

·竞赛与训练·

从新周期规则的变化特点看国际艺术体操发展趋势

汪敏¹, 杨雯¹, 朱振楠²

(1. 辽宁师范大学 体育学院, 辽宁 大连 116029; 2. 大连理工大学 体育教研部, 辽宁 大连 116022)

摘 要: 分析了 2009~2012 年国际艺术体操评分规则变化的主要特点, 预测当今国际艺术体操发展的新趋势, 结果表明: 规则的不断调整引导着艺术体操向着“技术化、艺术化、完美化、人文化、前沿化”的方向发展, 难、美、准、新、险将成为艺术体操发展的主流, 引领独具典雅气质的艺术体操项目在竞技大舞台上大放光彩。

关 键 词: 竞赛与训练; 艺术体操; 新周期规则

中图分类号: G83 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2011)03-0105-05

Trends of development of international rhythmic gymnastics from the perspective of characteristics of changing of rules in the new period

WANG Min¹, YANG Wen¹, ZHU Zhen-nan²

(1. School of Physical Education, Liaoning Normal University, Dalian 116029, China;

2. Department of Physical Education, Dalian University of Technology, Dalian 116022, China)

Abstract: The authors analyzed major characteristics of changing of rules for the scoring of international rhythmic gymnastics between 2009 and 2012, predicted the new trends of development of international rhythmic gymnastics today, and revealed the following findings: the constant adjustment of rules leads the development of rhythmic gymnastics towards the directions of making rhythmic gymnastic more technology orientated, more artistic, more perfected, more humanistic and more pioneering; difficult, beautiful, accurate, new and risky moves will become mainstream elements in the development of rhythmic gymnastics, and guide rhythmic gymnastics with unique elegant temperament to shine brilliantly on the stage of competition.

Key words: competition and training; rhythmic gymnastics; rules in the new period

竞赛规则是竞技体育比赛的准则, 它规定参赛者的条件, 制约着参赛者的行为, 是任何项目产生、发展的基础和依据。国际艺术体操评分规则既是裁判员评判成套动作编排的依据, 又是教练员进行成套动作编排的指挥棒。艺术体操作为奥运会较为典型的评分项目之一, 规则的变化无疑对艺术体操技术发展和成套动作创编有着至关重要的影响。国际艺术体操的波浪形发展走向, 以及历届规则的不断修改与完善, 尤其是 2009~2012 年版艺术体操国际评分规则(以下简称 2009 年版规则)大幅度、跳跃性的变化, 必然导致项目发展趋势的改变, 带动创新的跟进与发展, 引导国际艺术体操进入一个竞技难度与艺术美韵完美结合的全新时期^[1]。将“难巧”作为基础、“完美”视为

目标、“创新”作为艺术体操的生命力, 使现代竞技性艺术体操在难度、艺术、完成等层面上更上一层楼, 对全球艺术体操的发展影响重大。随着 2012 年伦敦奥运会的临近, 本文循着 2009 年版规则的变化特点, 分析规则精神背后国际艺术体操发展的新趋势, 旨在对其项目的发展提供创新思路, 从而为艺术体操可持续发展提供参考。

1 新周期国际艺术体操评分规则的变化特点 1.1 评分体系结构性的重组

由表 1 可见, 在每一个奥运周期中, 总分以及总分的分配比例都会发生改变, 而每一次改变都是针对上一个周期所出现的问题进行相应的调整。从总体来

收稿日期: 2010-12-12

作者简介: 汪敏(1964-), 女, 教授, 硕士研究生导师, 硕士, 国际级艺术体操裁判, 研究方向: 艺术体操教学与训练。

看, 2009 年版规则再次通过分值分配的调整, 修正了 2005 年奥运周期中过于强调完成的问题, 协调了难度与艺术过度失衡的局面, 提升了艺术价值的地位, 调整限制了动作难度过度发展, 将难度、艺术和完成放在同等重要的位置, 由上一周期的总分 20 分调整至

30 分, 并均衡分配在三者之间。由此可见, 在当前国际艺术体操水平接近、综合竞争激烈的形势下, 要想获得高分, 难度、艺术、完成任何一项都对最终成绩起着决定性的作用^[2]。

