第六届世锦赛	50 m自由泳	5
波尔	18	第六届世锦赛	100 m仰泳	7
波波夫	17	汉城奥运会	100 m自由泳	3
帕金斯	17	全澳锦标赛	1500 m自由泳1(创世界纪录)	

### 4 游泳运动员年龄特征

从运动训练学的角度来讲游泳是一个年轻化的少年型的运动项目,优秀的游泳运动员达到世界级水平的年龄男子平均在(17±1)岁,女子平均在(15±1)岁,训练年限在6~10年左右。

根据以上资料,我们可以看到全国九运会游泳比赛各项目的平均年龄与理论相符合,可以说中国游泳运动员创造优异运动成绩的年龄与世界泳坛整体情况接近,但在运动员竞技状态保持、运动寿命延长方面与世界水平存在着较大的差距,因而要想使中国游泳再次走向辉煌,不应该单单从调整年龄结构开始,而要从科学训练,最大限度的开发运动员的潜力,延长优秀运动员运动寿命入手。同时,还需要社会各界给予帮助,为优秀游泳运动员提供继续学习的机会,提高他们的综合素质,增强对游泳训练、技术动作及教练员意图的理解,使他们始终保持对游泳运动的热爱,从而延长游泳运动员的运动寿命,使中国游泳运动员在大龄阶段仍然能够创造出优异运动成绩。

综上所述,运动员的年龄并不是影响其创造优异运动成绩的主要原因,年轻运动员与大龄运动员都有创造优异运动成绩的机会和条件,他们共同铸造了当今泳坛的辉煌。

#### 参考文献:

- [1] 组委会. 2000悉尼奥运会游泳决赛成绩[J]. 游泳季刊, 2000(4):46-48.
- [2] 组委会. 2001年第九届世界游泳锦标赛决赛成绩[J]. 游泳季刊, 2001(3):47-48.
- [3] 李有观. 游泳运动员达到最佳成绩的年龄和年限[J]. 游泳, 1997(5):10.
- [4] 东岛新次. 2000年悉尼奥运会[J]. Swimming Magazine, 2000(2):42-46.
- [5] 林振彪. 对优秀游泳运动员年龄的探讨[J]. 游泳季刊, 1985(1):24-26.
- [6] 任远. 第23届奥运会游泳赛金牌获得者简介[J]. 游泳季刊, 1985(1):12-13.
- [7] 任远. 民主德国崛起的又一颗新星——格拉什[J]. 游泳季刊, 1985(2):17.
- [8] 张长存. 成绩与年龄[J]. 游泳季刊, 1985(2):5.
- [9] 迟爱光. 世界泳坛风云[J]. 游泳季刊, 1985(2):5.

[编辑:周威]