

我国竞技攀岩发展的基本经验及新时期高质量发展的路径

彭召方 江玉辉 国伟 罗付刚 邓菊会*

贵州医科大学运动与健康学院, 贵州 贵阳 550025

[摘要] 积极申办国际比赛、实施开放发展战略、大力推广群众攀岩、社会力量广泛参与、完善的赛事体系等是我国竞技攀岩发展的成功经验, 但也存在区域发展不均衡、单项竞技实力发展不平衡、后备竞技实力不足、高水平教练储备不足、基层训练的科学化水平不高等问题。新时期, 为了实现我国竞技攀岩的高质量发展, 建议: 注重竞技攀岩的协调发展、加强高水平教练的培育力度、持续推广大众攀岩运动、提升基层训练的科学化水平等。

[关键词] 竞技攀岩; 基本经验; 问题; 高质量发展

DOI: 10.33142/fme.v3i1.5770

中图分类号: F812.0

文献标识码: A

The Basic Experience of Competitive Rock Climbing Development in China and the Path of High-quality Development in the New Era

PENG Zhaofang, JIANG Yuhui, GUO Wei, LUO Fugang, DENG Juhui*

School of Sports and Health, Guizhou Medical University, Guiyang, Guizhou, 550025, China

Abstract: The successful experience of China's competitive rock climbing development is to actively bid for international competitions, implement the open development strategy, vigorously promote mass rock climbing, widely participate in social forces, and improve the event system. However, there are also some problems, such as unbalanced regional development, unbalanced development of individual competitive strength, insufficient reserve competitive strength, insufficient reserve of high-level coaches, and low scientific level of grass-roots training. In the new era, in order to realize the high-quality development of competitive rock climbing in China, it is suggested to pay attention to the coordinated development of competitive rock climbing, strengthen the cultivation of high-level coaches, continue to promote mass rock climbing, and improve the scientific level of grass-roots training.

Keywords: competitive rock climbing; basic experience; problems; high quality development

引言

攀岩是从登山运动中衍生出来的竞技运动项目^[1], 它要求攀登者充分协调上肢、下肢和躯干力量, 在不同高度、不同角度及不同介质的岩壁上连续完成转身、引体、动态窜跳等一系列攀登动作, 素有“岩壁芭蕾”之美称^[2-3]。攀岩运动兴起于 20 世纪 50 年代的欧洲, 1974 年攀岩项目被列为正式国际比赛项目, 国际上主要的攀岩比赛项目有速度赛、难度赛和攀石赛^[4]。

我国攀岩运动的起步较晚^[5], 但经过 30 多年的普及和发展, 大众攀岩在逐步兴起, 竞技攀岩也取得了一定进步, 尤其是速度攀岩, 涌现出了如钟齐鑫、宋懿龄、何翠莲等世界攀岩速度赛冠军并且屡破世界纪录, 我国已然成为速度攀岩最强的国家之一^[6], 但我国竞技攀岩的整体实力尤其是难度、攀石与斯洛文尼亚、俄罗斯、日本等攀岩强国仍有很大差距。2016 年 8 月, 国际奥委会执委会宣布, 竞技攀岩正式纳入 2021 年东京奥运比赛项目, 此后, 国内学者对竞技攀岩的关注度有所提升, 但文献总量依然较少, 同时, 鲜有研究者对我国竞技攀岩发展取得的成绩、经验和存在问题等进行系统研究。基于此, 本研究对我国竞技攀岩取得的成绩、积累的基本经验、现存问题等进行系统梳理, 在此基础上提出新

时代我国竞技攀岩的高质量发展路径, 以期为我国竞技攀岩的更好发展提供助力。

1 我国竞技攀岩取得的成绩

1.1 世界攀岩锦标赛

在攀岩成为正式奥运会比赛项目前, 世界攀岩锦标赛是世界最高级别的攀岩赛事, 其奖牌获得情况反应着一个国家的最高攀岩竞技实力。中国队在历届(1991-2019 年)攀岩世锦赛共获金牌 5 枚(占总金牌数的 5.2%), 排名世界第 7; 共获银牌 8 枚(占总奖牌数的 2.8%), 排名世界第 11。男子方面, 我国选手钟齐鑫斩获了 2007 年、2009 年、2011 年、2012 年四届攀岩世锦赛速度赛冠军。女子方面, 中国女队包揽 2009 年攀岩世锦赛女子速度赛金牌(何翠莲)、银牌(何翠芳)、铜牌(李春华), 并斩获 2019 年攀岩世锦赛女子速度赛亚军(牛笛)。

