

• 研究生论坛 •

## 对“一元训练理论”的几点质疑

黄 璐<sup>1</sup>, 邱新宇<sup>1</sup>, 杨 磊<sup>2</sup>, 吴印波<sup>1</sup>

(1. 河北理工大学 体育部, 河北 唐山 063009; 2. 邢台学院 体育部, 河北 邢台 054000)

**摘 要:** 质疑一元训练理论主流观点及论据支撑方面的若干问题, 认为: 一元训练理论主流文本是一种个体言说方式的超规则化文本; 不能否认天才的客观存在与理论认同问题; 引证规则必须参照一个标准; “二次文献”的引证效力尚待商榷; 无科学证伪的经验阐发不能代替结论; 一元训练理论支持者并未摆脱思维定势的纠缠。旨在促进一元训练理论自省、发展、超越的过程, 最后提出建议支持一元训练理论。

**关 键 词:** 运动训练学; 一元训练理论; 论据引证

中图分类号: G808.12 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2007)02-0117-04

### A few questions about the “monistic training theory” HUANG Lu<sup>1</sup>, QIU Xin-yu<sup>1</sup>, YANG Lei<sup>2</sup>, WU Yin-bo<sup>1</sup>

(1. Department of Physical Education, Hebei Polytechnic University, Tangshan 063009, China;

2. Department of Physical Education, Xingtai Institute, Xingtai 054000, China)

**Abstract:** The authors raised a few questions about the mainstream viewpoint of and theoretical support for the monistic training theory, and drew the following conclusions: The mainstream text of the monistic training theory is a sort of super regularized text that represents individual opinions; we could not deny the objective existence of talents as well as theoretical recognition; rules for citation must refer to a standard; the effect of citing “secondary literature” should be further discussed; experiences without scientific refutation cannot replace conclusions; the supporters of the monistic training theory fail to break away from the entanglement of fixed thinking manner. The authors aimed at boosting the process of self-criticism, development and breakthrough of the monistic training theory. At the end of this article the authors offered some suggestions to support the “monistic training theory”.

**Key words:** science of sports training; monistic training theory; argument citation

一元训练理论指运动能力中的“技术”和“体能”是一元的, 不存在没有体能内容的动作技术, 不存在没有技术形式的体能发放。技术与体能, 就像形式与内容一样, 在客观现实中无法分离(只能在概念的指向中, 为了思考的需要, 人为地予以分离)<sup>[1]</sup>。一元训练理论为运动训练工作提供了新的选择路径, 具有方法论创新意义。我们就一元训练理论主流观点及论据支撑方面的若干问题提出质疑, 以促进一元训练理论的自省、发展和超越。

#### 1 一元训练理论的文本形式

近年来, 江苏省体育科学研究所茅鹏及其同事提出“一元训练理论”。关于该理论成型的历史, 一元训练理论探索者将其追溯至 20 世纪五六十年代, 近年来一元训练理论作

为理论重提和发展而风靡运动训练领域。一元训练理论的主流文本以茅鹏撰写的多篇论文得以显现, 文本对内容的阐释并非遵循既定的学术规范, 而是突显个体言说方式的超规则化文本, 它表现为: 陈述方式的非学术化, 多篇论文出现交叉重复信息, 理论体系构建的空泛。诚然, 新思想的阐释并非局限于选择何种文本形式, 一元训练理论后继跟进者运用学术规则化文本, 兼茅鹏多篇论文所长, 完成了理论框架的勾勒工作, 却无法超越茅鹏给定的一元训练理论范畴、内容假设及阐释路径方向。

