

排球运动员竞技能力非衡结构的补偿途径

王鲁江, 焦峪平

(广东外语外贸大学 体育部, 广东 广州 510420)

摘 要: 对排球运动员竞技能力非衡结构的补偿途径进行研究以期丰富排球训练理论, 指导排球训练实践。根据补偿途径的作用效果、补偿来源、竞技能力构成因素之间的关系将补偿途径分为非衡性补偿和平衡性补偿、内源性补偿和外源性补偿及辐射补偿和放大补偿。

关 键 词: 运动训练学; 排球运动员; 竞技能力非衡结构

中图分类号: G808.1 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2008)08-0089-03

Study of means of compensation for the unbalanced structure of competitive capacity of volleyball players

WANG Lu-jiang, JIAO Yu-ping

(Department of Physical Education, Guangdong University of Foreign Studies, Guangzhou 510420, China)

Abstract: The authors studied means of compensation for the unbalanced structure of competitive capacity of volleyball players in order to hopefully enrich volleyball training theories and guide volleyball training practice. According to relations between functional effects of means of compensation, sources of compensation, and constituent factors of competitive capacity, the authors divided means of compensation into three types, namely, unbalanced compensation and balanced compensation, endogenous compensation and exogenous compensation, as well as radiated compensation and amplified compensation.

Key words: science of sports training; volleyball player; unbalanced structure of competitive capacity

运动训练和运动竞赛的内容都是围绕着运动员竞技能力在训练中的开发和比赛中表现而展开。运动员的竞技能力是由若干要素或称“子能力”构成的。这些要素有哪些, 他们是怎样组合在一起, 又是怎样在运动员竞赛中表现出来的, 是运动训练学者们多年来探讨的问题。1997年, 刘大庆^[1]提出了竞技能力非衡补偿的概念——“运动员竞技能力构成因素中某一种(些)较差的素质或能力为另一种(些)高度发展的素质或能力所补偿或代偿。”

排球运动是一项以运动员的体能为基础, 技战术能力为主导的集体运动项目。排球运动员的竞技能力作为一个构成要素不断发生变化的开放系统, 其相互间的补偿主要集中在运动员的体能、技术能力和战术能力上。排球运动员竞技能力的遗传学特征与后天改造的可能性决定了其竞技能力非衡结构补偿途径的多样性。因此, 对排球运动员竞技能力结构补偿途径的

研究, 可以有效地指导排球运动训练实践活动、丰富排球运动训练理论。

1 排球运动员竞技能力结构的非衡性补偿与平衡性补偿

运动员竞技能力的补偿是某种能力的提高弥补了某种能力的发展不足或提高了竞技能力整体功能的现象。依据排球运动项目特点及运动员竞技能力补偿途径对竞技能力系统整体作用效果的不同, 将排球运动员竞技能力间的相互补偿途径分为非衡性补偿和平衡性补偿。

1) 非衡性补偿。

排球运动员竞技能力结构的非衡性补偿, 是指在排球运动员竞技能力非衡结构中优势能力弥补弱势能力, 加强竞技能力的方式。排球运动以技战术能力为主导, 以体能为运动员运用技战术的基础的项目特点

决定了排球运动员竞技能力结构的非平衡性补偿主要集中在体能对技战术能力的补偿上。例如,古巴优秀女排运动员卡尔德隆、鲁伊斯,虽然在技术上略显粗糙,但是由于超强的身体素质弥补了技术上的欠缺和球队战术上的不足,在世界大赛中依然能屡显进攻威力,帮助古巴女排取得了2000年奥运会冠军。所以排球运动训练的重点之一,就在于如何在强化运动员技术能力的基础上使之与体能达到完美结合。

2)平衡性补偿。

排球运动员竞技能力结构的平衡性补偿是指通过提高弱势能力加强竞技能力的方式。这是实践中常见的一种补偿方式。人们常将已建立的各种模型作为目标,要求客体的指标与模型要求一致,这类模型应用较为广泛,其目的是提高运动员的弱势竞技能力,从而使整体竞技能力达到一种与模型要求相近似的状态。作为成功的例子,我国青年女排依据优秀女排运动员弹跳力的特征建立的弹跳力发展数学模型^[2]进行训练,取得显著的训练效果。