1.2 亚洲攀岩锦标赛

亚洲攀岩锦标赛是亚洲最高级别的攀岩赛事, 在历届(2000-2019)亚洲攀岩锦标赛上中国男队共获得 4 金 7 银 11 铜, 其中, 难度赛 2 金 2 铜、攀石赛 1 金 3 铜、速度赛 4 金 4 银 5 铜、全能赛 1 铜。中国女队共获得 7 金 11 银 7 铜, 其中, 难度赛 1 金 2 银 2 铜、攀石赛 1 金 1 铜、速度赛 6 金 8 银 4 铜。

1.3 亚运会攀岩比赛

2018年, 攀岩运动首次成为亚运会正式比赛项目, 中国队共派出男、女各9名运动员参赛, 最终在男女速度个人(钟齐鑫收获银牌、何翠莲收获铜牌)、男女速度接力(男子速度接力收获铜牌、女子速度接力收获银牌和铜牌)4个项目上共获得2银3铜。在男子、女子全能赛中, 4名中国队选手均未能获得好名次(马自达预赛第九、潘愚非第十三、蒋融第八、仁青拉姆第十一), 无缘决赛。

2 我国竞技攀岩发展的基本经验

2.1 积极申办国际比赛

自2007年国际攀联(IFSC)从国际登山联合会中独立出来以后, 每年举办1次攀岩世界杯(12-16站), 每两年举办1次世锦赛。中国从IFSC成立之初就加入成为了成员国, 且每年都申办攀岩世界杯(2007-2012年每年申办1站, 2013-2019年每年申办3-4站)。此外, 中国还积极申办洲际攀岩比赛和其他国际攀岩比赛, 如从1992-2019年, 中国共举办了9次亚锦赛, 成为亚锦赛举办次数最多的国家。亚洲青年赛从2008年开始举办, 2018-2019连续两年在中国重庆举办。“一带一路”国际攀岩大师赛是IFSC批准, 中国登山协会主办并于2018年首次推出的系列赛事, 旨在构建攀岩运动的国际交流平台。积极申办国际比赛, 为我国运动员提供了更多参加国际大赛的机会, 促进了与国际顶尖攀岩运动员的交流和学

2.2 实施开放发展战略

早在1987年, 中国登山协会就派出8名教练和队员去日本长野系统学习攀岩技术和攀岩理论。为了备战2018年雅加达亚运会和32届东京奥运会, 登山运动管理中心在总局的支持下组建复合型团队, 聘请国外高水平教练执教国家队, 包括: 西班牙主教练(TONI)、意大利和韩国的难度与攀石教练(GIANNI、JAHAKIM)、俄罗斯速度教练(EVGENII)、波兰体能教练(LUKASZLOJAS)和加拿大康复治疗师(IANSHAW), 外教为我们带来了新的训练理念, 如更加注重技术细节、攀爬风格建立、运动员独立解读线路的能力培养等, 这些新的理念不仅提升了我国运动员的竞技实力, 也提高了我国教练员的执教能力。

2.3 大力推广群众攀岩

近年来, 中国登山协会在攀岩运动的普及、推广和提高上做了大量工作, 支持和鼓励青少年攀岩俱乐部的建设, 发展青少年攀岩赛事, 通过攀岩馆或俱乐部在校外组织攀岩推广活动, 攀岩进校园。2014年中国登山协会正式制定并实施了“攀岩进校园”计划, 2016年攀岩正式成为奥运会项目后, “攀岩进校园”开启了深入全国各大城市计划, 目前全国超过300所学校开设了攀岩课程, 攀岩进校园计划使青少年攀岩迅猛增长, 为攀岩运动的推广、青少年攀岩人才的选拔提供了有力支持。

2.4 社会力量广泛参与

俱乐部、企事业单位等社会力量是攀岩青少年运动员培养体系的重要力量, 在政府的政策支持下, 借助与俱乐部、企事业单位等社会力量合作, 成立了如重庆壁虎王攀岩俱乐部、江苏刘常忠攀岩俱乐部、贵州蜘蛛人攀岩俱乐部等一批培养出优秀青少年攀岩运动员的俱乐部, 不断完善了攀岩青少年培养体系。攀岩入奥后, 全国新增的岩馆超过200家, 大部分岩馆都成立了自己的俱乐部, 培养出来的运动员可以代表俱乐部参加全国比赛, 为俱乐部的宣传起了良好作用, 俱乐部实现了盈利的同时也为国家培养了攀岩后备人才。社会力量的参与, 实现了攀岩后备人才培养的多种发展模式: 即学校体教融合、俱乐部市场化发展、企业参与攀岩产品和服务供给。社会力量的参与为国家推广攀岩运动和选拔攀岩人才, 提供有力的资源支持。