表 1 各奥运周期艺术体操总分分配情况

奥运 周期	身体难度		特殊艺术性/器械难度		基本编排/艺术		完成		总分
	分数	比率/%	分数	比率/%	分数	比率/%	分数	比率/%	
1997	4(A ₁)	20.0	0.3(A ₂)	3.0	5.7(A ₂)	27.0	10(B)	50.0	A ₁ +A ₂ +B=20
2001	10(A ₁)	33.0	3.0(A ₂)	7.5	7(A ₂)	17.5	10(B)	33.0	A ₁ +A ₂ +B=30
2005	10(D)	25.0	7.0(A)	17.5	3(A ₂)	7.5	10(E)	50.0	(A+D)/2+E=20
2009	10(D ₁)	16.5	10(D ₂)	16.5	10(A)	33.0	10(E)	33.0	(D ₁ +D ₂)/2+A+E=30

1.2 难度评分体系的技术化调整

2009 年以前版本的规则, 难度指的是身体动作难度, 包括跳步、平衡、转体、柔韧和波浪; 2009 年版规则在这部分做了很大的改动, 把器械动作归入难度之中, 将难度分为身体难度(D₁)和器械难度(D₂)两部分, 二者最高分值为 1:1。器械难度实际上是上一周期规则艺术价值中特殊艺术性加分的整体转变, 将器械难度彻底从艺术价值中剥离出来, 提升了其发展空间。同时, 2009 年版规则又将惊险性再次列为“难”, 并形成专门的评分体系, 促进艺术体操器械技术向着娴熟、惊险、创新的技术化方向发展。

对于难度内容体系的变更体现在规定身体动作组的改变。规定身体动作组(GCO)是各项器械特点的外在表现形式之一, 由此每一项器械都有着不同的规定身体动作组: 绳操对应跳步; 球操对应柔韧/波浪、棒操对应平衡、带操对应转体(圈操除外, 对应 4 个基本组)。虽然这一规定经历了许多版本规则的考验(见表 2), 在

运动员及教练员的脑海中形成较为定型的模式, 但随着项目的快速演变必然暴露出一些弊端, 表现为: 身体难度选用类型过于单一, 发展不均衡已经成为世界各国运动员普遍存在的问题。因此, 经历了几个周期都不曾改变的模式, 在 2009 年终审版规则中打破, 每项器械(圈除外)都由原先“单一 GCO”上升为“双 GCO”, 跳步和转体成为出现频率最高的两类身体难度技术类型。此外, 单个难度分值的调整也是难度内容调整的重点之一。2009 年版与 2005 年版规则对比, 跳步动作和转体动作的分值都有不同程度的提升, 特别是转体难度, 由原来每增加 360° 的旋转增加 0.2 分, 调整至每增加 360° 的旋转将在转体的基础上增加难度的价值。柔韧和平衡难度的分值变动相对较小。这一系列技术化的调整将跳步和转体推向身体动作难度的主要位置, 打破了一贯重柔韧、平衡, 轻跳步、转体的局面, 要求运动员掌握难度的类型要均衡、协调, 促进运动员身体素质全面发展。

表 2 各奥运周期艺术体操各项器械规定身体动作¹⁾

年份	绳	圈	球	棒	带
1997	∧	∧	└/┘	T	∩
2001	∧	∧、T、└/┘、∩	└/┘	T	∩
2005	∧	∧、T、└/┘、∩	└/┘	T	∩
2009	∧	∧、T、└/┘、∩	└/┘	T	∩
2009 终审版	∧、∩	∧、T、└/┘、∩	∧、└/┘	T、∩	∧、∩

1) “∧”表示跳; “∩”表示转体; “T”表示平衡; “└/┘”表示柔韧/波浪

对于难度内容体系的调整还体现在成套动作中身体难度数量的改变, 个人成套动作由最多 18 个限制到最多 12 个单难度, 集体项目由最多 18 个限制到最多 14 个单难度。这样, 在总时间不变的情况下, 身体难

度数量受到了极大的限制, 难度数量的减少, 意味着成套动作中难度堆积得到缓解, 杜绝了项目横向编排雷同现象。同时, 身体难度的分值并没有因此而变化, 仍保持 10 分, 这必然引导着身体难度的编排向着高价

值且独创的方向发展。由特殊艺术性变化而来的器械难度分值由原来的7分升至10分,相对于身体难度而言,器械难度分值比例有所提高,在成套动作中表现为器械难度的数量增多,运动员可以利用更多的时间来完成器械难度,减少成套中的竞技难度,增加艺术元素,最大限度地发挥自主创造性,彰显独特风格,使成套动作编排更加艺术化、多样化,更具观赏性。

