

国际艺术体操评分规则的演变特征及其对 我国艺术体操发展的启示

郭秀文

(西北师范大学 体育学院, 甘肃 兰州 730070)

摘 要: 对 1976 年以来 9 个版本的国际艺术体操评分规则进行分析, 结果表明: 1) 难度的发展和创新始终是艺术体操运动发展的主题, 在创新难度动作时要以确保运动员身体不受伤害为原则; 2) 对于艺术体操运动来说, 成套动作完成的高质量是艺术体操运动持续、稳步发展的生命线, 运动员在平时训练过程中必须在动作规格上下功夫, 养成良好的训练习惯; 3) 器械技术动作的发展受到高度重视, 在今后的训练中应在器械技术动作的开发和训练上多下功夫; 4) 加强成套编排的艺术性, 提高运动员完成动作的艺术表现力; 5) 跳步类和转体类身体难度动作能够较好地体现艺术体操的特性, 并有利于与器械的结合, 应加强运动员这两类技术动作的训练。

关 键 词: 竞赛与训练; 艺术体操; 评分规则

中图分类号: G834 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2010)03-0077-03

Characteristics of the evolution of international artistic gymnastics scoring rules and its inspirations for the development of artistic gymnastics in China

GUO Xiu-wen

(School of Physical Education, Northwest Normal University, Lanzhou 730070, China)

Abstract: The author analyzed the 9 versions of international artistic gymnastics scoring rules since 1976, and revealed the following findings: 1) the development and innovation of difficulties are always the themes for the development of artistic gymnastics; when a difficult move is innovated, it must be made sure that the athletes are physically hurt; 2) for artistic gymnastics, completing the whole routine in a high quality way is the lifeline for the sustainable and steady development of artistic gymnastics; in the process of day to day training the athletes must work hard on move specifications, and form a good training habit; 3) the development of technical moves made on equipment is regarded highly; in future training we should word harder on the development of and training for technical moves made on equipment; 4) the artistic nature of move routines should be intensified, and athlete's artistic performance to complete moves should be enhanced; 5) difficult body moves in the jumping and turning categories can well embody the characteristics of artistic gymnastics, and are good for being combined with equipment, so we should strengthen athlete's training for technical moves in these two categories.

Key words: competition and training; artistic gymnastics; scoring rules

评分规则引领着评分类项目的发展方向, 艺术体操自 1976 年第 1 版国际评分规则问世以来, 到 2009 年为止已经陆续出台了 9 个版本^[1-9]的评分规则, 细心研读历届艺术体操评分规则并对它们进行梳理, 有利于发现规则发展变化的规律, 从而为我国艺术体操训

练提供一定的理论依据, 促进我国的艺术体操运动的稳步发展。

1 国际艺术体操评分规则的演变特征

1.1 身体难度动作不断增加

身体难度动作是衡量运动员技术水平高低的主要方面。通过对9个版本规则身体难度动作进行统计分析,发现身体难度动作在数量和级别上均呈现不断增加且具有先慢后快的增长态势。

2001年以前身体难度动作数量增长缓慢并且难度级别较低。在1976~1997年版规则执行期间,单个身体难度动作的级别只有A、B两个级别,C、D级别的难度均为联合难度($C=A+B$ 或 $B+A$, $D=B+B$)。

从2001年版规则开始,在身体难度动作的数量和级别上发生了较大的改变。身体难度动作数量增幅明显,并且难度动作的级别由“A”增加至“J”甚至更高级别。另外,除“U”难度外,从A~J级别的身体难度动作均为单个难度动作。难度动作在数量和级别上的快速增长使得运动员选择动作的空间大大增加。

1.2 器械技术的发展受到高度重视

艺术体操运动员必须手持轻器械进行运动,并且器械在手中不能长时间静止。在艺术体操的发展进程中,身体难度动作一直是创新的主体受到高度重视并有很大的发展,但是器械技术的发展相对来说比较滞后。为促进器械技术的快速发展,2001年版规则对器械的使用出现了加分因素,但是器械的使用仍然隶属于艺术价值。2009年版规则将器械技术价值从艺术价值中剥离出来,不再隶属于艺术价值而是与身体技术价值同属于技术价值,并且所占分值相同。可见,规则对器械技术发展的重视程度越来越高,使得艺术体操“手持轻器械”的项目特征得到更好的体现。

