

第43届世界体操锦标赛女子体操比赛述评

徐继超

(巢湖学院 体育系,安徽 巢湖 238000)

【摘要】通过文献资料法、录像观察法等研究方法对女子体操比赛的技术发挥情况和成绩进行统计、对比分析。结果表明:世界女子体操竞争呈现垄断化格局;团体赛美国称霸体坛,高难度、高质量、高成功率是团体制胜的法宝;全能金牌竞争激烈,均衡发展、突出强项有利于增强全能竞争力;高难优质套是单项夺冠的资本。

【关键词】43届;体操锦标赛;女子竞技体操;伦敦奥运会;评析

【中图分类号】G832.071 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2012)03-0123-05

在刚刚落幕的东京世界体操锦标赛上,共有来自世界83个国家和地区555名运动员参加本届比赛,也是伦敦奥运会的资格赛,中国队经过10天的顽强拼搏以4金5银3铜的优异成绩位居奖牌榜首位,但中国女队发挥并非全部出色,最终取得1金2银3铜的成绩。本次比赛中国女子队派出5名新老结合的阵容,其目的:一是锻炼新人、总结经验。二是适应“5-3-3”赛制备战伦敦奥运会。本文试图从运动员比赛的技术发挥情况和成绩结果进行对比分析,探析世界女子竞技体操运动发展格局和大赛制胜关联因素,意在为中国女队今后训练和比赛以及备战2012奥运会提供可参考的理论依据。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

参加第43届世界体操锦标赛女子团体、个人全能和单项决赛的运动员。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料

查阅国内体育类期刊及体操网的相关资料。

1.2.2 录像观察和数理统计法

反复观摩43届世锦赛女子比赛录像,记录团体决赛成绩及各项积分,全能、单项决赛阶段前8名运动员成套动作的D分、E分和总成绩并进行统计、对

比和分析。

2 讨论与分析

2.1 世界女子体操竞争呈现垄断化格局

表1可知,奖牌分布较为集中,本届世锦赛女子比赛的18块奖牌被5个国家瓜分,主要集中在中、美、俄三国,三个国家的拥有量16块占到奖牌总数近90%。与本次奥运周期的前两届世界体操锦标赛相比之下,奖牌分布发生明显变化,41届世界体操锦标赛15块奖牌分布在8个国家,中美俄三国共7块占奖牌总数近46.7%(注:41届世界体操锦标赛未设团体赛),42届世界体操锦标赛18块奖牌分布在7个国家,中美俄三国共13块占奖牌总数约72.2%。

从金牌分布看,中美俄三国分别获得3枚、2枚、1枚,全部瓜分了6个项目的金牌,唯有德国和越南两队在跳马项目上分别获得1枚银牌和铜牌。而昔日的老牌体操强国罗马尼亚队在名将波诺尔复出的带领下,尽管团体赛获得第4名,本届世锦赛却出现全队无缘奖牌的尴尬局面,可见奖牌分布已出现被两三个国家垄断的现象,这一现象也不利于世界竞技体操的发展和普及。上述现象虽然具有一定的偶然性,但却表明当今世界女子体操竞争已向垄断化方向发展。

2.2 团体赛述评

表1 第43届世界体操锦标赛女子奖牌分布表

名次	国家	金牌	银牌	铜牌	总计
1	美国	3	0	2	5
2	俄罗斯	2	3	0	5
3	中国	1	2	3	6
4	德国	0	1	0	1
5	越南	0	0	1	1

2.2.1 团体竞争美国称霸

团体比赛成绩是衡量一个国家体操整体水平的重要标志,也是各体操强国的必争之地。从表2

可知,本届世锦赛美国队以179.441分,4.112分的优势领先亚军俄罗斯队而傲视群芳,摘得团体桂冠,中国队排名第三。上述成绩与42届世界锦标赛相

收稿日期:2012-06-09

作者简介:徐继超(1980-),男,江苏新沂人,讲师,硕士研究生,研究方向:体育教育训练学。

比,分差发生巨大变化,42届世界锦标赛前三名队伍的最大分差也不过是0.616分,这说明美国队与中俄两队相比具有明显优势。美国队本次夺冠主要是靠跳马项目的超强实力和全队零失误的稳定发挥与对手拉大分差,重新确立女团在世界竞技体