#### 2 天才的客观存在与理论认同

在西方美学与艺术视阈中, “在解释艺术创造方面天才比灵感更具有解释力”。康德认为“天才是给艺术提供规则

的才能(自然禀赋)。由于这种才能是艺术家天生的创造性能力而且就其作为天生的创造性能力而言本身是属于自然的,因此我们也可以这样来表达:天才就是天生的内心素质(ingenium),通过它自然给艺术提供规则。”<sup>[2]</sup>那么,在竞技场上展示身体艺术的运动员们是如何呈现天才理论的呢?运动员选材研究的兴起、发展与日益重视映射出问题实质。让身高均为1.6m的夫妇孕育出像姚明一样近2.3m的个头,除非患有先天病症(譬如侏儒病),从人类基因组学、应用遗传学角度,几乎是不可能(未来克隆人技术发展如何,那是后话),即使存在高个头的黄种人,其运动自然禀赋也无法与姚明的篮球天赋相媲美(穆铁柱和姚明的对比就是说明),与之相反,让身高均为2m的夫妇孕育出占旭钢的个头,且超低“底盘”的举重运动天赋,似乎具有“天方夜谭”的意味。正是由于这些百年难遇的身体艺术天才的出现,使西方人感叹东方竟能出现姚明如此高个头且身体相对灵活性极强的人士,亦感叹发端于西方的举重运动也能在东方出现诸多“底盘”超低人士(新中国举重项目的一系列世界冠军)。如果说中华两千年封建统治扼杀了人们对天才的认知,建国初期盛行的“平均主义”再度否定了天才理论的存在意义,“文革”时期的“扯淡艺术”视天才为粪土,那么,改革开放以体制释放的超越力量,使猛然警醒的中国民众挣脱了社会意识形态束缚,在教育、体育、艺术等领域涌现的天才,逐渐被人接受并潜移默化的赋予现象学的解释意义。事实上,茅鹏<sup>[3]</sup>对天才理论有过看法:“像邓亚萍、姚明这样的成功者,是极少数先进家庭付出特殊努力的结果,而非社会的体制性结果,自然就廖若晨星了。”很显然,让身患帕金森病的人士运用一元训练理论,预想在台球运动领域与奥沙力文媲美,确实不太现实。2005年4月18日台球小将丁俊晖的神奇崛起,依据茅鹏的推理逻辑,丁氏父子的“草根”训练法,似乎也应当圈定在一元训练理论的效应范围之内。

### 3 两种引证规则

茅鹏<sup>[4]</sup>认为:在“行会做派”里:“我成老大”(或“甘当附庸”)是核心目标;“让每个人知趣地各守其份”是维护核心的必要条件;“见什么人说什么话”是维护内部关系的行为基础;对于国家和历史的“使命感和价值观”是不存在的。“行会做派”一切围绕“大佬”控制,一切进行“暗箱操作”。中国足球为什么沾不上世界二流,通用电气等企业为什么高踞于世界跨国公司前列,在“做派”上就泾渭分明了。茅鹏明显认识到中国体育事业发展进程中的反规律化现象(作为成熟的中国人来说,不可能不认识到),这种反规律化现象可以简单描述为:中国少年足球基础再好,在进入所谓的中国足球市场化之后,偏偏不启用优秀的足球天才,处处表现为难以被西方理论解释的处事方式(中国特色的游戏规则)。亦不能对西方世界抱有幻想,世界演进规律说明

该现象在不同建制国家的出现是一种必然,西方学者同样对这种反理性、反社会发展规律的现象进行过诘问:“即使我们发现某种完全颠倒事实或令人气愤的东西,我们也可以质疑那种反应并且询问,这是不是一种合适的反应,我们是不是确实应该受它指导”<sup>[5]</sup>。运动成绩的显现并非完全取决于训练模式的选择,各种影响因素的现实存在是学界对该问题的普遍认识,“运动员竞技能力的获得是训练学因素、生物学因素、人文社会学因素三者整合的结果”<sup>[6]</sup>。茅鹏在盲目夸大一元训练理论的训练学效应,以获得其观点提出的论据支撑。这种盲目夸大自我观点优势且忽略引证事实存在具体应用场域的尝试,致使其陷入“只许州官放火、不许百姓点灯”(两种价值标准、两种评价尺度、两种引证规则)的矛盾境地,而其在大量列举体育事业发展事实的过程中,加剧了这种自相矛盾的深化与泛化。茅鹏多次将足球和举重项目发展效果进行对比,却忽略项目发展规律因素的意义呈现。足球项目市场潜力大,产业附加值高,发达国家(英国、德国等)、一些优秀的发展中国家(阿根廷、韩国等)、不发达国家(巴西、喀麦隆等)均热衷于发展此类竞技项目,而举重、跳水、体操等市场化前景暗淡的项目倍受国际社会冷落,一般像中国这类预想在竞技场上证明国家实力,并上升到国家意志的高度,制定社会保障发展体系并付诸实施的国家(日本、韩国以承办奥运会为契机曾经完成过这样的努力),对市场潜力小,但跻身奥运会内容的项目将保持浓厚兴趣,结果必然存在两种比较优势的对比,亦是学界关注低含金量金牌存在现象的原因所在。

