

## 我国艺术体操个人成套动作艺术价值提升的路径

汪敏<sup>1</sup>, 张鹃<sup>1</sup>, 李灿<sup>2</sup>

(1. 辽宁师范大学 体育学院, 辽宁 大连 116029; 2. 郑州大学 体育学院, 河南 郑州 450044)

**摘 要:** 依据艺术价值基本编排评分体系, 对 2010 年艺术体操“全国冠军赛”成年个人单项决赛前 8 名运动员的 4 项器械成套动作编排特征进行研究, 结果表明: 基本编排内容是艺术价值评分体系的核心要素, 时空运用形式不均衡、器械动作陈旧化、身体动作低质化影响艺术价值提升的空间。凸显成套动作编排质量、提升成套动作空间感、保障成套动作完美、提高成套动作整体效果, 是提升艺术价值的有效路径。

**关 键 词:** 竞赛与训练; 艺术体操; 个人项目; 成套动作; 艺术价值; 中国

**中图分类号:** G808 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2012)04-0107-04

### Ways to uplift the artistic value of individual routine moves in rhythmic gymnastics in China

WANG Min<sup>1</sup>, ZHANG Juan<sup>1</sup>, LI Can<sup>2</sup>

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

2. School of Physical Education, Zhengzhou University, Zhengzhou 450044, China)

**Abstract:** Based on the artistic value basic layout scoring system, the authors studied the layout characteristics of routine moves for 4 instruments, made by top 8 players in individual single event finals in “National Championships” of rhythmic gymnastics in 2010, and revealed the following findings: the contents of basic layouts are core elements of the artistic value scoring system; unbalanced space time application forms, obsolete instrument move selection and degraded body movement expression affect the room for uplifting artistic value; highlighting the quality of routine move layout, promoting the sense of space of routine moves, ensuring the perfection of routine moves and enhancing the overall effect of routine moves are effective ways to uplift artistic value.

**Key words:** competition and training; rhythmic gymnastics; individual event; routine moves; artistic value; China

艺术体操作为难美项群中的项目, 在强调高难技术发展的同时, 也在不断挖掘艺术潜质和美的内涵。2009 终审版规则中艺术价值权重由 2007 版规则的 25% 提升到 33%, 并将艺术组中的特殊艺术性移入难度组, 使只包含音乐和基本编排的艺术价值如今终于从若隐若现中被单独分列出来, 成为一个独立的部分, 使其更具本身艺术的特点。规则变化对基本编排评分内容的量化与扣分力度的严惩化, 更加凸显了基本编排的重要地位, 是艺术价值评分标准的重头戏。现阶段我国个人项目成套动作的基本编排只考虑无限追攀高价值的难度动作, 忽略了完成的可行性, 是导致我

国艺术体操个人项目处于劣势的重要原因。成套动作在竞技化与艺术化的交集中释放运动员对美的激情、美的魅力没有得到充分体现, 失去了真正赋予成套动作流畅奔放的艺术美感和高质的艺术感染力, 影响了艺术价值的提升, 是阻碍我国个人项目发展的瓶颈。为此, 本文以阻碍我国艺术体操个人项目艺术价值提升的基本编排为切入点, 对艺术体操 2010 年“全国冠军赛”成年个人单项决赛前 8 名运动员 4 项器械成套动作的基本编排进行剖析, 旨在优化编排的基础上探索提升艺术价值的有效路径, 为我国艺术体操个人项目发展提供新思路。

收稿日期: 2011-08-21

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

## 1 基本编排是艺术价值评分体系的重头戏

### 1.1 基本编排内容是艺术价值评分体系的核心要素

基本编排既体现运动员运动技术水平的高低,也是艺术体操艺术价值赖以发展的核心要素,编排的不断更新与完善是艺术体操项目快速发展的源泉,实现多维空间、多元运用的编排体系与高规格高质量的完成是双重拉动成套动作艺术价值品级的创新之举。成套动作编排既不是单个动作的堆砌,也不是简单动作的罗列,而是注重成套动作的统一性、关联性,要统一于一个主旨,综合考虑技术、美感和情绪与音乐等因素在时间、空间共同融合所表达的主题思想<sup>[1]</sup>。基本编排作为艺术价值评分体系中的关键环节对比赛成败起着至关重要的作用,基本编排的主干是由总则、器械动作的选择、身体动作的选择 3 部分组成,身体动作与器械动作的选择是成套动作的基本价值基础,是影响运动成绩和体现竞技性艺术体操难美特征的关键因素,只有保证身体动作与器械动作轻松自如地完成,才能感染裁判和观众,最终体现身体、器械动作在编排中的基本价值,而场地使用、左手运用、抛接技术、器械运用、身体难度、伴随动作 6 要素是 3 部分的重要分支,是衡量基本编排是否具备艺术性,且直观体现编排弱势的显性因素。如果成套动作编排合理巧妙,并以高规格、高质量完成做保障,那么成套动作在彰显艺术价值同时,身体难度和器械难度都将获得最大价值。因此,基本编排的 3 部分 6 要素是艺术价值评分体系的核心,是我国选手与顶尖选手抗衡的资本。

