

第十五届健美操世锦赛五人操决赛难度动作分析

柴毓隆

(武乡县太行小学校 山西 长治 046300)

[摘要] 竞技健美操竞赛规则中详细制定了有关难度动作的技术要求与评分标准,以及难度、艺术、完成的评分标准;这些详细的要求都对难度动作的编排起到了导向作用,可以促使各参赛队取得优异的比赛成绩。对规则的正确理解有助于提高运动员的技术水平。运动员在比赛中的实际表现,也是对规则的一个反馈,二者的联系是密不可分的。基于13-16和17-20健美操规则对难度动作有了更改,我们有必要分析我国优势项目的难度动作对比赛成绩的影响,为巩固我国优势项目地位提供理论依据。

[关键词] 健美操;世锦赛;决赛难度

在第十五届健美操世锦赛五人操决赛中,中国队难度分与艺术分均为第一名,并且是以难度分与艺术分总分共超出第二名0.261分的绝对优势拔得头筹,虽然完成分仅为第五名,但是与完成分第一名的罗马尼亚队仅差0.150分,难度分与艺术分的优势使得中国队在此次比赛中变得游刃有余。罗马尼亚队完成分第一名,艺术分与难度分均为第二,总分第二名。第三名的俄罗斯队与第四名的越南队完成分相同,在艺术分上占据优势获得第三名。

表1 第15届健美操世锦赛决赛五人操项目难度组别的选用情况统计表

名次	代表队	难度分	A	B	C	D	合计
1	中国	3.833	2	1	5	2	10
2	罗马尼亚	3.722	1	1	7	1	10
3	越南	3.722	1	1	6	2	10
4	俄罗斯	3.650	2	1	6	1	10
5	保加利亚	3.555	2	1	5	2	10
6	意大利	3.444	1	2	5	2	10
7	韩国	3.055	2	1	5	2	10

在A组难度中,各参赛队对提臀腾起组的难度使用频率最高,其次是支撑腾起组与托马斯组,分值集中在0.5-0.8分。

中国队大胆的采用了分切转体180成文森的1.0高分值难度,采取了使用次数少难度系数高的难度,获得了较高的难度分值。在提臀腾起组中,各参赛队将难度集中分配在提臀腾起成文森与转体180成文森,支撑腾起组中,集中在锐角支撑转体180成俯撑中。

表2 A组难度使用情况统计表

难度组别	提臀腾起组			支撑腾起			托马斯			直升飞机	分切
总个数	14			6			5			3	1
难度名称	成文森	180成文森	锐撑反切成劈腿	锐撑转体180成劈腿	锐撑转体180成劈腿	成文森	180成文森	180成文森	360成文森	直升飞机成文森	分切转体180成文森
分值	0.5	0.7	0.5	0.6	0.7	0.6	0.7	0.8	0.8	0.6	1.0
个数	8	6	1	3	2	1	1	1	2	1	1

表3 B组难度使用情况统计表

难度组别	直角支撑组			分腿支撑组		
总个数	4			12		
难度名称	直角支撑转体720			MOLDOVAN		
分值	0.6			0.7		
个数	4			12		

在B组难度使用中,各参赛队使用较为一致,难度分配主要集中在直角支撑组与分腿支撑组,没有太多的使用创新点,发挥也没有太大的起伏。

C组难度因为根命组较多,难度数量的总基数较大,各参赛队在C组难度的可选择性更广,各参赛队在屈体跳组,屈腿跳组、剪式变身跳组、屈腿跳组的使用频率最高,成为各参赛队必选的根命组难度。其中转180屈体再转180成俯撑、转体360屈体再转180成俯撑、转体360屈成分俯撑、剪式变身跳转体180、转体360科萨克几类难度动作成为各参赛队的高频率使用难度。各参赛队都将高分值难度扎堆出现在C组别的这几项难度组中。

表4 C组难度使用情况统计表

难度组别	屈体跳组		分腿跳组		剪式变身跳组
总个数	16		16		16
难度名称	转180屈体再转180成俯撑	转360屈体再转180成俯撑	转体360屈成分俯撑	转体360屈成分俯撑	剪式变身跳转体180
个数	10	6	1	14	1
分值	0.8	0.9	0.6	0.8	0.9

表5 C组难度使用情况统计表

难度组别	屈腿跳组			直体跳组			旋子	交换腿	转体
总个数	16			12			2	2	2
难度名称	转体360科萨克	转体180科萨克成纵劈腿	转体180科萨克再转180成俯撑	跳720	跳540	跳360	旋子	交换腿转体180成纵劈腿	转体360成纵劈腿
分值	14	1	1	9	1	2	1	1	1
个数	0.5	0.6	0.7	0.5	0.4	0.3	0.4	0.7	0.6

综上所述,韩国队、保加利亚队、俄罗斯队、意大利队在难度动作类别方面,选择的均衡性比较差,组合难度在数量和类型上更是基本雷同,没有足够的创新性,因而导致总成绩的排名落后。中国队、罗马尼亚队、越南队的难度动作保持在较高水平,因而总成绩排名靠前。

因此,各参赛队需在选择能高质量完成的难度动作的基础上要突出成套中的动作的创意编排,从而提高难度得分;新规则侧重于对力量及平衡与柔韧的考查,难度动作分值有所调整,可以尝试开发和和使用新动作。

参考文献

[1]冯志琼. 竞技健美操单人操项目难度动作制胜因素的探析[J]. 当代体育科技, 2017, 7(13): 188-189, 191.