### 4 部分论据引证效力尚待商榷

茅鹏在推行一元训练理论构想的文献参考环节,若干条目应当引起注意,如引证《体坛周报》、《三联生活周刊》、《文汇报》、《钱江晚报(南通)》、《报刊文摘》相关信息作为论据,这些论据的引证效力尚待商榷。“如今,新闻娱乐化现象不仅在都市报中盛行,在严肃类报纸、电视、网络媒体的报道中也同样有所见。在一些电视的读报节目中,也出现了娱乐化的读报现象”<sup>[7]</sup>。以娱乐化文本形式为主体的新闻娱乐化趋向热衷于完成新闻事实的文本替换过程,加之社会转型期受众心理的本位意识的趋利性、自主心理的务实性、接受心理的求俗性等因素干扰,难免于其中掺杂矫揉造作的成分,扭曲客观发生的体育事实,体育新闻作为当前虚假新闻重灾区的现实能够表达这种情势,由相关媒体评选出的2004年中国十大假新闻中体育占3条(分别为第1、3、5位)<sup>[8]</sup>。我们亦能从新闻学教育呈现出的问题中反思这种根据的实在性,“特写需要细节,需要现场感。而那篇消息没有对现场的描写,如果要要将这种很简单的事实改写成特写,必须重新补充采访,否则,学生只有在课堂上虚构出细节和现场,而虚构则犯了新闻写作的大忌”<sup>[9]</sup>。譬如

近期媒体对海外归来的篮球运动员王志郢的采访过程,连王志郢的人影都没看见,如何创造出特写?更何况一些定位于大众文化层次,娱乐性、地方性报纸,能够发表出相关体育事件特写或内幕曝光,实在应该高仰。即使体育新闻工作者置身现实情境,也很难做出合乎体育运动发展规律的价值选择,因为其(即便是资深体育评论家)较难达到茅鹏的体育理论研习广度与深度,何况个体审美经验判断各异,引申出的结论将大相径庭。其中经过三次信息失真过程:历经现场性的新闻工作者将其认识水平架构现象之上并得出结论,结论转换为带有娱乐倾向的文本加以主体发挥,茅鹏引证并赋予理论意义。这种“三次文献”引证现象在茅鹏撰写的论文中多次出现,“捷克足球队身高2.02m的科勒,电视评论员说他“脚底工夫一点也不差”……有关部门制订的……国内某杰出篮球队,有一位……可实际上,一位中国队员事后总结说……而中国队员回顾说……”<sup>[10]</sup>“电视中报道这届……我看到的报道,说的是“内部总结”……”<sup>[11]</sup>“有记者问国家体操管理中心主任高健……我们虽然缺少刘翔训练的详细资料,但已有的闻听和视觉资料,已足够对一些问题进行判断。中央人民广播电台说刘翔每天训练2小时”<sup>[12]</sup>……此外,不可忽视潜在的论据引证效力问题,譬如“陈忠和说,有时一天训练结束后,坐在那里一个小时,还想不到第二天怎么练?心里很着急”<sup>[12]</sup>,该段并未置引号,是茅鹏将陈忠和亲口对其说的话做了文本再现,还是引用了相关信息加以处理且未加标注,我们不得而知。在第二次“西学东渐”的今天,记忆犹新的是西方科学范式严谨、精确的话语方式,如果西方科学允许“据说”、“有关部门”、“某人”、“那是相当的”这类模糊词汇的流行,不知它的现实意义何在。似乎我们可以创办富有传统中华意味的杂志《体育与中华传统学术》,运用传统学术范式展开讨论了。同时,茅鹏在文献标引方面难以达到“规范”要求,著作引证绝大部分没有标明具体页码,不便于后人查证;部分报纸引证不符合“规范”要求;后继论文均建立于该基础之上(自引现象)。我们不否认茅鹏的学识才能,同时坚定西方科学范式,却难以做出选择(相信茅鹏还是相信科学的问题)。

## 5 无科学证伪的经验阐发不能代替结论

茅鹏提出的一元训练理论不具备任何的、严格意义上的科学(生理学、心理学、力学等西方实验科学)基础,且没有严格意义上的实证过程(连社会学都推崇实证,更何况复杂变化的人体运动现象)。有研究对经典训练理论“超量恢复”模型研究现状概括为:“该理论缺乏足够的科学实验数据的支持。它的提出仅仅依靠在未严格控制实验条件下获得的对体内糖元代谢的实验数据,其结果是不能轻易延伸到对整个机体不同的器官和系统的适应机制进行解释的程度”<sup>[13]</sup>,经典训练理论根基的核心即“超量恢复”理论,至少尝试了可控