1.3 重视运动员的身体健康

1997年版规则从人性化的角度出发,将那些对运动员损伤较大的身体难度动作在成套中的数量上进行了严格限定,如严格限定踮燕动作在成套中出现的次数,并对超出规定数量要求的该难度动作进行相应的扣分。2001年版、2003年版和2005年版规则的频繁修订促进了艺术体操身体难度动作的快速发展,涌现出大批新动作,同时也出现了一些对运动员身体伤害较大的动作,如以膝关节为轴的转体动作对运动员膝关节的伤害是比较大的;再比如,上体过度后伸动作,对运动员腰骶椎的伤害较大。胡效芳等^[10]对第26届世界艺术体操锦标赛个人全能前3名运动员的比赛难度类型的统计显示,运动员完成身体难度动作的57%是靠躯干后屈来获得的。上体后伸幅度与身体技术难度级别成正相关,2003年版规则在身体难度动作上的导向作用是运动员腰椎损伤率上升的一个主要因素。张景等^[11]认为,从现代艺术体操的发展和2005~2008年国际新规则可以看出,脊柱腰段高难度动作已经普及,超高难度和不断创新的技术动作是现代艺术体操的发

展趋势。规则的导向促使运动员在成套动作中有大量的动作是通过脊柱腰段过度后伸来完成的。在调查的114名运动员中,有97.5%的优秀运动员患有腰部损伤^[11]。

出于保护运动员身体健康及艺术体操运动良性发展的考虑,2009年版规则对2001年版、2003年版和2005年版规则执行期间出现的问题给予了较好的解决,对身体难度动作进行了较大幅度的调整,将那些对运动员身体伤害较大的难度动作进行了大幅的削减,取消了对运动员的躯干柔韧性(上体极度后屈)要求过高的身体难度动作和以膝关节为轴的慢转平衡动作及以膝关节为轴的转体动作。同时,合理的高难度身体难度动作的保留又使艺术体操的竞技性得以彰显。2009年版规则较好地处理了“竞技化”与“人性化”的关系,促进了艺术体操运动朝着健康的方向发展。

1.4 裁判组职能越来越具体

随着艺术体操运动的不断发展,运动员参赛成套动作中所包涵的内容越来越丰富,一名裁判员的精神无暇顾及到各个方面,为了提高评分的客观性和准确性,将裁判的职能进行细化显得非常有必要。

1993年之前个人比赛的裁判组只有1人,每名裁判员既要打编排分又要打完成动作分。1993年开始个人比赛的裁判组由编排组和完成组组成,有裁判2人,裁判员只需给出自己职责范围内的分数即可。1997年个人比赛的裁判组虽仍由编排组和完成组组成,但是编排组又细分为技术组和艺术组,因此,实际上是3位裁判在对一套动作进行评判,只是评判的职责不同。2009年版规则在1997年版规则3位裁判组的基础上进一步细化,难度组又分为身体难度组和器械难度组。集体比赛的裁判也由最初的2人增加到现在的4人。可见,裁判组职责的不断细化既是艺术体操运动不断发展的需要,也有利于提高成绩评定的客观性和准确性。

1.5 更加重视编排的艺术性

2009年版规则在编排艺术性的分值分配上所占比例有所增大,说明今后艺术体操运动将更加突出成套编排的艺术性。艺术性高的编排在比赛中取得高分的可能性将会加大。

1.6 更加重视动作完成质量

艺术体操运动的主要特征之一是“美”,如果一味地追求难度而舍弃动作的艺术性和欣赏性,艺术体操运动的魅力将不复存在。因此,在历次对规则的修订中,都对动作的完成质量给予了重视,只是在重视的程度有所不同。器械掉地情况是衡量完成质量高低