### 1.2 我国艺术体操个人项目基本编排的特征

#### 1) 时空运用不均衡影响成套动作基本编排档次。

艺术体操动作都是在一定空间内完成的,又受空间条件的制约<sup>[2]</sup>。运动员充分使用场地可以突出艺术体操的跃动之美,体现优雅与美的艺术价值。从艺术体操 2010 年“全国冠军赛”成年个人单项决赛前 8 名运动员 4 项器械成套动作场地使用情况来看,发现类型较为单调,大多采用直线型、折线型,以对角线上的长距离移动最为普遍。除极个别优秀运动员充分使用场地外,大部分运动员对 13 m<sup>2</sup>的场地运用不足,多集中在右侧 2/3 场地,对于左侧 1/3 场地,运动员都不自觉的留有 1~2 m 的“危险区”望而却步,且左前角位置的使用极其少见,同一区域与空间的使用过多,没有重视路线的艺术性。4 项器械相对而言,带操场地分布较为均衡,且使用场地形式多样。相反,受球器械基本特性的影响,在球操成套动作中的场地使用类型较为简单,多以直线移动为主。由于圈器械本身空间较大,且具有面的特殊性,所以决定了路线移动幅度大,空间运用形式多等特点,使路线轨迹充满活

力。而在绳操 8 套成套动作中,有 5 套动作是以左后角作为起始位置,都是经过不同方式的移动后到达右前角,固定对角线的移动反映了路线编排的大同小异。

规则对左手运用没有特殊的硬性加分,但是基本编排不可或缺的要素之一,是衡量运动员综合技术水平的外在表现形式,为成套动作编排增添多元效果。对 4 项器械成套动作中左手独立完成动作情况进行统计可知,虽然圈操中左手单独完成的动作数量是 4 项器械中最多的一项,共出现 58 次,抛技术无一人使用,简单的经左手传递器械为 28 次,长臂滚动圈必经左手的持圈动作为 10 次,两种毫无意义的持器械动作占据了左手使用器械总数的一半之上,使左手动作丧失了运用的价值。将器械悬挂在肢体上或取悬挂在肢体上的器械的非真正左手运用共出现 7 次,除此之外,左手接器械的 8 次、绕动圈的 5 次,符合真正的左手运用。虽然带操左手完成动作总数少于圈操,但真正左手运用带的次数最多、类型最为丰富,包括抛、接、绕、螺、蛇以及拉带、传递在内的 7 项技术,其中抛技术占据首位,为 10 次,蛇、绕技术运用次数均为 7 次,拉带尾运用 6 次,螺技术运用 5 次与传递动作使用次数相同,接技术为 3 次。球操左手动作总体数量明显少于圈操和带操,但左手抛技术是 4 项器械中运用最多的一项,为 12 次,体现球操基本特性的滚动、拍球分别为 7 次和 5 次,传递与接技术的运用均为 4 次,还有 6 次是严重影响艺术价值的持球静止动作。

#### 2) 器械动作选择陈旧影响成套基本编排的提升。

器械动作的选择在强调器械技术动作的多样性同时,明确强调了抛接技术的多样性,即面、方向、水平、方式。抛接技术是完成惊险性动作的前提,决定成套动作编排档次的关键因素<sup>[3]</sup>。通过对 4 项器械 32 套成套动作中抛接技术的运用情况统计可以看出,圈操、球操抛技术运用明显多于绳操、带操。从抛接方向来看,带操的完成最为丰富,除正方向抛 16 次、原地与斜方向抛各 4 次外,还包括向后抛 5 次,反之,在绳操中仅出现原地抛 4 次、斜方向抛 2 次,其余 29 次全部为正方向抛,缺少方向变化的新鲜感。抛接类型则是我国个人项目最为薄弱的环节,其中球操 26 次原地向上的大抛中 25 次均为难度跳抛,1 次难度转抛,剩余 20 次大抛几乎由协助发力的小跳抛和软翻抛包揽,固定化套路模式让观众没有任何遐想。在球操接技术中充分体现了我国运动员器械运用的不足,最为基本的单手或双手接器械使成套动作生涩,不具技术含量的双手抱接球出现次数较多,缺乏世界顶级选手如鱼得水般的运用。在 8 套成套动作中接技术失误高达 6 次,抢接器械不占少数,完全影响了空间效能。

