

普通高校极限飞盘运动员选材模型分析

罗小彬 黄甜

四川大学望江校区, 四川 成都 610041

[摘要] 文章运用文献资料法、归纳总结法等研究方法, 对普通高校极限飞盘选拔运动员的选材模型进行探讨。结果表明高校极限飞盘运动员选拔应以身体形态测试和专项素质与技能测试两方面作为选材模型进行考核。结论得出在极限飞盘运动员的选材方面, 大学生的身体素质和专业能力测试内容形成系统模型, 对选拔优秀运动员具有重要意义, 为以后的训练和比赛提供良好的前提和基础。

[关键词] 普通高校; 极限飞盘; 运动员选材

DOI: 10.33142/fme.v3i1.5735

中图分类号: G808.18

文献标识码: A

Analysis of the Selection Model of Extreme Frisbee Athletes in Colleges and Universities

LUO Xiaobin, HUANG Tian

Wangjiang Campus of Sichuan University, Chengdu, Sichuan, 610041, China

Abstract: This paper discusses the selection model of extreme frisbee athletes in colleges and universities by using the methods of literature, induction and summary. The results show that the selection of extreme frisbee athletes in colleges and universities should be assessed by two aspects: body shape test and special quality and skill test. It is concluded that in the selection of extreme frisbee athletes, the test contents of college students' physical quality and professional ability form a systematic model, which is of great significance to the selection of excellent athletes and provides a good premise and foundation for future training and competition.

Keywords: ordinary colleges and universities; ultimate frisbee; athlete selection

引言

2021 年 10 月, 国家体育总局发布《“十四五”体育发展规划》的纲要, 纲要内容明确表明当下主要任务和内容, 是加快把体育建设成为我国复兴的并且有标志性事业, 同时, 根据体育发展方向及规划的相关政策要求, 结合我国体育发展实际背景和现实情况, 制定本规划。世界飞盘联合会正发起将飞盘运动纳入 2028 年洛杉矶夏季奥运会项目的计划, 这项运动具有巨大的国际吸引力, 是当下青年主流群体交际的明信片。极限飞盘运动是近年来非常受欢迎的一项体育运动项目, 根据《运动训练》一书中理论内容, 飞盘团体赛属于项群理论中的技能类同场对抗, 极限飞盘运动将篮球、足球和橄榄球等运动项目特点集合在一起, 对于运动员的速度和体能要求较高, 据比赛形式持盘传递, 是一种观赏性较强的运动项目^[1]。通过接传飞盘等方式, 受到高校学生的青睐。国际及全国各地接连举办飞盘争夺赛、飞盘高尔夫等赛事活动。科学地进行极限飞盘运动员的选材, 可以大大提升极限飞盘运动员在比赛中的成绩, 我国飞盘运动赛事项目冉冉升起, 正处于上升发展阶段; 国家体育总局在极限飞盘赛事推广与发展上非常重视并在今年发布《全国飞盘运动竞赛规则(试行)》^[2]。而对极限飞盘运动员培养的第一步就是选材, 在科学选材标准的要求下, 制订完善且合理的选材计划和方案, 形成选材模型是有利于推动极限飞盘运动员队伍的发展和壮大, 为高校储备更多优秀的飞盘运动员是有必要的。

1 极限飞盘概述

1.1 极限飞盘

极限飞盘运动起源于 20 世纪 60 年代美国耶鲁大学, 英文名称叫 Frisbee, 最初只是一种盛行于年轻人中的掷盘子游戏, 后经过不断演变, 逐渐发展成为一项规则齐备, 同时兼具竞技性、观赏性和锻炼价值的现代体育运动项目, 在欧美等许多国家有着广泛的群众基础和较为发达的赛事体系^[3]。在飞盘这一个运动项目传入中国后, 最先建立的两支队伍分别是在上海的“上海沪蛙”队和在北京的“北京大哥”队, 大概在 20 世纪 70 年代末 80 年代初, 飞盘在中国大地上出现, 已知的我国最早的比赛是从 2000 年开始的上海举办的公开赛。随后, 全国各地城市也迅速出现极限飞盘俱乐部并推动飞盘运动的发展。至今, 全国各种比赛发展非常迅速。其中, 各城市出现的飞盘俱乐部大多数是以高校建立的飞盘社团出现在大众眼前。2014 年至今, 高校又成为飞盘发展的重要根据地, 开设飞盘课程的高校也如雨后春笋般地开花^[4]。极限飞盘是一项老少皆宜的运动项目, 易懂易学易上手, 其好玩新颖的特征成为了当下青年群体对这项新兴运动项目追捧的主要原因之一。

