

·运动与训练·

面对国际体联关于体操团体决赛规程修改的对策

张爱平, 孟宪林

(广东韶关学院 体育系, 广东 韶关 512005)

摘 要 对团体决赛规程修改后体操比赛进行了分析,认为其特点为主要靠运动员的全能技术比赛转变为主要靠“单项”技术比赛,并据此提出了我国应集中力量培养“单项”选手,精选全能选手,最大限度地实现运动员之间的项目互补等对策,使我国在3种形式比赛中都能取得最佳成绩。

关键词 体操;竞赛规程;团体决赛

中图分类号:G830.3 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2002)03-0102-04

Study on China facing the revised group final regulation of International Gymnastics

ZHANG Ai-ping, MENG Xian-lin

(Department of Physical Education, Guangdong Shaoguan College, Shaoguan 512005, China)

Abstract This paper analyses on the characteristic of group final gymnastics competition of revised regulation. The author think that gymnastics competition will transfer from athletes all-round techniques to “single item” techniques. According to this point of view, the authors put forward such measures that China should pay all attention to foster “single item” athletes, choose strictly all-round athletes so as to carry out athletes' items exchanging at most degree in order to ensure China will achieve best achievements in three kinds of competition.

Key words gymnastics; competition regulation; group final

竞技体操是我国“奥运争光计划”的重点项目之一。从1983年我国男队以0.1分的优势战胜苏联队第一次获得团体冠军后,又经过整整10年的艰苦努力再次夺冠,至今已5次蝉联世界体操锦标赛冠军,2000年又圆了几代人为之奋斗的奥运团体金牌梦,我国已经成为名副其实的世界竞技体操强国。夺取世界冠军确实不易,而保持冠军则更加困难。首先,我们已经成了世界各国的“赶超目标”,而在运动训练上又没有任何秘密可言;同时,随着竞技体育职业化、商业化的发展,国际体联从竞赛规程到评分规则不断进行修改,以使体操比赛更精彩、更激烈、更富有悬念。据报道,国际体联已对今后奥运会团体决赛的记分办法作出了新的规定:将由过去的6—5—4制改为6—3—3制,即每队可报名6人,每个单项每队只派3人上场比赛,这3人的总分就是全队在该项目中的得分。此次竞赛规程的修改将会使世界体操格局发生重大的变化。在这种严峻的形势下,中国体操队应采取什么对策呢?本文在分析竞赛规程修改后,体操比赛所具有的特点基础上,结合我国男女国家体操队员近2年的表现,提出中国体操队备战新一轮世界体操大赛的具体对策,供有关部

门和教练员参考。

1 规则变化带来的新问题

只要简略地回顾一下历史,就不难看出这项“小小”的改革将会对世界体操格局产生重大的影响。1997年以前,体操团体决赛实行的是7—6—5制,即每队报名7人,每个单项每队6人上场比赛,取前5名的分数和作为全队在该项目中的成绩。1993年苏联解体后分成俄罗斯、白俄罗斯、乌克兰、哈萨克斯坦等10多个国家,从而使优秀运动员分散,而培养一个优秀男子体操运动员大约需要8~10年时间,造成每次大赛都因“选手不齐”而落败给男选手相对“人才济济”的中国队。即使这样,在1996年奥运会由于我们自己的失误,男团冠军又被俄罗斯夺走。从1997年开始实行6—5—4制,在悉尼奥运会团体预赛时,俄罗斯又以比中国队多0.037分的微弱优势领先进入决赛,只是在决赛时由于俄罗斯失误(尤其是鞍马失误)较多,我队又调整了心态,才最终夺得了我国整个奥运军团唯一一个团体冠军。因此,从今年开始执行新的竞赛规程后,我国“人海战术”的优势将不复存在,世界各

国(包括一些较小的国家)都将有可能每项派出3名优秀运动员参加团体(和单项)的角逐,从而使竞争更加激烈,同时也将使竞技体操更加普及,这已经被体操竞赛规程修改的历史实践所证实。