的实验过程并赋予了一定的解释意义,而一元训练理论支持者则通过对经验的阐发、现象的描述、相关联理论的旁征博引建构起理论根基,训练过程和结果呈现的不可控因素更为繁多,难以实现科学验证过程,得出有效结论。实质是忽略了事物发展的“内在”属性,以呈现事物发展的“外在”表现作为形象描述理论假设的工具意义。如洛伦兹变换: $m = m_0 \sqrt{1 - v^2/c^2}$ 式中,就有同一实体在不同状态下表现为两种质量问题, $m_0$ 指代静止质量, $m$ 指代运动质量。赋予哲学意义,休谟<sup>[14]</sup>做过同类解答过程:“我们必须确定地承认,自然使我们与它的一切秘密保持很大的距离,它只让我们认识到事物的少数表面的性质;至于那些为事物的影响所完全依据的力量和原则,则对我们隐藏起来。我们的感官只告诉我们面包的颜色、重量和硬度,至于面包所具有的那些适于营养和补益人的身体的性质,无论是我们的感官或理性是不能告知我们的。”茅鹏运用列举事实和平移科学两种方法论层面以引申结论的努力,无法扬弃自我意识的束缚与牵引,所谓的论据只限于更好的、完整的、形象的描述所提出的假设,并不具备结论意义上的支撑作用,明显逻辑错误的出现作为其表征:《一元训练理论与三大球(上篇)》中“表1中国男子足球与男子举重发展对比示意图”的“竞技效果”栏目内容<sup>[15]</sup>,实质为新中国成立以来男子举重和男子足球项目运动成绩的模糊统计,这些运动成绩的取得是多方面因素综合的结果(政治氛围、领导水平、地方经济、文化、教育等),其与训练方法有关联,但还不至于关联到用“竞技效果”(“竞技效果”内涵在学理上甚为模糊、《体育科学词典》未查及该词、茅鹏参加了该词典的撰稿工作)一词取代“运动成绩”(《体育科学词典》<sup>[16]</sup>)一词的地步;假定茅鹏引用的“竞技效果”与“运动成绩”为相同内涵,以下出现的偷换概念现象却不能做出合理解释,《崔文华现象再谈训练理论与制度的改革》中“表1中国男子足球与男子举重训练效果对比表”的“竞技效果”栏目内容<sup>[17]</sup>与上述所列举的表格内容相同,表格名称却由“发展对比”改为“训练效果对比”。从中基本能影射茅鹏引证假设提出的急切,运用相似论方法,引用大量相关联事例,借鉴基础学科内容(仅为表面的概念层次),却陷入科普层面的内容堆积且为经验与灵感证明的乏力,“没有逻辑必要性地夹杂思想史内容,不但无助于对原创文本的理解,而且还会搅乱、掩盖、埋没原创思想的内在逻辑联系”<sup>[18]</sup>。

## 6 一元训练理论支持者并未摆脱思维定势的纠缠

如果说茅鹏尝试构建一元训练理论体系的努力存在引证失效的事实成立,那么建基之上的一元训练理论支持者并未摆脱茅鹏给定的一元训练理论范畴、内容假设及阐释路径方向的选择。有学者依据茅鹏的一元训练理论,更为全面、系统的解析刘翔的训练特点,进一步扩大了一元训练理论在

提升训练效果的“行而上”意义,“把握训练的本质,实施有效的专项技术训练是运动训练的关键,刘翔的训练做到了这点,所以才创造出他今天优异的成绩”<sup>[1]</sup>;亦有基层教师延续了茅鹏关于高水平竞技的纯理论探讨范型,分别以高水平的田径短跑项目<sup>[19]</sup>、篮球和足球项目<sup>[20]</sup>充实、发挥了茅鹏纯理论探讨的内容。不可否认,一元训练理论支持者在文本的规范化和框架搭建的条理化方面实现了跨越。