1.2 飞盘项目分类

根据当下飞盘的材料和材质, 以及飞盘比赛规则的不同, 飞盘项目因其自身材质的不同所以玩法不同, 目前世界上将飞盘划分为飞盘争夺赛(团队飞盘)、沙滩飞盘、花式飞盘、飞盘高尔夫等多个运动项目。

1.3 飞盘团队比赛

飞盘运动是一项以团体比赛为主的项目,团体的比赛由两支队伍且各有7名队员(男生与女生混合组)共同使用一个飞盘,在长100m(包含得分区)、宽37m与足球场相似的长方体方块区域内进行相互的传接飞盘,通过抛与接两种技术动作结合战术,形成的竞技内容的体育运动项目。团队飞盘比赛中包含精神评分、飞盘精神圈、最佳精神奖、精神暂停、精神队长等五个形式。与传统的体育运动相比,飞盘团队比赛中无裁判员,这就需要在比赛中,通过运动员自身对飞盘比赛规则的熟知,在犯规情况下,双方进行自我判定,展现出飞盘精神和争议沟通的重要性,同时尊重对手,通过沟通交流学习来提升自我专业知识与技能,飞盘评分需要通过飞盘赛前、赛中及赛后,三项评分标准作为飞盘精神评分内容。

2 普通高校极限飞盘运动员选材与目的

普通高校极限飞盘运动员选材是以运动训练学、运动生理学为理论基础,通过人体测量变数,对年龄、身高、性别、身体质量等测量;技能与规则方面测试以体能、技能、战术能力、心理能力、飞盘规则等考察或考核,进行择优选拔测试,旨在普通高校中挑选优秀飞盘运动员。

2.1 飞盘运动选材的定义与任务

良好的飞盘运动员选材是运动训练的前提与基础;运动选材主要依据项目特点,采用现在技术手段对应选者进行测试,以便做出综合的评价和预测,挑选具有运动潜力的青少年进行系统训练,最终获得优秀竞技人才^[5]。普通高校的飞盘运动选材的任务在此基础上显得十分重要,在普通高校众多学子中挑选出优秀的飞盘运动员对象进行系统的训练,为接下来的比赛迈出第一步。

3 飞盘运动员选材范围及要求

飞盘运动员选材范围是以普通高校男女生作为选材对象,以2020年国家体育总局世界飞盘锦标赛国家集训队选拔中的运动技能及飞盘精神考核要求作为基础支撑,进行分析讨论,为普通高校飞盘运动员进行选材制定新路线新方向提供可靠依据,有利于丰富和发展极限飞盘在选材上的内容;同时在测试中,对男女生的测试,以考核内容统一、考核要求统一、考核标准统一,实现无差别化、对运动员的身体素质、运动技能、飞盘精神等进行单项测评,对短时间比赛表现作为综合测评,并以优秀、良好、合格、不合格四项成绩测评作为测评结果。

3.1 运动员身体形态测量

通过身体形态的测量,不但可以提供研究人体发展规律的重要数据,而且也可作为分析个体发育特征和评价个体发育水平提供不可缺少的依据,同时还可为运动员选材工作提供重要参考信息^[6]。把极限飞盘运动员身体形态测量作为选材内容和要求是为了更好的确定飞盘运动员人选模型的建立,是运动训练和进行比赛的前提和基础。

3.1.1 年龄

年龄需按比赛规范与要求进行分段筛选,运动比赛项目对运动员年龄要求的不同,促使运动员年龄限制和要求不同,极限飞盘赛事特点及其要求,划分运动员年龄的

范围,筛选符合参与比赛年龄段的运动员进行训练。

3.1.2 性别

在性别方面,极限飞盘比赛区别于其他比赛,秉持着以男女平等、公平、公正进行对抗,比赛组别分为公开组、女子组和混合组,其中混合组场上必须有至少3名女队员在场。

3.1.3 身高

在竞技体育运动中身高具有重要价值,一些身高相关的体育项目对身高均有着特殊的要求,就运动员科学选材来说身高指标权重很大^[7]。身高是反应身体纵向的生长发育水平,是许多项目竞技能力的主要因素之一,极限飞盘运动员对身高也有一定的要求,身高较高且身体素质强的运动员占在比赛优势较明显,但身高不是影响一场飞盘运动比赛优胜的决定因素。