在实行7—6—5制规程期间,体操比赛的团体、个人全能和单项金牌与奖牌,绝大多数为苏联、中国、日本和德国等少数几个国家及其运动员所垄断;当实行6—5—4制后,金牌和奖牌就逐渐被分散。例如:1999年世界体操锦标赛团体第3名白俄罗斯队和第5名韩国队,在2000年奥运会上被挤出了前6名(仅获资格赛第8名和第7名),而在1999年世锦赛获团体资格赛第7名的乌克兰和第9名的罗马尼亚,则在悉尼奥运会上分获团体决赛亚军和第6名;在单项决赛中,1999年世锦赛6个单项冠军分别为4个国家的5名运动员所获得,18枚奖牌分别为11个国家的17名运动员所得;2000年奥运会6个单项冠军分别为6个国家的6名运动员所获,18枚奖牌被12个国家的15名运动员所分获。

国际体联关于团体决赛实行6—3—3制规程的修改,将会使体操团体比赛发生重大的变化,即从原来参赛队员之间的分数互补转变为队员之间的项目互补,从而使比赛由原来主要靠运动员的全能技术转变为主要靠运动员的“几个单项”技术。换句通俗的话说,就是参赛的6名运动员不一定像过去那样必须全面发展,只要每个运动员平均练就3项高超技术,就能在团体和单项比赛中取得优异的成绩。清醒而及时地认识体操比赛的这一新的特点,对于我们更新观念,科学地选拔队员,由原来对运动员的全能技术训练转向“几个项目”的重点训练,并在比赛中巧妙地进行战术组合,以及对后备力量的培养等方面,都有非常重要的作用。

2 适应规则修改的对策

2.1 男子团体比赛的对策

团体比赛成绩是衡量一个国家体操整体水平的重要标志,这是我国男队必须努力卫冕的一个重要项目。从理论上讲,在资格赛中每个国家都会选派每项最强的3名运动员上场比赛。只有这样才能保证进入团体决赛,并获得继续取胜的心理优势,又能获得进入单项决赛的资格。因此,加大培养具有单项“绝活”的运动员,是各国体操界都会采取的重要措施。国家体育总局体操运动管理中心张健主任为此说,中国将加大优秀体操单项选手的培养力度。

所谓单项选手,并不是指那些只有一个项目实力强,其它项目实力都很弱的“纯单项”选手,“称职的单项选手应该在二三个项目上有绝活”(张健语)。因为男子团体比赛共6个项目,每项上场3人,总共有18人次出场比赛,团体赛报名6人,平均每人要有3项特长,才能满足比赛的需求。我国男队在双杠、自由体操、吊环和鞍马等4个项目上实力较强,选派3名选手比较容易。例如:双杠有李小鹏(获2000年金牌和1999年第8名)、杨威和黄旭(分别进入1999年和2000年决赛);自由体操有李小鹏(1998年总决赛金牌)、邢傲伟(1999年第3)和杨威(1999年第4);吊环有获1999年金牌

的董震领军,还有进入2000年决赛的黄旭等人,都有较好的表现。鞍马有进入1999年决赛的邢傲伟,其他人的水平也比较齐。我们最弱的项目是单杠,除杨威获得1999年第3名外,再无1人进入单项决赛,而且全队整体水平较低,其次是跳马也比较弱,尽管李小鹏曾获1999年金牌、杨威获第3名,但由于该项比赛获胜的偶然性较大,我们发挥的很不稳定,致使2000年奥运会我队无人进入决赛。

因此,为增强团体实力,我们当务之急是提高单杠的技术水平和跳马动作的质量和稳定性。据体操各单项相互关系的研究成果,单杠与吊环的偏相关系数是0.7403,表明二者的相关程度较高,我们可以借助吊环实力普遍较强的优势,选拔一、二名队员兼练单杠。因为这两个项目动作的外部特征和所要求的身体素质都比较相似,只要处理好支点的固定与活动这对矛盾,就会迅速提高运动技术。其次,跳马与自由体操的偏相关系数是0.6708,表明二者的相关程度也比较高,除李小鹏和杨威以外,还可以选拔自由体操较优的郑李辉和邢傲伟等人兼练跳马,相信也会取得较好的成效。此外,假若卢裕富能重新归队,他在跳马和单杠等一些项目上具有较强的实力。据媒体报道,在2001年6月份举行的九运会体操预选赛暨全国体操锦标赛上,他在各个单项和全能比赛中都有上佳表现,这正是目前中国体操队为提高团体实力所急需的项目与人才。