2.5 完善的赛事体系

比赛是训练的出发点, 也是最终目的。竞技体育的健康可持续发展, 需要完善的赛事体系做支撑。我国的攀岩比赛主要是由中国登山协会主办, 赛事涵盖了青少年比赛和成人比赛。青少年攀岩比赛(运动员参赛年龄6-17岁)主要有“希望之星”攀岩比赛、全国青少年攀岩公开赛和全国少年攀岩锦标赛。成人攀岩比赛主要有每年举办的中国攀岩联赛和全国攀岩锦标赛, 其中, 中国攀岩联赛每年举办6-8站, 是国内最高水平的攀岩比赛, 全国攀岩锦标赛(全国青少年U系列攀岩联赛、全国希望之星攀岩锦标赛、全国青年攀岩锦标赛、中国攀岩联赛、全国攀岩锦标赛)每年举办一次。赛事体系不断完善, 赛事和活动不断丰富, 成效也很显著, 如奥运选手潘愚非、宋懿龄, 还有张悦彤、骆知鹭等国内攀岩顶尖运动员都是从青少年攀岩比赛中发掘并培养起来的。

3 我国竞技攀岩发展存在的问题

3.1 区域发展不均衡

我国竞技攀岩区域发展的不均衡主要表现为南北方在册运动员数量和竞技实力。通过统计发现, 我国攀岩联赛注册运动员主要来自南方13省市(江苏、浙江、上海、湖北、湖南、重庆市、贵州、云南、广西、江西、福建、广东、西藏), 共计159人(占比77.2%), 而北方仅5个省市有联赛注册运动员(河北、宁夏、山西、陕西、山东), 共计47人(占比22.8%)^[7]。通过查阅中国攀岩联赛各项目联赛积分前八排名情况发现^[8]: 中国攀岩联赛男子难度项目和女子难度项目联赛积分排名前八名代表队中, 分别有7支队伍和6支队伍来之南方省市; 中国攀岩联赛男子攀石项目和女子攀石项目联赛积分排名前八名代表队中, 分别有7支队伍和6支队伍来之南方省市; 中国攀岩联赛男子速度项目和女子速度项目联赛积分排名前八名代表队中, 分别有4支队伍和6支队伍来之南方省市, 可见, 我竞技攀岩南北实力也极不均衡。同时, 进入各项目联赛

积分前八的北方队伍主要集中于陕西、山东和河北三省。

3.2 单项竞技实力发展不平衡

目前,国际主要的攀岩比赛项目有速度赛、难度赛和攀石赛。我国运动员在历届攀岩世锦赛所获得的 5 金 2 银 1 铜,均来至速度赛;我国运动员在历届亚洲攀岩锦标赛所获得的 11 金 18 银 18 铜中,有 10 金 12 银 9 铜来至速度赛;我国运动员在亚运会攀岩比赛所获得的 2 银 3 铜,均至速度赛和速度接力赛。可见,我国竞技攀岩的单项实力发展极不均衡。东京奥运会攀岩比赛采用全能赛制,即每位参赛运动员需要比速度、难度和攀石三个项目,最终将各运动员在三个项目的决赛名次相乘(乘积越低者名次越靠前),便是各运动员的全能成绩,该赛制对参赛选手的三项综合实力提出了很高要求,尤其对我国竞技攀岩队提出了严峻考验。此外,我国竞技攀岩男、女发展不协调,通过统计发现,我国现有攀岩联赛注册运动员 206 人,其中男队员 132 人,女队员仅 74 人,男女比例接近 2:1。

3.3 后备竞技实力不足

通过统计发现,近三届世界青少年攀岩锦标赛,共有 13 个国家获得金牌,26 个国家获得奖牌,中国队仅获得 1 枚铜牌(占总奖牌数的 0.56%),排名世界第 22 即与加拿大、印度尼西亚、拉脱维亚等四国并列倒数第一名。在整体竞技实力方面,中国队近三届世界青少年攀岩锦标赛的竞技实力仅为 4 分,远远落后于前 19 名国家,如日本 302 分、美国 172 分、俄罗斯 150 分等。近三届亚洲青少年攀岩锦标赛,共有 7 个国家获得金牌,9 个国家获得奖牌,中国队获得 9 枚金牌(占总奖牌数的 14.3%),21 枚奖牌(占总奖牌数的 16.7%),虽然金牌数和奖牌数均排名亚洲第二,但整体竞技实力仅为 134 分,与排名第一的日本队(竞技实力 452 分)有很大差距。