3.1.4 身体质量

身体质量也被称之为体重;体重反映人体形态结构和生长发育水平是描述人体横向发育水平及重量发展变化的重要指标是身体力量大小的基础指标同时适度的体重也是足球运动员的基本身体指标^[8]。身体质量在一定程度上能反应人体在骨骼、肌肉、皮下脂肪及内脏器官的发育状况及人体充实度。

3.2 专项素质与技能测试

专项运动素质是机体在活动时所表现出来的各种基本运动能力,通常包括力量、耐力、速度、柔韧、灵敏(球感)等^[9]。极限飞盘专项素质与技能测试作为选材中的重要环节,是对优秀运动员的身体素质与其技能的检验。

3.2.1 体能

体能由多个因素组成其表现为力量、耐力、速度、灵敏、柔韧、协调等;从在日益精彩激烈的比赛可以看到,体能测试作为一种促进竞技能力的手段发挥了很大作用^[10]。在极限飞盘运动员选材中,飞盘比赛持续100分钟,目标得分通常是15分,所以体能在极限飞盘比赛中尤为重要,依据极限飞盘作为技能主导类同场对抗的项目特点,应着重强调把体能项目中的耐力、速度、灵敏、协调四个基本内容作为测试基本内容,融合与测试项目中,作为优先选材测试对象;国家体育总局2020年飞盘国家队选拔考核内容中,有耐力跑、冲刺跑、爆发力跑、实战对抗及飞盘精神及规则考试,评判以中、良、好、优作为评判果结;作为普通高校对飞盘运动员进行选材,结合国家体育总局选拔考核要求,结合普通高校现实基础和理想需要,我们将耐力与速度测试融合,以3公里12分跑、50米冲刺作为测试对象、同时将灵敏与协调测试融合,以10米折返跑、绕杆跑作为测试对象,以优秀、良好、合格、不合格四项成绩测评作为测评结果。

3.2.2 技能

飞盘技能展示主要体现在飞盘的正手传盘技术、反手传盘技术以及接盘技术;正手传盘和反手传盘是极限飞盘中应用最多的两种传盘方法,因为反手传盘具有力量大投掷距离远的特点,所以在比赛中反手传盘是主要的被防守方向^[11]。飞盘的传盘技术与接盘技术是飞盘比赛中的重中之重,是影响比赛成绩的重要因素,技能测试选材时,应以短距离、中距离、长距离三种测试对象作为测试的内容,

短距离以持盘手为圆心直线距离 5 米范围内进行测试为佳、中距离以持盘手直线距离为 15 米至 25 米范围进行测试为佳，长距离应达到离持盘手直线距离 30 米以上进行测试为佳，通过多次多项测试使持盘手固定位置正反手传盘和接盘手固定接盘及移动接盘，以 10 次或 15 次作为项目考核内容，评判中，正反手传盘技术以飞盘运动轨迹表现为快速、平稳、准确作为考核运动员技能成绩、接盘技术以单次接盘的稳定性作为考核运动员技能成绩的结果。

3.2.3 战术能力及比赛表现

当“战术”应用于竞技体育中时，其被称为“竞技战术”^[12]。战术能力是极限飞盘比赛中不可或缺的一部分，飞盘比赛的过程中各团体队伍运用竖排战术较为明显：竖排战术在比赛中最常见也最好掌握。竖排战术属于进攻战术，两个控盘 (handle)，五个切盘手 (cutter)，控盘手要具有很强的传盘技术，进攻中流动的血液还是切盘手，因为切盘手在比赛中来回折返接盘推进比赛的进度^[13]。普通高校进行战术能力测试可将世界飞盘联合会 (WFDF) 发布的 4 人制极限飞盘竞赛模式^[14]，作为普通高校在运动员选拔中作为测试模型的方向，依据选材人数分组且调整考核组别时间为 5 分钟组、10 分钟组，对选拔对象进行即测即评。

3.2.4 心理能力

优秀运动员除了要有良好的身体素质、遗传优势和生理潜能外还要具有运用发挥这些优势的心理能力^[15]。对于普通高校的极限飞盘运动员，应有对其心理情况进行心理能力测试，且应结合运动员年龄段要求，根据普通高校心理基本测试内容作为测试心理基础进行测评。