2 排球运动员竞技能力结构的内源性补偿和外源性补偿

排球运动是一项以技、战术能力为主导的竞技能力的集体运动项目。正是由于排球运动的集体性运动特征决定了对排球运动员竞技能力结构的补偿来源分为运动员自身的补偿(内源性补偿)和运动员间的相互补偿(外源性补偿)两种。

1)内源性补偿。

排球运动员的内源性补偿,是以提高运动员竞技能力个体结构中的要素而对竞技能力结构的一种直接性的补偿方式。运动员竞技能力结构系统中的构成因素同样由两部分组成,一部分为失去或部分失去与外界环境接触、交流输出、引进的非敏感因素,如身高等形态学指标等;另一部分因素为可以与外界进行物质、能量交换,产生负熵流的敏感因素,其功能可能通过训练得以提高或通过训练有效地增强系统内构成因素之间的相互联系,是运动员竞技能力系统功能的维持、加强并达到高水平的关键。这类因素的特点是可塑性较大,在系统内敏感性强。所以,排球运动员的内源性补偿分为非敏感要素的内源性补偿和敏感要素的内源性补偿。

(1)非敏感要素的内源性补偿。排球运动员非敏感要素的内源性补偿是指运动员用先天遗传的优势能力弥补某些薄弱能力的补偿方式。这种补偿方式主要体现在先天遗传的形态指标上,并且具有明显的局限性,其优势能力是在一定条件下实现的,它受对手水平高

低的制约。如我国优秀女排运动员赵蕊蕊身高1.98 m,臂长2.04 m,由于她先天遗传的身体形态指标明显优于其他国内运动员,所以在进攻方面弥补了技术上的不足成为中国女子排球队场均得分最多的队员。但是赵蕊蕊在与俄罗斯队的数次交手中均表现不佳,究其原因是由于受制于俄罗斯队身高2.04 m的加诺娃的限制,表明赵蕊蕊的优势竞技能力受到了加诺娃的制约,也进一步说明了非敏感要素的内源性补偿的局限性。

(2)敏感要素的内源性补偿。排球运动员竞技能力个体结构中的敏感要素主要在于后天训练获得。因此,排球运动员通过后天训练获得的优势能力弥补自身某些难以发展的能力的方式称为排球运动员竞技能力结构敏感要素的内源性补偿。这类补偿的特征是竞技能力结构中敏感要素的可塑性相对较大,非敏感要素难以提高,竞技能力结构功能的形成与发展是通过提高敏感要素功能实现的。这种补偿方式的研究对于挖掘排球运动员的潜力具有重要的现实意义。例如,大松博文统率的日本女排,由于新技术的运用和“魔鬼训练”弥补了身体条件上的不足,在排球大型化的时代背景下创造了日本女排的神话。意大利男排同样也是通过后天刻苦训练铸造了“世界第一防守”的美誉,在身体条件相差无几或高于自己的情况下凭借队员完美的防守技术和流畅战术配合赢得了多次世界冠军。

2)外源性补偿。

排球运动员竞技能力的外源性补偿是运动员间竞技能力的一种互补,它主要体现在排球运动的战术安排上。排球运动的集体性为排球运动员竞技能力结构的外源性补偿提供了可能和基础。例如,自由防守队员的运用能够极大地弥补某些攻强守弱的队员轮次转到后排所暴露出的防守能力弱的问题。2004年奥运会意大利男子排球队就是运用运动员竞技能力结构的外源性补偿规律有效地提高整体竞技能力、取得比赛胜利的。意大利运动员捷尼的特点是进攻技术全面,进攻和拦网较强,但防守、一传较弱。意大利教练就将其安排在一号位防守,用前排拦网封住直线的方法掩盖他的不足,同时利用他重心起动快、距离近的特点迅速反击得分,其在二号位后的成功率高达55%~60%。意大利排球队成绩的取得不是采用提高竞技能力结构中个人防守能力这一难以发展的较弱要素的水平,而是通过发挥球队中每位队员的特长,实现整体竞技能力水平的互补式提高。