的一个重要方面,各版规则在对器械掉地情况的处罚力度上有所不同,呈“V”字形。即1997年版规则对器械掉地情况的处罚力度最小,以后各版规则及以前各版规则的处罚力度都较大。可见,艺术体操规则对动作规格的要求虽经历了一定的波折,但最终又统一到“规格就是美”的思想上,并且在规则中得以较好的体现。

1.7 跳步类和转体类身体难度动作的级别不断提升

2003年版规则以来,同一跳步动作的难度级别一直在提升。如上体后屈大跨跳动作,在2001年版规则中的难度级别为C,分值为0.30分。该动作在2003年及2005年版规则中的难度级别为D,分值为0.40分。在2009年版规则中,该动作的难度级别上升为F,分值增至0.60分。与跳步类身体难度动作一样,同一转体动作的级别也一直在提升。如支撑腿逐渐弯曲再逐渐伸直的前或侧平举腿转体720°动作,在2003年版规则中的难度级别为E,分值为0.50分,在2005年版规则中,该动作的难度级别上升为G,分值为0.70分,在2009年版规则中,该动作的难度级别进一步上升为J,分值为1.00分。

将2009年版规则与2005年版规则进行比较可知,2009年版规则中分别有83个跳步动作和75个转体动作的级别得到了不同程度的提升。增幅分别为72.17%和57.25%。而柔韧类和平衡类难度动作的级别却几乎没有调整。这在一定程度上说明跳步类和转体类动作能够较好地体现艺术体操的特性,更容易与器械技术相结合。

2 国际艺术体操评分规则的演变对我国艺术体操发展的启示

1)高度重视身体难度动作的创新,特别是在能够较好地反映艺术体操特性的跳步类和转体类难度动作的创新上需要下大力气。而且,在进行难度动作的创新中要以“既要有难度,又要尽量确保运动员的身体健康不受伤害”为原则。

2)在平时训练过程中加大对运动员在动作规格上的要求力度,养成良好的习惯,高质量地完成动作。

另外,应加强跳步类和转体类身体难度动作的训练,对于我国运动员来说特别是在转体动作的完成质量上应多下功夫。

3)在平时训练中不仅重视身体难度动作的创新和发展,而且要高度重视器械技术的发展,在器械技术的创新上多动脑筋,只有这样才能取得好成绩。

4)在成套编排的艺术性上需下大气力,并且在运动员的艺术表现力上也要下功夫。

参考文献:

- [1] 国际体操联合会艺术体操委员会. 艺术体操评分规则(1976年版)[S]. 1982.
- [2] 中华人民共和国体育运动委员会. 艺术体操竞赛规则(1985年版)[S]. 北京:人民体育出版社,1985,6.
- [3] 艺术体操评分规则(1989年版)[S]. 北京:国家体委训练竞赛四司,1989.
- [4] 艺术体操评分规则(1993年版)[S]. 北京:国家体委训练竞赛四司,1993.
- [5] 国际艺术体操评分规则(1997年版)[S]. 张亦农,译. 国家体育总局体操运动管理中心,1997.
- [6] 国际艺术体操评分规则(2001年版)[S]. 胡效芳,译. 国家体育总局体操运动管理中心,2000.
- [7] 国际艺术体操评分规则(2003年版)[S]. 李红艳,赵玉华,熊平,等译. 国家体育总局体操运动管理中心,2002.
- [8] 国际艺术体操评分规则(2005年版)[S]. 张婷,李红艳,赵玉华,等译. 国家体育总局体操运动管理中心,2005.
- [9] Code of points rhythmic gymnastics (2009 Edition) [S]. Rhythmic Gymnastics Technical Committee, 2009.
- [10] 胡效芳,郭丽,朱秀芳. 艺术体操运动员运动伤病机理探讨[J]. 首都体育学院学报,2007,19(3): 71-73.
- [11] 张景,黄亚飞,王燕. 艺术体操运动员脊柱腰段损伤现状及规律[J]. 武汉体育学院学报,2006,40(11): 78-81.