## 7 支持“一元训练理论”

“一元训练理论”应当给理论的适用范围划界。该理论支持者始终围绕高水平竞技运动(Elite Sport)展开讨论,结论的引申不能解释和指导其它身体文化(Physical culture)表现形式,如群众体育(mass sports)、身体教育(Physical Education)、身体娱乐(Physical Recreation)等,实验的选择和控制不能跨出高水平竞技运动场域,“人力、物力、财力”条件的满足作为突破理论体系范型的基本前提。“人力”意即由管理人员、高水平运动员、教练员、尖端科研团队构成的和谐人文环境;“物力”意即训练必须的物质基础及尖端实验仪器与设备;“财力”意即训练工作的政治条件和经济支持。直接为各单项国家队设计系统实验,是最优的路径选择,但问题是,传统体制的坚固性及处于假设意境的一元训练理论尚不足以调动各方力量为一种可能的判断付诸实施,利用地方资源和一切可调动力量做出积极有益的尝试成为证明想法的可能选择或与传统交锋的退守行为,茅鹏所在的江苏省体育科学研究所可以与地方优势单项联合攻关,并积极与坐落南京市的南京大学等研究型高校、科研院所建立合作关系以加强科研实力,实现理论与实践的共同促进。基层工作者可以围绕一元训练理论的假设问题并结合基层运动训练工作实际情况,谈谈自己的看法,讨论内容虽不能直接置换为高水平竞技运动范畴,却不可抹杀其潜在的理论开拓意义及予以学科发展的启示作用。

一元训练理论的价值可尝试致力于全民健身领域的效率提升方面,“人人参与体育”(Sport for all)关系国民体质与健康问题,锻炼方式的方法学创新有益于推动全民健身工程实施效率,提升人们生活质量及为中国社会发展提供优质的人力资源(侧重身体方面)保障;亦可尝试致力于各级各类高校开展普通学生运动训练工作的效率提升方面,以追求教育效率的最大化。

有必要对一元训练理论效果促进的元因素展开讨论,以把握一元训练理论意义的核心,进一步促进其潜力的发挥。应当对一元训练理论效果促进的各个方面有深刻认识,在各效果促进因子繁杂交错的现象呈现中提炼元因子,注意在不同身体文化表现形式中因子排序问题。

胡适在《治学的方法与材料》中论及:“假设不大胆,不能有新发明。论据不充分,不能使人信仰。”即便一元训

练理论不能以确凿铁证唤起政治的关注,却无法抹杀其作为一种训练实践的跨越意义而现实存在的事实。

## 参考文献:

- [1] 魏际英,杨威.从茅鹏的“一元训练理论”看刘翔的训练特点[J].广州体育学院学报,2005,25(2):103-106.
- [2] 彭锋.西方美学与艺术[M].北京:北京大学出版社,2005:132-139.
- [3] 茅鹏.一元训练理论[J].体育与科学,2003,24(4):5-10,18.
- [4] 茅鹏.“官路子”与“核心竞争力”[J].体育与科学,2005,26(5):1-7,40.
- [5] 阿玛迪亚·森.东方和西方:理性所及的范围[M]//石一日译.哈佛燕京学社,三联书店主编.理性主义及其限制.北京:生活·读书·新知三联书店,2003:4-5.
- [6] 彭杰.论中国奥运金牌得主的成功之道[J].北京体育大学学报,2005,28(7):887-889.
- [7] 戚鸣,刘朝霞.试析新闻娱乐化现象[N].光明日报,2006-04-15(7).
- [8] 陈斌,贾亦凡.2004年十大假新闻[J].人大复印报刊资料《新闻传播》,2005(4):28-32.
- [9] 皮传荣.新闻学教育的文学化误区[N].光明日报,2006-04-29(7).
- [10] 茅鹏.一元训练理论与三大球(下篇)[J].体育与科学,2004,25(5):14-19.
- [11] 茅鹏.为《为何铿锵不再?》答问[J].体育与科学,2004,25(1):1-3.
- [12] 茅鹏.备战北京奥运会不可无视的经验教训[J].体育与科学,2004,25(5):1-7.
- [13] 孙波,种静萍,蔡士凯.运动训练学理论体系进展[J].体育与科学,2005,26(4):65-67,64.
- [14] 休谟[英].人类理智研究[M].吕大吉译.北京:商务印书馆,1999:26.
- [15] 茅鹏.一元训练理论与三大球(上篇)[J].体育与科学,2004,25(4):1-4,9.
- [16] 中国体育科学学会,香港体育学院编.体育科学词典[M].北京:高等教育出版社,2000:395.
- [17] 茅鹏.由崔文华现象再谈训练理论与制度的改革[J].山东体育学院学报,2005,21(1):56-57.
- [18] 崔平.也谈原创——对学术研究中语境依附教条的逻辑批判[N].光明日报,2006-04-11(12).
- [19] 姜丽.对我国短跑项目应用一元训练理论的初探[J].肇庆学院学报,2005,26(2):77-79,89.
- [20] 姜丽.一元训练理论应用于篮球、足球训练初探[J].天津体育学院学报,2005,20(5):42-45.

[编辑:周威]