操领域的霸主地位。预计明年伦敦奥运会美国队依然是团体金牌竞争的最有力竞争者,中俄两队竞争也将更加激烈,仍具有夺金的可能。另外罗马尼亚队也表现不俗,全队零失误落后中国队0.408分,排名第四,已有复苏的迹象也应不容忽视。

表2 第43届世界体操锦标赛女子团体前8名运动队成绩一览表

名次	国家	跳马	高低杠	平衡木	自由操	总分	分差
1	美国	46.816(1)	43.865(2)	44.732(3)	43.998(1)	179.441	—
2	俄罗斯	44.499(2)	44.698(1)	43.066(5)	43.066(1)	175.329	4.112
3	中国	43.842(5)	43.132(4)	44.832(2)	41.032(7)	172.820	6.621
4	罗马尼亚	44.149(4)	40.032(8)	45.099(1)	43.132(2)	172.412	6.998
5	英国	41.665(7)	43.565(3)	42.607(6)	41.833(5)	169.670	9.771
6	德国	44.282(3)	42.032(6)	40.632(8)	41.533(6)	168.479	10.962
7	日本	41.866(6)	42.066(5)	43.499(4)	39.691(8)	167.122	12.312
8	澳大利亚	41.499(8)	41.541(7)	41.399(7)	42.300(4)	166.739	12.702

注:括号里面的数字表示个单项成绩排名

2.2.2 成套动作高难度、高质量是团体制胜的根本

在跳马项目上,中美俄三队均正常发挥的情况下跳马实力最强的是美国队,美国队有两人具有6.5分一人具有5.8分的难度,而中俄两队的六人次都是5.8的难度分,单比难度分美国队就有1.4分的优势。另外美国队在完成质量上也不逊色,整体的空中姿态、腾空高度和落地稳定性都好于中俄两队,美国队的韦伯和马龙尼都非常漂亮的完成了难度为6.5分的尤尔琴科900°,分别得到15.833和16.033的超高分,最终跳马单项成绩第一。就凭跳马一项成绩中俄两队分别落后美国队2.992分和2.317分。可见跳马项目高难度、高质量是美国团体制胜的根本所在。

作为中国的传统强项高低杠项目上不但没有达到与对手拉开分差的预期效果,反而成了团体夺标的“弱项”。中国三人虽然都具有世界顶尖水平6.7分的D分,但在完成质量和稳定性上存在很大缺陷。黄秋爽再次出现上届世锦赛掉下器械的一幕,最后只得到13.966分,这是在情理之中,而另外两名小将姚金男、谭思欣同样与俄罗斯队科莫娃都采用6.7分的D分,结果中国队两人成绩分别得到14.433分和14.933分,而科莫娃却得到15.666的高分,因此高低杠E分低这一现象是我国体操界同仁们最值得反思的问题。俄罗斯队三人D分分别是6.3分、6.4分和6.7分,整体比中国队略低,但成套动作具有节奏流畅、编排新颖、动作规范等特点,是他们单项成绩排名第一的主要原因。因此,从跳马和高低杠两项比赛的分析,不仅成套动作的高难度而且完成动作的高质量均成为团体制胜的根本。

2.2.3 动作成功率是团体制胜的关键

纵观团体比赛全程,中国队在高低杠、平衡木、自由操上先后出现3人次重大失误,丢去近4分,俄罗斯队总共出现2人次重大失误。反观美国队,四项比赛出场的12人次零失误完成比赛,发挥较稳定,特别是在近年来高低杠整体D分处于劣势的弱项上,三人稳定发挥实现了弱项少丢分的战略目的。在平衡木、自由操两项上中俄两队连接出现失误,而美国队更是稳扎稳打顺利完成比赛,可见成套动作的成功率是团体制胜的关键。