总之,我国男队的整体实力较强,虽有一二个较弱的项目,但回旋余地较大,只要合理地调整、科学地安排,就可以形成每个项目都有三、四名运动员可供选择,为比赛提供多种优势组合形式,我们继续保持团体冠军是完全可能的。

2.2 女子团体比赛的对策

我国女队与男队情况不同,表1是女队21年来获得世界冠军的数据。无论从历史还是从现实来看,女队的强项与弱项泾渭分明。1999年世锦赛和2000年奥运会所以能获团体季军,是因为我们极大地发挥了强项的优势。因此,女队总教练陆善真表示,中国女队体操以单项为主攻方向的战略不会改变,女子团体尚不会成为重心。目前中国女队在平衡木、高低杠上的优势还是十分明显的,已经形成了自己的特点,在跳马和自由体操等与欧美运动员比腿力的项目上还有一定的差距。今后一段时间内,中国女子体操将继续以单项为主,而不会盲目追求团体上的突破。陆善真总教练还解释说,在现有的条件下,倘若一味追求女子团体有所建树,势必会分散力量,削弱中国体操在平衡木、高低杠项目上的固有优势,中国队在这方面是吃过亏的。在1985年世界体操锦标赛上,中国女队曾在团体的准备上下了相当大的功夫,但实践证明,中国女队不但没能在团体比赛中取得好成绩,相反以往的优势项目也出现不少失误,得不偿失。笔者认为,战略作为决定全局的策略,其发展方向的确定既要长远目标出发,又要适应不断发展、变化了的客观形势。

首先,我们的平衡木和高低杠即使实力再强,6名运动员都有夺取单项冠军的能力,但6—3—3制规程决定了我们每项参赛只需3人,而且进入每个单项决赛的也不能超过2

人。这样简单计算一下就可以知道,每届大赛至少有 2 人是“辅佐”人员,而没有真正派上用场。如果我们能合理调整、科学安排,让优势项目“过剩”的人才兼练我们的弱项,就会极大地调动运动员的积极性,不仅不会削弱我们的强项,而且会使弱项逐步得到提高。

其次,以平衡木、高低杠两个单项为主攻方向,具体到每一个运动员身上并不意味着只发展一个项目,而应像男运动员那样同时发展二三个项目。从表 2 可以看出,凌洁在 1999 年世锦赛上获得平衡木金牌、高低杠第 3 名,在 2000 年奥运会上获得高低杠亚军和平衡木第 7 名。这样算来进入每届世界大赛单项决赛的运动员只有 3 人,而且这种情况今后还会发生。因此,在保证优势项目不被削弱的前提下,适当调整一二名运动员兼攻另外两个弱项,不仅是必要的,而且是完全可能的。

表 1 1979 年~2000 年女队获世界冠军统计

项目	人数	次数
跳马	0	0
高低杠	5	6
平衡木	4	5
自由体操	1	1
合计	10	12

表 3 天津体操世锦赛女团决赛成绩比较

名次	国家	跳马	高低杠	平衡木	自由体操	总分
1	罗马尼亚	38.180	38.474	37.786	39.087	153.527
2	俄罗斯	37.835	38.899	37.625	38.850	153.209
3	中国	36.774	38.899	38.375	38.375	152.423
4	乌克兰	37.492	38.586	37.736	38.524	152.338
5	澳大利亚	37.298	38.111	37.224	38.299	150.932
6	美国	37.578	37.387	37.024	38.224	150.213

我国女队真正的弱项是跳马,是团体决赛中得分最低的项目,与其他国家相比差距十分明显。造成跳马落后的原因是多方面的,从思想观念和训练安排上看,既要善于“扬长”,又要注意“克短”,使强项与弱项大体能协调发展;从比赛现场表现来看,我国运动员比较“瘦弱”,没有欧美运动员那种“冲劲”,缺乏完成高难动作的动力和信心,尤其是团体决赛的第 2 个动作,似乎缺乏足够的准备。因此,既要学习与借鉴男子跳马训练的成功经验,又要继承与发扬前一代运动员王惠莹创造高难动作(前手翻直体前空翻转体 180°)的无畏精神。同时,根据自由体操与跳马偏相关系数较高的分析,可以由主攻自由体操的运动员兼练跳马,完全有可能迅速提高跳马的训练水平。这不仅有利于提高女队的团体成绩,向罗马尼亚和俄罗斯发起冲击,而且也能带动个人全能成绩的提高,在全能项目上真正有所突破。

