

从第38届世界体操锦标赛看双杠动作的创新与发展

傅道华, 孟宪林

(商丘师范学院 体育系, 河南 商丘 476000)

摘 要:以第38届世锦赛双杠决赛选手为主要研究对象,分析了当今世界双杠D组以上动作的创新与发展。主要有:支撑前摆转体和支撑后摆跳转 540° ,分腿前空翻 $1\frac{1}{4}$ 屈臂撑,挂臂前摆屈体后空翻2周挂臂和挂臂前摆转体 360° 倒立,向后大回环屈体后空翻2周挂臂和梯佩尔特直接屈体前空翻,后回环转体 360° 倒立。

关 键 词:双杠;动作结构;第38届世界体操锦标赛

中图分类号:G832.4 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2006)06-0118-03

An analysis of the innovation and development of parallel bars movements from the perspective of the 38th World Gymnastic Championship

FU Dao-hua, MENG Xian-lin

(Department of Physical Education, Shangqiu Teachers College, Shangqiu 476000, China)

Abstract: Basing their main objects on the athletes in parallel bars final in the 38th World Gymnastic Championship, the authors analyzed the innovation and development of group D and higher parallel bars movements in the world today, which mainly include swing and turning the body before supporting the body plus swing, bouncing and turning the body 540° after supporting the body, an $1\frac{1}{4}$ -turn air somersault followed by cranked arm supporting before splitting the legs, two air somersaults after swing the cranked body before hanging the arms plus swing and turning the body 360° followed by handstand before hanging the arms, two air somersaults after backward big circling followed by cranking the body plus Ted Payert directly cranked body followed by a front air somersault; 360° backward circling body turning followed by handstand.

Key words: parallel bars; movement structure; 38th World Gymnastic Championship

第38届世界体操锦标赛是北京奥运新周期最后一次实施过渡性规则的世界性大赛,各国体操队都处在队员调整、新老交替的“过渡期”,运动员也都处于优化动作结构,以适应新规则的“调整期”。因此,整个比赛既涌现出了一批新人,也带来了许多难新动作,特别是在男子双杠比赛中表现得最为突出。随着体操评分规则的修改和动作难度的“贬值”,曾经代表双杠的3个典型动作——支撑前摆转体 180° 倒立、前摆转体 360° 倒立和后空翻倒立,被称为运动员必须掌握的“三大件”,在本届世锦赛上,除了李小鹏还保留了1次前摆转体 180° 倒立之外,再没有其他选手采用。而在前几届世界大赛中较有价值的支撑前摆团身或屈体后空翻2周等,在此次比赛中也销声匿迹,代之而起的是难度价值更高的支撑或悬垂摆动动作的创新,给人耳目一新的感觉。

我国是世界体操强国,双杠一直是我国男队的传统强项。在20世纪最后21年间,共举行了24次世界体操三大赛,决出了29枚双杠金牌,我国共获得11枚。尤其是李小

鹏获得悉尼奥运会双杠金牌后,又连续夺得第36届和第37届世锦赛双杠冠军,特别是在第37届世锦赛决赛中,他以近乎完美的表演赢得世界“双杠王”的美称。同时,李小鹏还创造了挂臂前摆屈体后空翻2周成挂臂的“李小鹏挂”,为世界体操的发展做出了一定的贡献。然而,在雅典奥运会双杠决赛中,李小鹏由于结束时落地没有站稳,又缺乏动作创新,只能屈居亚军。为此,本文以参加38届世锦赛双杠决赛运动员为主要对象,以最近4届世界大赛的运动员和参加上述世界大赛的资格赛、半决赛和全能决赛中的某些优秀运动员为辅助对象来研究双杠动作的创新与发展,对于我国继续保持世界领先地位,争取更大的荣誉是非常必要的。

按照双杠动作结构分析,运动员选用的D组以上难度动作,可以概括为支撑类和悬垂类两大类动作。第一类包括支撑和挂臂摆动两种形式;第二类包括屈体悬垂和直体悬垂摆动两种形式。在第38届世锦赛中,这两种类型的4种形式都有一定的创新与发展。同时,随着单个动作的创新与

发展,也使动作的组织编排与整套动作的结构发生了重大变化。

1 支撑摆动类动作的创新与发展

男子双杠传统上属于典型的支撑类项目,以“三大件”为基础的支撑摆动类动作的发展,主要是支撑摆动角度的变化和支撑换握方法的创新。其典型动作有以下几方面:

(1)希利夸尔的变化。最早由俄罗斯选手马库兹完成的希利夸尔 270° ,被更多的选手所采用与发展。例如,中国的李小鹏、乌克兰的冈查罗夫和美国的盖特森都完成了一杠倒立希利夸尔支撑,并都采用连续两次希利夸尔的串联组合;此外,希腊的特索拉基迪斯还与支撑前摆转体 540° 连接,其构思非常巧妙。

(2)支撑前摆转体的发展。在支撑前摆转体 180° 的基础上,由于支撑前摆转体 270° 升为D组,盖特森出色地完成了支撑前摆转体 540° 的E组动作;希腊的特索拉基迪斯还把把这个动作与挂臂前摆转体 360° 倒立连接在一起,构成E+SE的高难度连接,仅这两个动作就可以获得0.7的加分。

(3)支撑后摆分腿前空翻 $1\frac{1}{4}$ 成挂臂的发展。20多年以前,我国著名选手李月久首先创造了这个动作,如今李小鹏完成的质量更高、更飘,但难度价值仍是D组。而斯洛文尼亚的佩特科夫塞克发展为分腿前空翻 $1\frac{1}{4}$ 屈臂支撑,使其升为E组,并与分腿后切连接得天衣无缝,恰到好处。

(4)支撑后摆快跳转 360° 倒立的发展。美国名将盖特森两次完成支撑后摆快跳转 540° 和 360° ,并与支撑前摆转体 270° 相连接,其不同转体角度的连续变化,让人目不暇接。

2 挂臂撑摆动类动作的创新与发展

(1)挂臂前摆团身后空翻2周挂臂的发展。挂臂前摆团身后空翻2周挂臂本身就是具有很高价值的E组动作。在第37届世锦赛双杠决赛中,我国著名选手李小鹏出色地完成了挂臂前摆屈体后空翻2周挂臂的SE组动作,被国际体联命名为“李小鹏挂”,这是我国近年来在双杠上的唯一一个创新动作,从而有可能成就李小鹏蝉联双杠冠军的梦想。但遗憾的是,在雅典奥运会和第38届世锦赛中,李小鹏都没有采用这个动作,从而也与金牌失之交臂。

(2)挂臂前摆转体 180° 倒立的发展。由古巴的洛佩兹在第35届世锦赛中创造的挂臂前摆转体 180° 倒立(D),在本届世锦赛上被希腊的特索拉基迪斯发展为挂臂前摆转体 270° 接两次希利夸尔和支撑前摆转体 540° 接挂臂前摆转体 360° 倒立(E+E)。他在资格赛中曾以这套别具特色的动作名列榜首,只可惜在决赛中稍有失误而影响了成绩。

3 直体悬垂摆动类动作的创新与发展

(1)梯佩尔特的的发展。由德国著名选手梯佩尔特创造的“直体悬垂大摆前振上成分腿支撑”,在经历了20多年以后,终于又有了新的发展。西班牙著名运动员卡巴罗,创造了梯佩尔特直接屈体前空翻的SE组动作,不仅动作完成得干净

利落,而且是用后回环倒立来连接的,这一组合获得了0.6的加分。

(2)向后大回环动作的发展。双杠向后大回环尽管被日本人抢先命名,但大回环转体 180° 和 360° 等动作,最早是由中国运动员杨岳山创造出来的。遗憾的是最近几年,我们只注重了大回环后空翻2周的发展,而忽略了大回环其它动作的继承和提高,甚至连邢傲伟完成的大回环前转肩成倒立(D组)也放弃了。但是,法国的古切拉不仅借鉴了大回环前转肩成倒立,并连接了大回环团身后空翻2周成挂臂,组成了D+E的连接。

4 屈体悬垂摆动类动作的创新与发展

由于体操规则修改后,把由“各种姿势开始的后回环成倒立”都定为D组,并把后回环转体 180° 倒立和转体 360° 倒立升为E组和SE组。因此,较好掌握“早倒技术”的欧美运动员广泛选用该类动作,并把他们彼此连接起来,或与其它D组以上动作连接起来,构成3~4个高难度的串联组合,以此获得更多的加分。表现最突出的是西班牙的卡巴罗,他把后上转体 180° 倒立——后回环倒立——后回环转体 180° 倒立——前摆转体 270° 倒立等4个动作串联在一起,获得了0.9分的加分,为他提高整套动作的起评分奠定了基础。