在带操不用手的12次抛技术中,抛的形式单一,全部为脚挂带伴随身体旋转向正前方的抛,使观赏者乏味、厌倦,出现审美疲劳。在绳操全部填入难度表给予难度评价的32次大抛技术中,有17次双折绳的垂直抛,持绳中抛出现12次,全部为左脚挂绳、以软翻起始的惊险性动作抛,三折绳抛仅有1名运动员完成2次,而持打开的绳抛仅出现了1次。受圈面特殊性的带动,圈操抛接类型相对多样,抛转动中的圈运用7次,不用手的抛运用20次,但颈部抛仅出现1次。圈操接技术运用的类型也最为丰富,除正常运用手接器械外,运用穿圈17次,赋有惊险性动作的腿夹圈6次,完成质量欠佳的接圈同时臂滚以及脚踩圈各4次。

器械基本组是检验各项器械运用是否多样化的凭证,是体现运动员综合运用器械的能力<sup>[4]</sup>。统计特定基本组可以看出,圈操特定基本组类型是各项器械中最多的1项,有9种,但总体使用的类型却表现最少,数量的体现仅为125个,主要集中在○、⊕两种类型上,而⊗、⊗、⊗、⊗、⊗、⊗、⊗使用类型明显不足甚至无人使用,没有真正体现圈操项目特点,表明我国运动员在圈操特定基本组的运用上,较不均衡,只停留在简单的器械运用上,缺少编排多样化,大大地降低了成套动作整体编排效果。带操特定基本组类型低于圈操,为7种,但总体使用类型较均衡,数量的体现是4项器械中最多的,为202个,“螺形”、“蛇形”运用次数分别为75、56次,但在其它类型的体现还不够充分。从4项器械的“连抛”类型来看,该技术是我国运动员在器械特定基本组中的弱势技术。

### 3) 身体动作表现低质化影响成套动作品级。

规则中强调,身体动作应伴随着头、劲、肩、手等部分倾尽全力的整体性完成,并明确指出缺乏表现力将予以0.5的扣分。表现力是指在完成成套动作中,自身潜在能力特点的凸显和流露。伴随动作是艺术体操表现力的媒介,是通过头、眼、颈、手、肘、臂、身、胯、足等人体部位的协调活动来传达运动员的思想,形象地借以表情达意的一种沟通方式,是最直接、最尖锐、最单纯而又最充实的表现形式。我国运动员完成成套动作对美的展示完全不足,明显缺乏身体部位细腻的表现力,只是通过单独面部表情,单独四肢动作等某一部位来体现动作美,缺少头、颈、躯干、双手的共同参与,没有多个身体部位的配合,无法诱发观赏者内心丰富的情感,说明目前我国对伴随动作的重视程度不够。

完成情况是场上动作质量的显性表现,它的隐形价值在于它能够左右难度和艺术分值的高低<sup>[5]</sup>。通过对32套成套动作规定身体难度进行统计,发现我国运动

员在身体难度的选择上基本符合规则要求,其中4项器械所共有的跳步类规定身体动作组选用最多,8套成套动作共完成123次,超出规则底线11次,其次是除圈操外其它3项所共有的转体类规定身体动作组,共完成101次,我国较占优势的柔韧类,共完成96次,最后是仅在囊括完整身体难度的圈操中出现的平衡类,共完成56次,虽然4项器械的身体难度保证了无缺组现象,但完成质量不佳,没有完成作为保障再唯美的编排。我国运动员身体难度完成质量最好的带操平均得分也只有6.80分,其次分别是圈操6.73分,球操6.44分,绳操的身体难度完成质量最差,仅为5.98分,跳跃、转体难度发力匀速,平衡、柔韧难度连接慢速,是阻碍成套速率、影响成套质量的根本因素。

## 2 我国艺术体操个人成套动作艺术价值的提升路径

### 2.1 提高成套动作的编排质量

艺术体操成套动作编排合理性是彰显艺术价值时空特性的关键,从运动员每个动作的移动方向能够外显整个场地的使用布局,变换别出心裁的路线结构将给观赏者带来不同凡响的视觉冲击。因此,在艺术体操个人成套动作编排时,一是场地使用势必要合理、巧妙,在满是呆板的线和角的场地中融入圆润的线条、多姿的图形,提高成套动作的视觉审美效果。二是除选用惊险性动作、跳步类动作外,还应运用节奏步等赋有加分因素的动作变换路线的形式,移动距离长短兼顾、快慢交错,将赋有激情的速度与游刃有余的动作融会贯通动静有致的移动彰显成套动作流动美。三是提高左手动作完成质量,不再因考虑左手技术较弱而刻意避开左手运用的选编,造成只是简单的传递动作,加强左手技术的训练势在必行。