自2001年奥运周期开始,为确保成套动作编排的多样化,就已经对难度的使用进行了严格的规定,即每个难度只许使用1次,重复出现的难度不予计分,但忽视了对完全相同姿势难度动作的使用限制。例如“阿提丢转体360°”与“阿提丢转体720°”不属于两个完全相同的难度动作,可以重复使用。正因为这一弊端,运动员在成套动作编排中出现了难度选择过于偏激、类型单调的情况。2009年版规则针对这一问题进行了强制性的规定,重新梳理了身体动作难度选编的相关条例,明确规定:相同姿势的难度动作,即不考虑有或无旋转或软翻或慢转或波浪或旋转的数量,只要躯干和腿之间的关系没有发生改变的动作,一律不予计分。这一强制性规定不仅限制了极限难度的过多使用,也进一步拉开了创新创编的序幕,为创新难度的发展提供了保障。

1.3 艺术评分体系还原艺术本色

在2007年版国际艺术体操评分规则中,艺术价值是由音乐、基本编排以及特殊艺术性,即器械的使用构成。其中,音乐和基本编排各占艺术价值10分之中的1分和2分,两者仅占成套动作总分的8%。艺术价值虽为其名,却将“艺术”藏匿于“难度”之中,使艺术体操“艺术性”与“竞技性”之间的冲突不断加深。2009年版规则最大的变化特点就是艺术价值评分体系的结构发生了重大调整,取消以往特殊艺术性加分,只保留了音乐和舞蹈编排两大经典部分,使音乐和基本编排成为艺术价值的全部组成,成为成套得分的重中之重。

艺术价值的评价方式出台了一套相对较为完整的扣分标准体系。2009年版之前的规则对于艺术价值的评判都是将音乐、舞蹈编排的基本分与特殊艺术性相加构成,特殊艺术性占艺术价值10分中的70%,而仅占30%的音乐与舞蹈编排的评分标准也是模糊不清,以至于裁判员在面对复杂、凌乱的器械动作时,常常忽视对于音乐、舞蹈编排的评判,原本3分的音乐和舞蹈编排更是无法拉开运动员之间的差距,直接导致运动员、教练员对于音乐、舞蹈编排的忽视。2009年版规则的出台,不仅给予艺术价值分值上的重视,还原艺术本色,还对艺术价值的评判内容与相应的分

值进行了具体量化,从根本上避免了裁判员对艺术价值评判的任意性、盲目性、不确定性,大大降低了裁判员在评判过程中的主观性,使艺术价值的评判更加公平、公正和专业化。同时,艺术价值扣分标准突出了关键的扣分点,对于每一个环节都具有较强的针对性,使艺术价值成为指导成套动作创编具有艺术性、美感的主要手段。因此,这一系列重大修改,不仅是一个体系的日益完善,更加具有意义的是还原了艺术价值的艺术本色,使艺术价值真正具有艺术本身所拥有的特点,“艺术美韵”得到了前所未有的重视,每一个评分标准都将“艺术美”摆在首要位置,实现了向观众和裁判传递情感信息并展现编排思想的目的。

1.4 “完成”评分体系的不断完善

虽然在2009年版评分规则中,“完成”在总分中所占比例有所下降,但“完成”作为赛场上的唯一可控因素,它的隐性价值在于它能够影响难度价值和艺术价值的高低。从历届艺术体操评分规则精神中可看出,“完成”评分体系在不断被强化,“完成”的评分标准也随之得到完善,规定着成套动作走向规格化方向。首先,2009年版规则在“完成”评分体系中增加了新的扣分标准,其中包括分别针对跳、转、平、柔的相应细节扣分标准,无抛的无意识移动以及由原先艺术价值中提取出来的运动员静止和器械静止等。细节决定成败,这些细小标准的增加更进一步向运动员和教练员传递了规则的主体精神,要求运动员和教练员在不断追求高价值、高难度、高惊险的同时,应注重细微环节。其次,扣分标准更加精确,使概念更加科学合理。其中包括部分扣分标准分值的调整,以及一些不合理扣分标准的删除。正确的导向、正确的定位才能使规则具有权威性,运动员得到公正、客观的评判。可见,“完成”评分体系的不断完善引导着动作规格成为艺术体操有序发展的前提条件,高规格、高质量的“完成”和百分之百的成功率成为新的训练目标^[3]。