2.3 个人全能比赛的对策

上述团体比赛由原来全体队员的全面发展向队员分工突出发展“几个项目”的转换,并不排斥运动员参加全能比

表 2 1999 年世锦赛和 2000 年奥运会女队单项决赛成绩

姓名	跳马		高低杠		平衡木		自由体操	
	1999	2000	1999	2000	1999	2000	1999	2000
凌洁			3	2	1	7		
刘璇						1		
黄曼丹			2					
董方霄					7		4	
杨云				3				

从表 3 天津世界体操锦标赛女团决赛成绩对比中可以看出,我国女队除了平衡木、高低杠项目优势明显以外,在自由体操上的差距并不像跳马那样明显,与第 1 名的罗马尼亚仅差 0.712 分;在 2000 年奥运会决赛时,不是因为我们自由体操的实力太弱,而是由于失误太多(3 人失误),才使我们以 0.6 分和 0.395 分之差败给了罗马尼亚和俄罗斯。即使这样,我国的董方霄仍进入 1999 年世锦赛自由体操决赛,并获得第 4 名。因此,女队在保持平衡木和高低杠优势的基础上,可以适当调整力量,主攻自由体操,除了董方霄以外,还有以腿部力量见长的许婧等一些新秀,应该说许婧自由体操的难度、编排和完成动作的质量,都已达到了世界超一流水平,只是缺乏世界大赛的锤炼、发挥尚不够稳定,才影响了在比赛中的成绩。

从理论上讲,如果一个运动员各个单项的技术水平都排在本队的前 3 位,即使从单项考虑也应该参加团体赛,并通过资格赛进入全能决赛,更何况这些运动员不仅各项技术都较平衡,而且还都有各自的单项“绝活”。这在国内外都有先例,如国内的李宁、李小双;国外的比洛泽尔采夫、谢尔博等,他们不仅获得全能冠军,还在一个(或一些)单项上勇摘桂冠。目前比较著名的有俄罗斯的涅莫夫、博达连科,白俄罗斯的伊万科夫,乌克兰的波列什、斯维特利奇内和我国的杨威等,都是实力很强的全能型选手,在未来的世界大赛中都会参加 3 种形式的比赛,尤其会参加个人全能比赛的角逐。但是全能成绩的提高,需要国家、集体和个人全方位的长期努力,需要较大的投入,而奖项却比较少,见效也比较慢,特别是随着规程的修改,各国都会集中主要精力放在奖项比较多的各个单项上,从而相对减少全能运动员的需求量,这就从客观上限制了全能选手的发展。所以,如何精选与培养全能选手参加比赛,将会成为各国体操比赛战术运用的一个重要方面。

(1)男子全能比赛的对策。我国有 5 名运动员分别参加了 1999 年世锦赛和 2000 年奥运会的全能决赛,其成绩如表 4 所示。从中可以看出以杨威的成绩最好,他在 1999 年资格赛中曾以 57.649 分排名第一(黄旭排名第 2),只是由于决赛

时鞍马失误(黄旭自由体操失误),才退居至第 12 位(黄旭退至 11 位)2000 年奥运会全能决赛时,他接受了上次失败的教训,继承和发扬我国著名运动员李小双的项项咬紧、坚忍不拔的顽强精神和钢铁意志,使得各项比赛全部成功。

表 4 1999 年世锦赛和 2000 年奥运会男子全能决赛成绩

年份	姓名	自由体操	鞍马	吊环	跳马	双杠	单杠	总分(名次)
1999	卢裕富	9.125	9.625	9.537	9.737	9.537	9.525	57.086(5)
	黄旭	8.978	9.637	9.512	9.526	9.725	9.237	56.660(11)
	杨威	9.612	8.6	9.487	9.662	9.600	9.612	56.573(12)
2000	杨威	9.700	9.750	9.712	9.712	9.750	9.737	58.361(2)
	郑李辉	9.612	9.650	9.575	9.612	9.675	9.350	57.474(9)