2.3 全能竞争激烈,均衡发展突出强项有利于增强全能竞争力

美国队韦伯以0.033分的微弱优势领先亚军俄罗斯选手科莫娃,有惊无险的登上冠军宝座,中国小将姚金男由于平衡木比赛不慎掉下失去了本次夺金的大好机会,最终以0.784分的劣势获得铜牌,但对首次参加国际大赛的小将而言,她的表现对目前急需全能好手的中国女子体操队来说真可谓是一枝新秀。另外从奖牌获得者之间的分差不难看出个人全能金牌竞争异常激烈。

从前三名运动员单项成绩看:美国队韦伯跳马实力最强,进决赛的8名运动员唯独他使用6.5分的难度,其他选手全部使用5.8分难度,因此跳马得分明显高于其它两位选手。高低杠项目科莫娃最为突出,虽然姚金男和科莫娃D分一样但完成质量还是有所欠缺,韦伯高低杠实力相对较弱,加上一个大失误仅排名第六。平衡木美国队韦伯实力最强,姚金男因掉下器械故排名第五。自由操上中美两国选手实力差不多,俄罗斯选手科莫娃出现小失误

最后排名第六。抛开运动员的失误,从上述分析可知:美国队韦伯除高低杠相对较弱,跳马和平衡木都是强项,自由操也很有竞争力。俄罗斯选手科莫娃高低杠是强项,其他三项并不存在劣势。中国队姚金男四项实力均匀,没有突出强项。因此,对于

年轻选手姚金男来说,今后在均衡发展的前提下,突出强项,提高跳马D分的同时还要创新编排高低杠优质套动作,减少E分的扣除,很有希望在明年伦敦奥运会个人全能项目上实现中国女子体操的历史性突破。(见表3)

表3 第43届世界体操锦标赛女子个人全能前8名成绩一览表

名次	姓名(国家)	跳马	高低杠	平衡木	自由操	总分	分差
1	韦伯(美)	15.716(1)	13.600(6)	15.266(1)	14.800(3)	59.382	——
2	科莫娃(俄)	14.933(4)	15.400(1)	14.683(3)	14.333(6)	59.349	0.033
3	姚金男(中)	14.966(3)	14.933(3)	13.933(5)	14.766(4)	58.598	0.784
4	莱斯曼(美)	15.233(2)	12.900(8)	14.525(4)	14.900(2)	57.558	1.824
5	黄秋爽(中)	14.733(5)	14.966(2)	13.633(7)	14.100(7)	57.432	1.950
6	波格拉斯(罗)	14.100(8)	14.133(5)	15.100(2)	13.966(8)	57.299	2.083
7	阿法纳斯提耶娃(俄)	14.466(6)	14.200(4)	13.400(8)	14.666(5)	56.732	2.650
8	米歇尔(澳)	14.600(7)	13.133(7)	13.933(6)	15.033(1)	56.699	2.683

2.4 高难优质套动作是单项夺冠的资本

2.4.1 跳马——美国队马龙尼摘金无悬念

在美国名将萨克拉莫尼因赛前受伤而退赛的情况下,初出茅庐的美国小将马龙尼一鸣惊人,以两跳平均15.300分毫无悬念夺得金牌,使美国队连续三年称霸跳马项目。德国队老将丘索维金娜排名第二,越南选手展现黑马姿态以平均两跳14.666分拿到一枚铜牌。马龙尼第一跳是难度为6.5分的“尤尔琴科900°”,在第二腾空高度和空中姿态都非常出色得到15.800分。第二跳是难度为5.6的“蹁子转体180°接直体前空翻转体180°”,也是“程菲跳”的缩减版,对于腿部力量出色和擅长转体的马龙尼明年奥运会能否升级为“程菲跳”我们将拭目以待;36岁的老将丘索维金娜仍然宝刀不老,能够保持较高的竞技水平,这一点也希望能够激励程菲的早日复出。值得一提的是长期在我国广西训练的越南选手潘石花本次比赛获得一枚铜牌,而中国队却无一人能够参加决赛的资格赛,这是中国女队面临的严峻问题(见表4)。