2 国际艺术体操发展新趋势

2.1 评分体系的重新构建促进艺术体操“技术化”发展

新规则的问世,改变了身体难度与器械难度发展不均衡的局面,完善了难度价值体系,将身体难度与器械难度放到了对等的位置,使难度价值的概念明朗化,同时还将它们的关系明确化——所有身体难度完成时没有与器械的熟练性结合将不作为难度计分。而这里的器械熟练性已不是一个简单的器械动作,而是必须由器械基本组与器械的加分标准共同构成的有抛或无抛的熟练性动作。高质量完成身体难度已经不是易事,再结合具有一定难度的器械动作更是将成套动

作推向了一个新的高难度。与此同时,惊险动作的重返,为成套动作编排走向高难度、高惊险的技术化趋势打开了另外一扇大门。在20世纪90年代初期,具有0.1分分值的惊险性动作拉开了艺术体操走向竞技性的帷幕^[4],而它这一次的重返没有最高分值的限制,且是作为器械难度再现。抛接器械本身已经给人一种惊险感,而运动员在高抛器械的同时再完成一系列的动力性旋转动作,更进一步将艺术体操的高难度、高惊险展现得淋漓尽致。因此,惊险动作必将成为推动成套动作编排走向难、险技术化的又一新台阶。

2.2 难度与艺术的重新梳理使艺术体操向“艺术化”发展

过分追求竞技性,一味增加动作难度,只会以牺牲艺术价值为代价^[5]。艺术价值的根本属性,音乐与舞蹈编排,在经历了几个周期被忽视之后,终于,回到了自己的主体地位。规则将成套规定身体难度动作数量的减少、艺术价值评分标准的具体与量化,这一系列的修改无疑将“竞技”与“美韵”两大体系的关系进行了重新整合。同时,艺术价值中对于“难度分配不均匀”、“不同器械组之间使用缺乏多样性”等有关难度价值的评判,同样将美渗透到了难度创编之中,用艺术美韵修饰原本单调的竞技动作,赋予竞技动作更加美伦美奂的生命力,充分展现了艺术体操的柔美、难美和惊险美。由此可见,2009年版规则重新梳理了难度价值与艺术价值两大评分体系,阐述了竞技与艺术完美结合的辩证关系,明确了艺术体操必将迎来竞技难度与艺术美韵完美结合的全新时期,引领着竞技艺术体操发展的艺术化趋势^[6]。

2.3 “完成”标准的重新整合使艺术体操向“完美化”发展

艺术体操成套动作分值是由技术价值、艺术价值、完成3部分组成,“完成”是艺术体操比赛的核心,是在赛场上的最大可控因素。2009年版规则将“完成”在总分中的比重调整至与技术价值、艺术价值相同,虽然所占比重有所减少,但其扣分标准愈加合理、科学,扣分力度的不断加大,同样要求运动员应对场上的完成情况更加重视,教练员应对运动员的动作技术的规格要求、完成标准提出更高要求。

动作的完美无缺意味着完美技术的追求,高规格、高质量、精准无误的“完成”动作;意味着最大限度地展现创新编排的艺术效果,用精彩绝伦的成套动作征服裁判,获得高分。可以说富有创意的编排,提升了成套动作的艺术价值和基本编排档次,那么精准无误、稳定的“完成”不但确保“完成”不失分,并推动了技术价值和艺术价值的上升,动作的完美无缺是

获得优异成绩的关键因素,是决定成套动作价值品级的重要标准,是艺术体操创新发展成功的基础,是艺术体操永续发展的生命线。

2.4 创新理念的重新挖掘使艺术体操向“前沿化”发展

艺术体操是技能类难美项群中表现类项目之一,艺术体操的发展是不断创新的发展,创新是其发展的生命。艺术体操项目的“创新”与体操、技巧、蹦床等项目不断创新的单个高难度动作或动作群不同,而是倾向于成套动作创新编排的艺术效果,其中难度的创新发展是体现成套动作编排整体艺术效果必不可少的重要组成部分,是艺术体操创新发展的永恒主题。2009年版规则对于身体难度使用的限制推进了身体难度创新的发展。在艺术体操发展进程中,身体难度动作一直是成套动作编排的创新主题,并且有较大幅度的发展,但是器械技术的发展相对于身体技术来说还较为缓慢,为了促进器械技术的快速发展,2009年版规则将器械技术价值从艺术价值中分离出来,归为技术价值,并由难度裁判进行评分,这样更加强了器械的新技术,使其有着巨大的潜力和多样化的创新发展空间,以此凸显艺术体操“手持轻器械”的项目特征。