3.4 高水平教练储备不足

高水平的教练员队伍是竞技体育系统得以正常运转的核心要素,是其他任何资源无法替代的^[9]。现阶段,我国国家队攀岩训练主要依靠聘请高水平的外教,本土的高水平教练储备不足,目前我国攀岩国家队仅有总教练赵雷是国家级教练,其他教练都没有高级及以上教练技术职称,这既与我国竞技攀岩起步晚有关,又与缺乏系统的教练考核体系和评价体系有关。此外,我国竞技攀岩定线员的整体水平不高,目前国内就 1 个国际定线员和 3 个洲际定线员,高水平定线员的稀缺极大地影响了我国难度攀岩和攀石项目的提高,进而限制了全能项目实力的提升。

3.5 基层训练的科学化水平不高

我国竞技攀岩起步晚,在攀岩入奥运之前并无系统的攀岩教练培养体系,为了备战奥运,我们聘请了英国、俄罗斯、韩国等攀岩强国外籍教练,而为数不多的国内高水平教练也都集中在国家队一线,无暇顾及基层的竞技攀岩

训练。当前,我国基层竞技攀岩的训练科学化水平较低,教练大都是凭个人经验或者教练的教练传授的经验执教,训练计划的定制缺乏长期性,训练负荷的安排缺乏科学性。很多基层教练还有“大力出奇迹”的思想,带有传统“三从一大”的训练思想,我们并不完全否定“三从一大”理念,但关键是“三从一大”并没有与项目本身、运动员本身结合,从而导致训练效果不佳,伤病突出等问题。

4 新时代我国竞技攀岩的高质量发展路径

4.1 注重竞技攀岩的协调发展

作为五大发展理念之一的协调发展注重的是解决发展不平衡问题,是各项事业持续健康发展的内在要求^[10]。新时期,我国竞技攀岩的高质量发展也需要深入贯彻协调发展理念,首先,要协调发展我国南、北地区竞技攀岩,通过发挥南、北地区各自优势,建立完善的后备人才梯队,向国家输送优质的后备人才,形成全国共建我国竞技攀岩发展格局;其次,要协调发展速度攀岩、难度攀岩和攀石项目,以提升我国竞技攀岩在全能项目的竞争力;最后,要协调发展男子竞技攀岩和女子竞技攀岩,避免未来我国竞技攀岩走向“单边作战”的发展模式。

4.2 加强高水平教练的培育力度

充足的高水平教练员储备是一个国家竞技体育由弱到强,再到长盛不衰的重要保障。加强高水平攀岩教练员的培育力度是当前我国竞技攀岩高质量发展面临的重大课题。首先,要建立各级攀岩教练员的评价体系和考核体系,以实现选好选优教练员;其次,建立专门的攀岩教练员培养和培训基地,并做好攀岩教练员的继续教育,切实提高其执教的专业能力和实践能力;其三,建立合理的攀岩教练员激励机制、保障机制和竞争机制,以吸收更多优秀人才进入攀岩教练员队伍,夯实攀岩教练员储备;最后,树立自信自强的理念,在借鉴和吸收国外教练训练经验的基础上,国内教练要敢于开拓创新,结合国内运动员实际情况开创新的训练方法和手段,构建自己新的训练体系。

4.3 持续推广大众攀岩运动

2016 年,国际奥委会宣布将攀岩作为第 32 届奥运会正式比赛项目后,进一步促进了我国攀岩人口的快速增长,但相比于攀岩运动相对发达、大众化程度更高的国家(如美国拥有 1100 万名攀岩爱好者,德国拥有超过 135 万人投身攀岩运动),我国攀岩人口依然非常小。持续推广我国大众攀岩运动,夯实竞技攀岩后备人才基础(我国现有注册联赛运动员仅 230 余人^[7]),是实现我国竞技攀岩高质量发展的重要前提。首先,加强宣传力度,丰富宣传形式(如赛事、电影、动画、漫画等),重点凸显攀岩运动独特的趣味性、健身价值和教育价值,吸引广大青少年参与;其次,大力培养攀岩师资,形成以学校为主要推广阵地,社区和俱乐部协同的多样化发展格局;最后,作好顶层设计,各省市体育局要加强大众攀岩场馆设施建设与