2.4.2 自由操——整体难度上新台阶

在自由操决赛中,作为替补队员的俄罗斯选手阿法纳斯提耶娃最后一位出场,其完成质量并非突出,以0.067分的微弱优势获得冠军,中国眭禄和美国选手莱斯曼分别获得亚军和季军,另一位中国小将姚金男以14.866分排名第四。通过比赛可以看出当前女子自由操的D分明显高于上届世界体操锦标赛自由操的决赛水平,特别是卫冕冠军澳大利亚名将米歇尔已达到6.3分的高难度。这次自由操技术水平提高主要表现在:一是技术类型多样化。如美国选手莱斯曼和英国名将特维德勒都有“阿拉

伯前屈两周空翻”F组向前的空翻。二是单个空翻难度增加。如美国小将韦伯开场使用女子最高的“后团两周720°旋空翻”G组空翻,另两位选手开场使用“直体后空翻两周”F组空翻。三是难度空翻的多连接。如美国选手莱斯曼开场串是“后直540°接阿拉伯前团两周再接前空翻”是“C-E-C”的0.4分的连接,另外很多选手充分利用规则大空翻接跳步具有0.1分的连接。我国选手几乎是清一色的转体派,除了姚金男开场使用“后直两周”F组的空翻外,很少有选手能做E组及E组以上的两周空翻。两周空翻的好处有:一,从视觉上容易受到观众和裁判的青睐;二,扣分因素较少;三,对于腿部力量强的选手还容易接跳步获得0.1的连接分。我国自由操名将程菲就是个例子,她具有最高难度的G组两周空翻的同时还有着高难度的转体类大空翻才成为世界自由操优秀选手之一。因此,我国选手今后训练应注重腿部爆发力、减少转体跟头串、加大两周高难空翻跟头串来提高D分增强比赛竞争力(见表4)。

2.4.3 高低杠——俄罗斯名将强势问鼎

在高低杠决赛中,俄罗斯显示了强劲的实力,俄罗斯科莫娃以15.500分强势问鼎,摘得金牌,纳比耶娃获得银牌。中国“高低杠女皇”何可欣因资格赛不幸掉下器械而无缘决赛,另一位中国选手黄秋爽发挥一般最终以14.833分排名第三。

从前三名选手的D分看分别为6.7分、6.7分、6.6分相差不大,E分具有明显的差距,科莫娃的E分居然高出黄秋爽0.667分,其主要原因在于中国与欧美国家在高低杠项目上编排风格不同。中国队编排突出转体的灵巧性,主要依靠三大单臂转体

加上空翻的连接,很容易获得较高的连接加分,而欧美国家注重动作流畅性、新颖性和动力性,这正是国际体操联合会推崇的方向。本次奥运周期国际体联对高低杠评分体系做了修改,主要是针对高低杠屈伸上摆倒立的位置及回环转体完成时身体位置扣分更加精细化,这也是我们E分很低的根本原因。因此要巧妙组合现有转体动作,借鉴和吸取欧美国家的经验,根据新的扣分尺度创新编排扣分因素少且有亮点的成套动作。例如增加换杠动作的数量和难度组别,改变低杠到高杠的“死挂”问题,减少扭臂动作等(见表5)。

2.4.4 平衡木——中国队包揽冠亚军

中国队在强项平衡木上表现出色,眭禄以15.866的高分如愿摘金,姚金男获得银牌,美国选手韦伯排名第三。

表4 第43届世界体操锦标赛女子各单项前3名成绩一览表(跳马、自由操)

名次	姓名(国家)	跳 马				名次	自 由 操				
		D分	E分	成绩	分差		D分	E分	成绩	分差	
1	马龙尼(美)	6.500	9.300	15.300	——	1	纳斯提耶娃(俄)	6.100	9.033	15.133	——
		5.600	9.200					2	眭禄(中)	6.100	8.966
2	丘索维金娜(德)	6.300	8.766	14.733	0.567	3	莱斯曼(美)			6.100	8.900
		5.500	8.900					4	姚金男(中)	6.000	8.866
3	潘石花(越)	5.900	8.700	14.666	0.637						
		5.800	8.933								