新规则导向下,艺术体操的创新发展不仅体现在技术价值上,也体现在其艺术价值的创新上。艺术价值作为成套动作编排的核心要素,要想获得较高的分值,必须从艺术价值的两大关键部分,即音乐和舞蹈编排入手。首先,音乐应与动作发展相连贯、风格相一致,将音乐与运动员的个性特点、肢体动作以及情感完美相融合,形成浑然天成的一个整体。规则中对于背景音乐扣分力度的加大,正是指引着音乐的选编应走向创新、独特的新趋势。其次,舞蹈编排的特点是自始至终尽可能用身体动作和器械动作通过统一信息来表达一个主体思想,其中身体动作和器械动作是由技术、美学、情绪等与音乐有关的连接要素来连接的,而并不是几个无关难度组合起来的成套编排。由此可见,这一系列的身体动作、器械动作及其之间的连接要素必须新颖、独特、巧妙,只有丰富多彩、独具特点的动作编排才能提升成套动作编排的档次,提高成套动作的艺术价值。目前,世界各国都在尽力挖掘具有自己独特民族文化特色和文化底蕴的艺术元素,将这些元素融入到音乐的选配和舞蹈的编排之中,并以运动员充满个人艺术魅力的肢体展现,必将成为经典的成套动作。因此,融入独特的民族文化特色和文化底蕴的创编必将成为新一代的编排理念,引领着项目创新的发展。抓住了“创新”,就抓住了发展的中心、发展的规律、发展的脉搏,永远走在项目最前端,

使创新引领着项目的发展，给项目注入新鲜的活力。

2.5 竞技与人文的重新审视使艺术体操向“人文化”发展

在过去几个奥运周期中，艺术体操伴随着竞技体育的快速发展，顺应着“更高、更快、更强”的竞技体育理念，其竞技性特征越发明显，主要体现在身体难度类型不断增加、分值不断提升。但与之而来的是运动员运动生涯的缩短、伤病率的骤升，这一问题引起了广大学者对“竞技化”与“人文化”关系的重新思考。新规则的修改较好处理了这两者之间的关系。新规则将个人与集体的规定身体难度数量分别减少至12、14个，删减掉规则中一些容易导致损伤的膝部支撑动作，并将部分上体优势的后屈动作降低了分值。这一系列调整并没有完全抹杀艺术体操的竞技性，同时还将对运动员的人文关怀得以充分体现，将“以人为本”思想充分贯彻，使艺术体操项目的发展符合社会发展规律，为艺术体操项目的可持续发展奠定了坚实的基础。

艺术体操已进入难、美、准、新、险的全新时期，“技术化、艺术化、完美化、人文化、前沿化”已成为艺术体操新的发展走向，因此教练员和运动员必须不断开拓自己的视野，掌握新周期规则的变化特点，把握当今技术发展脉搏，洞察国内外艺术体操发展动向，不断钻研，勇于创新，将艺术美韵与竞技难度共同运用于成套动作编排之中，将完美的“完成”质量作为训练的基石，加强对运动员的人文关怀。2009年

版规则的调整是一次具有深远意义的全新变革，它的变革引领着项目发展理念和训练体系的改变，为世界各国提出了崭新的机遇和挑战，各个队伍只有抓住机遇才能在新的奥运周期中崭露头角，彰显独特的竞技魅力，在竞技大舞台上取得更加辉煌的成就。

参考文献：

- [1] 郭秀文, 郭蕾. 国际艺术体操评分规则的演变特征[J]. 中国体育科技, 2010, 46(1): 102-105.
- [2] 龙春晓, 胡凯, 赵玉华. 2010 终审版规则下艺术体操身体难度发展态势[J]. 体育学刊, 2010, 17(9): 79-82.
- [3] 樊莲香, 刁在箴. 动作质量与编排创新的和合之美——论北京奥运会我国艺术体操集体项目成功之道[J]. 体育与科学, 2009, 30(2): 79-81.
- [4] 单亚萍. 中国艺术体操对面临新周期国际艺术体操评分规则变化的挑战[J]. 北京体育大学学报, 2008, 31(5): 694-696.
- [5] 梁竹, 梁桦. 艺术体操的竞技化与艺术价值——新规则带来的思考[J]. 成都体育学院学报, 2002, 28(3): 55-57.
- [6] 洪小平. 2009 年艺术体操新规则艺术价值导向研究[J]. 中国体育科技, 2010, 46(4): 14-19.
- [7] 2009 国际艺术体操评分规则[S]. 国家体育总局体操运动管理中心, 2009.
- [8] 2009 国际艺术体操评分规则终审版[S]. 国家体育总局体操运动管理中心, 2009.

