

蹦床运动发展新动向

——兼论备战里约的训练方向

李东建 竞技体育研究中心

I. 前言

中国蹦床运动发展至今，由落后项目成为优势项目。备战 2016 年奥运会大幕又要拉开，我们在里约奥运会能否延续辉煌，获取更好的成绩？本文意在分析伦敦奥运会后蹦床运动世界发展的新动向，新形势，对比分析中外蹦床运动员之间的技术差别，并在此基础上，提出我国备战里约奥运会的训练方向。

II. 研究方法

收集了世界各国主要蹦床运动员的技术数据，这些数据包括伦敦奥运会前后主要蹦床强国的竞争实力，主要运动员的变化情况以及主要运动员的难度、高度、技术完成等数据，经对比分析，得出相关结论。

III. 研究结果

1. 世界蹦床运动举办国家和参赛人数缓慢增长，中国自 2008 年使成果第一蹦床强国。2. 伦敦奥运会之后，少数蹦床强国消失，同时有更多的国家参与到奖牌竞争中，少数强手退役，亦涌现一些强有力的竞争对手。3. 我国男子运动员目前仍具有绝对竞争实力，女子稍逊于加拿大选手。

男子新周期竞争格局变化对照表

| 近两年锦标赛主力国 | 中国 | 俄罗斯 | 日本 | | | 白俄罗斯 | 美国 | 葡萄牙 | 澳大利亚 | 格鲁吉亚 |
|------------|-----------|-------------|------------|-----|-----|------|----|-----|------|------|
| 伦敦奥运会主力国 | 中国 | 俄罗斯 | 日本 | 加拿大 | 法国 | | | | | |
| 伦敦奥运会参赛队员 | 董栋 陆春龙 | 乌沙科夫 尼基塔 | 伊藤 上山容阔 | 杰森 | 潘尼斯 | | | | | |
| 近两年锦标赛主力队员 | 董栋 | 乌沙科夫 | 伊藤 | | | 韩察洛夫 | 多雷 | 迪哥 | 绍恩 | 科士卡泽 |
| | 徐潇 | 谢尔盖 | 上山容阔 | | | | | | | |
| | 高磊 | | | | | | | | | |
| 近两年锦标赛奖牌数量 | 4 | 1 | 1 | | | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 现主力选手人数 | 3 | 2 | 2 | | | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |

女子新周期竞争格局变化对照表

| 近两年锦标赛主力国 | 中国 | 加拿大 | 白俄罗斯 | 俄罗斯 | | | 英国 | 乌克兰 |
|------------|------------|-----------|------|------|------|-----|-----|------|
| 伦敦奥运会主力国 | 中国 | 加拿大 | 白俄罗斯 | 俄罗斯 | 格鲁吉亚 | 美国 | | |
| 伦敦奥运会参赛队员 | 黄珊汕 何雯娜 | 卡伦 卢珊娜 | 塔提安娜 | 维多利亚 | 卢芭 | 萨瓦娜 | | |
| 近两年锦标赛主力队员 | 李丹 | 卢珊娜 | 汉娜 | 小伊莲娜 | | | 凯瑟琳 | 娜塔莉亚 |
| | 钟杏平 | 萨曼莎 | 塔提安娜 | | | | 艾玛 | |
| | 刘玲玲 | | | | | | | |
| | 何雯娜 | | | | | | | |
| 近两年锦标赛奖牌数量 | 3 | 2 | 1 | 0 | | | 0 | 0 |
| 现主力选手人数 | 4 | 2 | 2 | 1 | | | 2 | 1 |

2013 年世界锦标赛女子决赛技术对比

| 排名 | 姓名 | 国家 | 总分 | 难度分 | 技术分 | 时间 |
|----|------|------|---------------|------|------|-------|
| 1 | 刘玲玲 | 中国 | 55.99 | 14.4 | 24.9 | 16.69 |
| 2 | 卢珊娜 | 加拿大 | 55.13 | 15.6 | 23.4 | 16.13 |
| 3 | 汉娜 | 白俄罗斯 | 53.975 | 13.1 | 24.3 | 16.58 |
| 4 | 凯瑟琳 | 英国 | 53.56 | 14.4 | 23.4 | 15.76 |
| 5 | 塔提安娜 | 白俄罗斯 | 53.555 | 14.4 | 23.4 | 15.76 |
| 6 | 钟杏平 | 中国 | 52.82 | 14.4 | 22.5 | 15.92 |
| 7 | 小伊莲娜 | 俄罗斯 | 52.56 | 14.6 | 21.9 | 16.06 |
| 8 | 萨曼莎 | 加拿大 | 52.15 | 15.0 | 21.6 | 15.55 |

2014 年世界锦标赛男子决赛技术对比

| 排名 | 姓名 | 国家 | 总分 | 难度分 | 技术分 | 时间 |
|----|------|------|---------------|------|------|-------|
| 1 | 徐潇 | 中国 | 61.875 | 18.0 | 26.1 | 17.78 |
| 2 | 董栋 | 中国 | 60.89 | 17.8 | 25.2 | 17.89 |
| 3 | 韩察洛夫 | 白俄罗斯 | 60.39 | 17.6 | 25.5 | 17.29 |
| 4 | 伊藤 | 日本 | 59.69 | 17.2 | 24.9 | 17.59 |
| 5 | 乌沙科夫 | 俄罗斯 | 58.63 | 16.5 | 24.9 | 17.23 |
| 6 | 科士卡泽 | 格鲁吉亚 | 57.965 | 16.6 | 24.3 | 17.07 |
| 7 | 绍恩 | 澳大利亚 | 57.11 | 15.8 | 24.0 | 17.31 |
| 8 | 上山容阔 | 日本 | 35.445 | 10.7 | 14.1 | 10.65 |

IV. 结论

1. 伦敦奥运会后,男子强国加拿大和法国因主力队员退役而不再具有竞争力,美国、澳大利亚和格鲁吉亚涌现出了具有奖牌竞争力的选手。女子除了美国和格鲁吉亚退出奖牌竞争之外,基本格局没有发生大的变化。

2. 当前男子金牌竞争主要在中国、俄罗斯之间展开，中国占据绝对优势。俄罗斯和格鲁吉亚的两位选手紧随中国选手之后，具有一定的竞争实力。当前女子金牌主要在中国和加拿大之间展开。我国女子若要在里约奥运会上夺取冠军。

3. 女子：提高女子刘玲玲的动作难度，全力发展难度，同时增加大赛经验。老运动员需要再增加 0.4 左右的难度，同时保持动作的稳定性和高质量。男子：稳步提高稳定性、质量，难度发展不保守。