表5 第43届世界体操锦标赛女子各单项前3名成绩一览表(高低杠、平衡木)

名次	姓名(国家)	高 低 杠				名次	平 衡 木				
		D分	E分	成绩	分差		姓名(国家)	D分	E分	成绩	分差
1	科莫娃(俄)	6.700	8.800	15.500	——	1	眭禄(中)	6.600	9.266	15.866	——
2	纳比耶娃(俄)	6.600	8.400	15.000	0.500	2	姚金男(中)	6.300	8.933	15.233	0.733
3	黄秋爽(中)	6.700	8.133	14.833	0.667	3	韦伯(美)	6.200	8.933	15.133	0.733

3 我国选手备战伦敦奥运会的思考

本届东京世界体操锦标赛已经落下帷幕,中国女子体操队虽获得了1金2银3铜的不错成绩,但却暴露了众多比赛问题亟待解决,如:整体跳马项目实力薄弱,高低杠成套动作编排单一,缺乏亮点,全队缺乏领军人物等。创业难,守业更难。如何在明年伦敦奥运会升国旗、奏国歌、扬国威,再铸北京奥运会之辉煌将是衡量决策者、教练员、运动员今后半年多训练效果的试金石。要想再创2012年奥运会辉煌战绩,笔者建议赛前集训工作应着眼于以下几个方面:

3.1 狠抓腿部力量训练,内“培”外“引”教练员

团体、全能竞争中,在跳马和自由操两个以腿部力量为主的项目上中国队再次显现比赛的薄弱

本次奥运周期在平衡木项目上对完成动作降组和连接分是否被认定方面提出了更高的要求,中国选手也开始增加了更多的高难空翻,如眭禄完成的“前团转体180°”和姚金男完成的“后空翻转体360°”这两个动作增加了整套动作的价值。平衡木项目是女子体操项目中最“好练不好比”的项目,稍有不慎就结束奖牌争夺,如果没有稳定娴熟的成套动作,比赛临场发挥就难以得到保证,目前眭禄不但D分为6.6分鹤立鸡群,而且在完成质量上也是凤毛麟角,因此她只要保持这个难度和稳定发挥的状态,明年奥运会她将无可争议的成为世界女子体操新一代平衡木“皇后”(见表5)。

综合上述跳马、高低杠、平衡木、自由操四个单项分析和各单项前三名成绩可知:今后大赛高难优质套动作才是单项夺冠的资本。

环节。由于跳马单个高难动作之间分值差较大,因此跳马成绩尤其是难度价值分将是左右团体、全能冠军归属的重要筹码,本次比赛美国队在团体和全能上之所以获得金牌,其跳马难度分就是一个很重要的原因。美国名将萨克拉莫尼明年奥运会不出意料也会参加团体和单项跳马的争逐,这样他们在团体竞争中三人都具有6.5分的难度,大家可以想象到他们跳马项目优势之大。即使我国名将程菲能复出当年竞技水平,个人实力也难以与美国队抗衡,当务之急必须狠抓运动员技术、体能和素质的全面拓展,也要提高教练员的执教水平。

从某种意义上讲,竞技体育的核心就是教练员,只有有了培养世界冠军的教练员,才能培养出更多的世界冠军。因此,我们要注重国内年轻教练

员的培养,派遣到国外进行学习和考察,高薪引进国外单项资深教练员、科技人员协助教练员班子进行攻关服务。

3.2 及时准确了解国际评分动向,创新编排成套动作

竞技体操追求的方向是“难、新、美、稳、力”。国际体联正在反思当前体操难度增长过快而艺术美感缺乏的问题,新规则对评分体系也做了修改,作为中国传统强项高低杠项目这次就受到了严峻的挑战。通过比赛我们意识到国际裁判对高低杠屈伸上摆倒立的位置以及单臂转体角度的控制等方面扣分更加苛刻,这也从某种意义上反映了国际体联出于对各体操强国利益均衡的原则,而中国队高低杠编排主要依靠在高杠上三大单臂转体获得较高的连接加分,成套动作显得单一,缺少亮点,因此我们要及时准确了解国际体操联合会的评分动态,适应评分规则,根据每个运动员的个人特点,创新编排、量身定做成套动作,以在个人单项上求得进展。