5 整套动作结构与编排的创新与发展

随着D组以上难度动作的创新与发展,双杠整套动作的内容结构与组织编排也发生了相应的变化。以下是比较具有代表性的典型实例,可供我国选手参考。

(1)以后回环动作为主的组合。斯洛文尼亚的佩特科夫塞克以后上转体 180° 倒立(E)——后回环倒立(D)——后回环转体 180° 倒立(E)——前摆转体 270° 倒立(D)等动作组合为主体,再辅之以分腿前空翻 $1\frac{1}{4}$ 成屈臂撑(E)和梯佩尔特(D)等组成整套动作,最终获得双杠金牌。

(2)以支撑后摆转体为主的组合。美国的盖特森以一杠(两手侧撑)的希利夸尔(D)——希利夸尔(D)——支撑后摆快跳转 540° (E)等动作组合为主体,再配合支撑前摆转体 270° (D)——支撑后摆快跳转 360° (E),以及支撑前摆转体 450° (E)和后回环倒立(D)等组成整套动作,连接得非常紧凑巧妙。我国的李小鹏以一杠(两手正撑)希利夸尔(D)——希利夸尔(D)——分腿前空翻 $1\frac{1}{4}$ 成挂臂(D)等动作组合为主体,再加上后回环倒立(D)——向后大回环屈体后空翻2周成挂臂(SE)等动作组成整套动作,最终获得双杠亚军。

(3)以后回环与直体悬垂大摆结合为主的组合。法国的古切拉以后上倒立(D)——后回环转体 180° 成倒立(E)——向后大回环前转肩成倒立(D)——向后大回环团身后空翻2周挂臂(E)等动作组合为主,再结合梯佩尔特和希利夸尔等组成整套动作,最终获得双杠决赛季军。西班牙的卡巴罗以后上转体 360° 倒立(SE)——后回环转体 180° 倒立(E)——梯佩尔特(D)等组合为主体,再加上后回环倒立(D)——梯佩尔特屈体前空翻(SE)等组成整套动作,除了下法以外(被扣

0.3分)其它动作完成得都很好。乌克兰的冈查罗夫以后上转体180°倒立(E)——后回环倒立(D)——向后大回环团身后空翻2周成挂臂(E)等动作组合为主体,还有一杠希利夸尔(D)——希利夸尔(D)等组成整套动作。

(4)以挂臂前摆转体为主的组合。希腊的特索拉基迪斯以后回环倒立(D)——挂臂前摆转体270°倒立(E)和支撑前摆转体540°倒立(E)——挂臂前摆转体360°倒立(SE)两个组合构成整套动作,充分展现出挂臂前摆转体动作类型的魅力。

由于本届世锦赛是北京新奥运周期的开始年,运动员完成的动作还不够熟练,失误率也比较高,但这些动作类型的创新与发展,给我们以启示。希望我国选手一定要与时俱进,不断创新,争取在世界大赛中续写辉煌。

参考文献:

[1]彭洪涛,胡红梅,黄健.双杠整套动作的内容、结构及其发展[J].体育学刊,2002,9(1):107-109.

[2]廖洁莹,孟宪林.从釜山亚运会看世界双杠技术发展的趋势[J].广州体育学院学报,2003,23(1):78-80.

[3]王长青.世界体操男子双杠项目实力分析[J].河北体育学院学报,1999(4):23-26.

[4]程在宽.双杠自选动作类型与组合方式的变化[J].北京体育学院学报,1993,16(1):44-48.

[5]李思民,王健.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):45-48.

[6]李思民.对90年代世界男子竞技体操运动发展特征的研究[J].体育科学,1999,19(3):56-58.

[7]国际体联男子技术委员会.体操评分规则[S].国家体育总局体操运动管理中心,2001.

[编辑:周威]

体育学刊网站论坛(BBS)开通

体育学刊网站是目前为数不多的体育理论学术网站,为丰富网站内容,为师生提供一个属于体育的交流平台。经过精心筹备,现在“体育学刊网站论坛”已开通,希望能借此普及体育专业知识和推动学校体育与外界的交流,促进体育学科的发展。

“论坛”主要板块设置如下:

“2010广州亚运会”、“2008北京奥运会”、“人文体育沙龙”、“学校体育”、“全民健身”、“人体科学”、“体育图库”等。

在论坛功能方面,我们采用的是目前国内功能

最齐全最强大的论坛模板——“动网论坛”的模板:广告、短信、积分、交易、博客、道具等,功能强大,为论坛日后发展提供了很大的空间。

欢迎广大师生登陆 www.bbs.chinatyxk.com 或点击网站首页“体坛bbs”图标进入论坛,尽情展现您的才华与智慧!

体育学刊编辑部

2006年10月25日