布局,丰富群众攀岩赛事,并将攀岩运动纳入体育中考和体育高考项目。

4.4 提升基层训练的科学化水平

中国队在近三届世界青少年攀岩锦标赛中共获得 1 枚铜牌,在 26 个获得奖牌的国家中排名倒数第一,竞技实力远远落后于攀岩强国,这是我国竞技攀岩后备实力的真实写照,这种差距除了与人才厚度有关外,与基层训练的科学化水平不高有密切关系。为了提升我国基层竞技攀岩训练的科学化水平,首先,在思想上要高度重视基层训练,在满足国家攀岩队一线备战需求下,高水平教练要逐渐向基层倾斜,保证每个省、市都有高水平教练,有条件的省份可聘外教;其次,加强对现有基层教练的继续教育,除了加强理论学习外,定期参加攀岩教练员训练营、定期聘请高水平教练前来指导、定期到国家队一线观摩高水平教练的训练等;最后,不断完善基层攀岩队的训练团队建设和后勤保障,包括教练团队、科研团队、定线员、医疗康复和营养等。

5 结语

虽然我国的竞技攀岩起步晚,但经过 30 余年的发展,取得了不成绩,也积累了许多宝贵的经验,包括积极申办国际比赛、实施开放发展战略、大力推广群众攀岩、社会力量广泛参与、完善的赛事体系等。但现阶段我国竞技攀岩发展也存在区域发展不均衡、单项竞技实力发展不平衡、后备竞技实力不足、高水平教练储备不足、基层训练的科学化水平不高等问题。竞技攀岩相继进入第 32、33 届奥运会,为了使我国攀岩队在未来国际大赛中取得更加优异成绩,本研究提出了注重竞技攀岩的协调发展、加强高水平教练的培育力度、持续推广大众攀岩运动、提升基层训练的科学化水平等高质量发展路径。

基金项目:(1)贵州医科大学博士启动基金项目,规则变化对中国足球超级联赛球队比赛表现的影响研究(2019006);(2)贵州省教育厅人文社会科学资助项目,新中国成立 70 年来贵州竞技体育发展历程、成绩和经验研究(2020ZC099)。

[参考文献]

[1]张铁民,赵锦锦.攀岩[M].长春:吉林出版集团有限公司,

2008.

[2]黄静,熊昌进.攀岩运动[M].上海:上海科学普及出版社,2005.

[3]快资讯.关于攀岩运动的起源[EB/OL].(2019-07-15)[2020-02-03].https://www.360kuai.com/pc/99c705bb7af11c79d?cota=4&kuai_so=1&tj_url=so_rec&sign=360_57c3bbd1&refer_scene=so_1.

[4]王培善.攀岩运动教程[M].上海:同济大学出版社,2019.

[5]韩春远.攀岩技巧与训练[M].广州:华南理工大学出版社,2009.

[6]绿野.攀岩入奥|竞技攀岩正式纳入 2020 东京奥运会比赛项目[EB/OL].(2016-08-18)[2017-04-12].<http://www.lvye.cn/article-39164-1.html>.

[7]攀岩中国.联赛运动员查询[EB/OL].(2021-04-03)[2021-08-07].https://www.climbingchina.net/match_sporter.html.

[8]攀岩中国.联赛积分查询[EB/OL].(2021-05-02)[2021-08-13].https://www.climbingchina.net/home_sporter_list.html?matchmodel=difficulty&grouptype=0.

[9]种莉莉.竞技体育教练员管理体系研究[D].山东:曲阜师范大学,2013.

[10]央视网新闻.习近平这样解读“五大发展理念”[EB/OL].(2016-12-16)[2017-06-13].<http://news.cctv.com/2016/12/16/ARTIDcp2NniiTUxS94QssryA161216.shtml>.

作者简介:彭召方(1984-)男,汉族,贵州贵阳人,博士,副教授,贵州医科大学,研究方向:竞技体育;江玉辉(1988-)男,汉族,贵州贵阳人,硕士,讲师,贵州医科大学,研究方向:攀岩运动教学与训练;国伟(1963-)男,满族,贵州贵阳人,硕士,教授,贵州医科大学,研究方向:竞技体育;罗付刚(1997-)男,汉族,贵州仁怀人,硕士在读,助教,贵州医科大学,研究方向:攀岩训练;通讯作者:邓菊会(1992-)女,苗族,贵州贵阳人,在读博士,贵州医科大学,研究方向:竞技攀岩训练理论与实践。