3.3 重点提高全能好手,培养领军人物

从近几年世界大赛女子个人全能金牌的竞争看都是欧美选手的天下,这也警惕我们今后在个人

全能运动员选材和培养后备人才方面更要加以重视。伦敦奥运会团体赛采用“5-3-3”赛制,这对在单项项目上较为突出的中国女子队来说重视和培养高水平全能型选手显得尤为重要。另外近两届世界体操锦标赛没有程菲那样的领军人物参加比赛,全队显得没有以往有霸气和信心,我国全能好手姚金男四项实力均衡,在跳马和高低杠上还有很大的提升空间,今后应向突出强项方向发展,增加大赛经验,作为全队的领军人物进行重点培养。同时也期待程菲的早日复出以在伦敦奥运会更能起到稳定军心的作用。

3.4 加强成套动作稳定性和心理素质训练

回顾历史,中国女队在06年世锦赛主要依靠全队零失误首次夺得团体桂冠,07年世锦赛出现两人重大失误以微弱劣势退居次席,08年奥运会是在全队整体实力具有很大优势下仅一人次大失误获得冠军,从而说明稳定发挥仍是制胜之关键。明年团体竞争采用“5-3-3”赛制使比赛更加充满变数,对每个运动员心理素质和动作稳定性提出了更高的要求,因此在今后半年多的集训中加强平时训练成功率和实战训练,提高运动员临场情绪的稳定性和心理素质,减少失误对备战2012奥运会至关重要。

注释及参考文献:

- [1]郑吾真,陆保忠.竞技体操训练学[M].北京体育大学出版社,1990.
- [2]刘昌亭,童昭岗.从42届世界体操锦标赛展望伦敦奥运会我国男子体操发展趋势[J].南京体育学院学报(自然科学版),2011,10(1):40-43.
- [3]竭晓安.从北京奥运会看当前国际女子体操的竞争格局[J].北京体育大学学报,2009,32(8):105-108.
- [4]竭晓安.新规则下我国女子体操的实力分析[J].北京体育大学学报,2011,34(8):111-114.
- [5]姚侠文,金跃峰,徐雄杰,等.从悉尼奥运会评析我国体操女队的实力及新世纪的战略目标[J].北京体育大学学报,2001,24(1):110-111.
- [6]汪康乐.从近三届世界大赛论我国女子体操夺标的希望与对策[J].北京体育大学学报,2003,26(1):138-142.
- [7]肖光来,吴维铭,张京平.2004年雅典奥运会男子竞技体操竞争格局前瞻[J].北京体育大学学报,2004,27(5):691-693.
- [8]韩华.第35届世界体操锦标赛男子体操实力分析[J].中国体育科技,2003,39(7):38-40.
- [9]国际体操联合会.国际体操女子评分规则(2009—2012)[S].北京:中国体操协会,2009.

Comments on the 43rd World's Championship of Women's Gymnastics

XU Ji-chao

(Institute of Physical Education, Chaohu College, Chaohu, Anhui 238000)

Abstract: Through the analysis of the documents and the video records, we have conducted and compared statistics about the performance and the scores of women's Gymnastics. It shows that: The competition of women's gymnastics is shaping a new situation of monopoly; the team competition has been always dominated by USA with the advantages of the high quality, high difficulty degree and high ratio of success; the all-round golden metal competition is very severe; balanced and using the strong points can help to win that item; high quality set with high difficulty is the successful way to win the single item.

Key words: The 43rd; World championship; Women's gymnastics; London Olympics; Comments