### 2.2 提升成套动作的空间感

高规格高质量地完成抛接技术动作是提升成套动作空间感的主要措施。因此,运动员自身要提高完成抛接技术的自信度。由于抛接技术出手时间和力度的掌控相当难,应紧抓抛接技术的基础训练,采用有效的双器械训练法,利用同种器械、不同种器械,双手持双器械、单手持双器械等训练提高抛接器械的准确性。还有,从动作编排要充实抛接类型,设计惊巧动作,大胆尝试新连接,除增加背后抛接、脚下抛接等技术外,还应融入身体其他部位、特殊难度的抛接,合理、巧妙地按照器械运动轨迹,使抛接动作不单纯是形式上的应付,而是,促使成套动作更加饱满、充实,提升空间感。

### 2.3 保证成套动作的完美

从规则的角度看,我国运动员对身体难度的编排基本符合要求,但提高身体难度动作完成质量刻不容缓。不合理的身体难度动作的编排不但得不到加分,还将追扣完成分,也直接影响了成套动作的艺术品级。下一周期(2013~2016年)规则将柔韧素质作为身体难度中的基础因素出现,不再列为难度价值的评分内容,换言之,柔韧素质将是未来身体难度动作完成质量的保障。因此,我国艺术体操基础训练体系应加大柔韧素质训练力度、大幅提升柔韧素质水平,利用运动生物力学、人体解剖学等跨学科理论对平衡重心、转体速度、跳跃高度等技术动作进行细腻研究,保证动作精致完成。

### 2.4 提高成套动作的整体效果

从运动员个体到成套动作整体时空意象的流动是勾勒三维立体画面的关键所在,展现场地分布、身体动态、器械层次轨迹的空间元素是打造新颖编排的最佳途径。无论是场地使用的移动轨迹,器械运用的路线轨迹,还是身体难度的动作轨迹,都是续写空间千变万化、增添空间多维效果、突显唯美空间的绝佳策略。器械抛接中的高度、方向、形式、类型的技术运用是成套动作所追求的目标,创造高空器械动作、丰富器械运动方向、改善器械形式,增加空中器械类型是提升空间感和鉴赏效果的重中之重。加快圈操、绳操的翻转速度,增加带操中构成螺、蛇等基本动作的数量,缓急交错地完成球操滚动动作,展现成套动作的节奏美。身体动作的完成速度是致缓成套动作速率的源头,提高转体速度,加快跳跃节奏、取消平衡及柔韧停滞动作,是赋予成套动作速度美的重要环节。身体难度动作中跳跃的流动性、柔韧的幅度美、平衡的定位化、转体的速度感是成套动作的决胜因素,是观赏者定格成套档次的重要标准。只有使跳的线、转的点、平柔的面在多维空间中展现的淋漓尽致,为成

套动作的整体效果注入新鲜的活力,提升成套动作的艺术价值<sup>[6]</sup>。

## 3 结论

(1)时空运用形式不均衡影响艺术价值编排档次,在保证优质完成的前提下,变换别出心裁的路线结构、增加抛接等高技术含量的左手动作,赋予其真正运用价值,以增添成套动作活力,提升成套动作魅力,彰显成套动作跃动之美。

(2)器械动作选择陈旧影响艺术价值提升空间。因此,夯实精准抛接保障艺术价值、创新器械运用助长艺术美韵。

(3)身体动作表现低质化影响艺术价值品级标准,完成与编排的均衡发展是支撑竞技艺术体操生存和发展的两大根基,成套动作的完美无缺是提升艺术价值的成功保障。完善动作质量提高鉴赏品级、增添伴随动作传达神情韵味,充分体现“点、线、面及多维”的空间艺术。

## 参考文献:

- [1] 郭秀文. 国际艺术体操评分规则的演变特征及其对我国艺术体操发展的启示[J]. 体育学刊, 2010, 17(3): 77-79.
- [2] 缙小燕. 艺术体操项目中圈器械技术与身体动作耦合之研究[D]. 北京: 北京体育大学, 2010.
- [3] 胡效芳. 国际艺术体操评分规则(2009 终审版)[S]. 国家体育总局体操管理中心, 2009.
- [4] 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.
- [5] 尤春晓, 胡凯. 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.
- [6] 樊莲香, 刁在箴. 动作质量与编排创新的和合之美[J]. 体育与科学, 2009, 30(2): 79-81.