再一名有夺冠实力的运动员是卢裕富,在 1999 年世锦赛上,其各项动作难度都居于世界前列,自由体操的难度更超过了涅莫夫,只要得 9.53 分就能摘取全能金牌,遗憾的是由于心理压力过大,仅得了 9.125 分,最后只获第 5 名。但他的实力是不容置疑的,在刚刚结束的全国体操锦标赛上又获得了全能亚军,并表示要在九运会上向冠军冲击。另外,值得一提的是双杠和跳马世界冠军获得者李小鹏,在接受记者采访时也有意向全能发展,欲成为像李小双一样的世界绝对冠军。其实他是一个比较全面的运动员,只是由于肘关节有伤才使鞍马项目较弱,但他与杨威最大的财富是年轻,只要假以时日、科学安排训练,就可能成为难得的全能型选手。

(2)女子全能比赛的对策。女子团体共有 12 人次上场比赛,人均只有 2 次,与男子比较留给全能选手出场竞技的

机会可能会更少一些。像在 2000 年奥运会上,由罗马尼亚的勒杜坎、阿玛内尔和奥拉鲁包揽全能前 3 名(后因勒杜坎违禁被取消资格)的现象将不会再出现。因此,在女队中只要保留一两名全能运动员就足够了。

我国女队在 1999 年世锦赛的全能决赛成绩如表 5 所示。从中可以看出以董方霄和黄曼丹成绩最好,分获全能决赛第 6 名和第 7 名;其次是凌洁。但她们共同的弱项是跳马,即使正常发挥也只有 9.2、9.3 分的水平,与世界强国全能选手比较相差 0.2~0.3 分,再加上自由体操上的差距,仅靠平衡木和高低杠上的一点优势,很难在全能决赛中挤入前 3 名。因此,根据女队的整体水平全能选手只能考虑有 1 人出战,而把机会留给更多的“单项”选手,可能使我们在团体和单项上的收获会更大一些。

表 5 1999 年世锦赛中国女队全能比赛成绩

姓名	赛别	跳马	高低杠	平衡木	自由体操	总分(名次)
黄曼丹	资格赛	9.249	9.675	9.225	9.562	37.711(17)
	团体赛	9.081	9.787	9.350	9.525	37.743(15)
	全能决赛	8.843	9.800	9.600	9.775	38.018(7)
凌洁	资格赛	8.912	9.662	9.737	9.025	37.336(23)
	团体赛	9.281	9.787	9.725	9.625	38.418(3)
白春月	资格赛	9.343	9.125	9.200	9.625	37.293(25)
	团体赛	9.037	9.550	8.925	9.325	36.837(18)
	全能决赛	8.600	9.675	9.475	9.375	37.123(17)
董方霄	资格赛	9.462	9.562	9.712	9.725	38.461(5)
	团体赛	9.087	9.550	9.575	9.775	37.987(10)
	全能决赛	9.331	9.550	9.525	9.737	38.143(6)
刘璇	团体赛	9.325	9.775	9.725	9.450	38.273(5)

3 结论

体操团体决赛规程由 6—5—4 制改为 6—3—3 制后,其比赛的性质由原来运动员之间的分数互补转变为项目互补,使优秀单项选手在团体赛中也能发挥相当大的作用,对运动员的要求由过去主要靠全能技术转变为主要靠“单项”技术,这将使培养体操运动员的战略方向发生重大变化,即男队阵容中只有二三名、女队只有一二名全能选手就能满足竞赛需求,而把精力主要集中于培养“单项”选手上。只有尽快转变观念,采取有力措施,才能使我国继续保持世界领先地位,为

“奥运争光计划”作出更大的贡献。

参考文献:

- [1] 李思民. 世界男子竞技体操运动的发展现状与对策[J]. 天津体育学院学报, 2000, 15(2): 66-68.
- [2] 刘卫. 中外优秀男子体操运动员全能成绩的结构特征[J]. 天津体育学院学报, 1999, 14(3): 73-76.
- [3] 王文生. 竞技性体操运动训练时间理论的构建[J]. 体育科学, 2000, 20(3): 25-30.

[编辑:周威]