3 排球运动员竞技能力结构的辐射补偿与放大补偿

排球运动员竞技能力结构的辐射补偿和放大补偿

是按照排球运动员竞技能力结构中各结构要素间的不同关系划分的。从系统论的角度讲, 竞技能力构成要素对系统功能的影响通过两条途径实现: 其一, 竞技能力各个部分之间、系统与环境之间存在着密切的有机联系和相互作用。其二, 竞技能力整体只是构成因素的松散结合。辐射补偿则是通过第二种方式对竞技能力结构产生作用, 它以提高优势能力来带动其它能力的发展, 是一种“以点带面”的方式; 放大补偿是通过第一种方式对竞技能力结构产生作用, 它只在于提高优势能力而对其它能力则基本不产生影响, 是一种依靠一种能力对竞技能力结构总体功能产生影响的补偿方式。

1) 辐射补偿。

竞技能力构成因素中, 优势能力有效地加强了要素之间的相互联系或带动其它因素同时提高的现象称为辐射补偿。其特征是加强了竞技能力构成要素之间的联系或促进其它功能的提高, 有效地加强了结构系统中构成因素的有序程度。通过分析第28届奥运会女排各队一传与进攻战术的技术统计可以明显地看出中国女排运动员一传到位率远大于其他队, 战术打法中也在一传到位率高的前提下快攻居多、灵活多变。中国女排队员稳定准确的一传技术能力辐射式地提高了她们进攻的战术能力。

2) 放大补偿。

排球运动员竞技能力构成要素中优势要素的高度发展, 有效地弥补某些薄弱要素的现象称为放大补偿。这种补偿的特征是在运动成绩提高的过程中, 构成因素中优势因素的优势更为明显, 其它因素的变化不大, 甚至不发生变化。

在排球运动员的训练、比赛中以提高进攻能力减轻防守压力就是放大补偿的实例。古巴女排运动员的进攻实力是世界一流的, 但是防守能力相对其他球队来讲相对较弱, 所以, 在训练中古巴女排把重点放在加强进攻方面, 以进攻这项优势能力弥补防守这项弱势能力。在多次世界大赛中古巴女排依靠强大的进攻使对手疲于防守, 从而取得胜利。

通过对运动员竞技能力非衡结构补偿理论的研究, 结合排球运动专项特点的分析发现: 排球运动员竞技能力的补偿主要集中在体能、技术能力和战术能力3种竞技能力间的相互补偿上。依据排球运动员竞技能力结构要素对竞技能力系统整体作用效果的不同、竞技能力结构的补偿来源、竞技能力结构要素间的不同关系, 将排球运动员竞技能力非衡结构的补偿途径分为非衡性补偿和平衡性补偿、内源性补偿和外源性补偿、辐射补偿和放大补偿, 3种。在排球运动专项训练和比赛中充分抓住运动员竞技能力结构要素中的互补, 认清不同补偿途径的分类与作用将有助于排球运动训练和比赛水平的提高。

参考文献:

- [1] 刘大庆. 运动员竞技能力非衡结构补偿理论[D]. 北京: 北京体育大学, 1997: 32.
- [2] 田麦久. 运动训练学[M]. 北京: 人民体育出版社, 2000: 45.
- [3] 谢亚龙. 中国优势竞技项目制胜规律[M]. 北京: 人民体育出版社, 1992.
- [4] 徐孺英. 横断科学简论[M]. 济南: 山东大学出版社, 1990.
- [5] H·奥卓林. 运动训练水平诸因素的素质特征[J]. 体育译文, 1987(2): 23-26.
- [6] 田麦久, 武福全. 运动训练科学化探索[M]. 北京: 人民体育出版社, 1988.
- [7] 体育院校成人教育教材编写组. 运动训练学[M]. 北京: 人民体育出版社, 1999.
- [8] 杨再淮, 金赞, 徐美敏. 高水平排球队竞技能力的非衡因素及补偿[J]. 上海体育学院学报, 1999, 23(1): 47-53.
- [9] 程勇民, 许伟民. 竞技能力、竞技能力结构及其项划分——传统训练学理论的不足与完善[J]. 山东体育学院学报, 2004, 17(5): 39-41.
- [10] 戴云鹏, 李艳丽. 优秀排球运动员经济能力结构特征[J]. 保定师范专科学校学报, 2004(2): 46-47.

[编辑: 周威]