3.2.5 飞盘精神

极限飞盘精神是一项禁止身体接触、自我监管的团体运动，所有参与飞盘比赛，特别是进入赛场参与比赛的场上队员都要有责任去执行飞盘精神与自我裁决，每一场比赛依赖于每个在场上的队员遵守公平、公正的竞赛。即熟知每一项比赛规则、避免场上比赛过程中的飞盘参与者的身体接触和碰撞、保持公平公正的比赛态度、享受和体验飞盘过程的乐趣、友好的沟通与交流为飞盘精神的五大原则；为了获得比赛胜利，需要每一名队员的精诚配合、战术技术传接到位，在这一个过程中能培养运动员团队意识，增强我们飞盘团队的凝聚力，有利于集体主义思想在队员之间的建立；飞盘比赛中没有裁判，没有身体接触，比赛双方需要自觉遵守规则，彼此尊重、协商裁决，依靠的是诚信与实力，高度体现了公平、公正、诚信、友善的竞技体育精神，为践行社会主义核心价值观提供了真实体验，从而促进和谐社会的构建^[16]。普通高校进行飞盘运动员选拔中，理论测试以运动员飞盘精神与飞盘规则作为考核主要内容，理论来源以世界飞盘联合会 (WFDF) 最新颁布的极限飞盘竞赛规则和国家体育总局颁布的《全国飞盘运动竞赛规则 (试行)》作为理论考核内容。

4 结语

本文以普通高校如何选拔极限飞盘运动员作为研究方向，以国家体育总局选拔极限飞盘运动员选手参加锦标赛选拔信息作为理论支撑，旨在探讨在极限飞盘选材中，

建立以运动员身体形态测量和专项素质与技能测试两个方面作为考核选材模型，填补当下极限飞盘运动科学选拔学生组建比赛队伍在本研究上的空白。极限飞盘选材测试标准的测量方式及测量内容，为其他普通高校选拔飞盘选手提供方案和路径。在择选极限飞盘运动员方面提供了可靠的理论支撑，为推动极限飞盘运动的普及与赛事的发展给予支持，在实际选材中，可根据选材模型内容结合实际情况，以实事求是、严谨的态度，去探索极限飞盘之未来；相信在各方极限飞盘助力者的推动下，极限飞盘运动必将在众多项目中，迈向新台阶。

[参考文献]

- [1] 弯江伟. 极限飞盘运动在大学公共体育课程教学中的开展探究[J]. 当代体育科技, 2019, 9(12): 165-166.
 - [2] 国家体育总局发布《全国飞盘运动竞赛规则 (试行)》. 2021, 10. [Z].
 - [3] 肖雷. 高校开展极限飞盘运动探讨[J]. 体育文化导刊, 2011(9): 107-109.
 - [4] 李大鹏. 极限飞盘反手掷盘技术分析和高校课堂教学几点建议[J]. 时代报告, 2016(44): 245.
 - [5] 金四莲, 王欣. 运动员选材文献综述[J]. 运动, 2016(24): 10.
 - [6] 高鹏. 广东省高校男子橄榄球运动员身体形态特征研究[D]. 广州: 广州体育学院, 2013.
 - [7] 杨若愚, 沈勋章, 蔡广. 身高遗传学研究运动员科学选材[J]. 体育科研, 2013, 34(6): 69-73.
 - [8] 金川江. 德国世界杯不同位置运动员身高、体重、年龄比较研究[J]. 体育与科学, 2006, 27(6): 77-80.
 - [9] 赵笑寒. 短跑运动员的运动素质对中国英式橄榄球项目选材的因素分析[J]. 当代体育科技, 2020, 10(25): 221-223.
 - [10] 李静. 足球运动员的位置体能特征与我国优秀女足队员比赛跑动能力的研究[D]. 苏州: 苏州大学, 2009.
 - [11] 秦斌. 极限飞盘正手传盘动作的技术分析和教学建议[J]. 商情, 2018(46): 232.
 - [12] 朱佳滨. 运动员战术能力训练的项群特点[J]. 中国体育教练员, 2018, 26(1): 13-16.
 - [13] 夏良珍. 极限飞盘竖排战术分析[J]. 体育科技文献报, 2021, 29(1): 7.
 - [14] 世界飞盘联合会 (WFDF) 4 人制极限飞盘竞赛规则, 2021, 10. [Z].
 - [15] 王书春. 优秀运动员心理选材[J]. 高师理科学刊, 2005, 25(2): 87.
 - [16] 肖雷. 高校开展极限飞盘运动探讨[J]. 体育文化导刊, 2011(9): 107-109.
- 作者简介: 罗小彬 (1993-) 男, 四川大学望江校区, 研究方向: 体育教育训练学; 黄甜 (1986-) 女, 四川大学望江校区, 研究方向: 体育教育训练学。