

我国射击与射箭运动发展中的热点问题* Research on the Issues that should be Paid Attention to the Development of China Shooting and Archery

石岩^{1**}
SHI Yan¹

摘要: 本文对我国射击与射箭运动发展中的3个热点问题:优秀运动员运动寿命、备战奥运会科研工作、“外脑”进行了初步探讨。一些观点可供国家队备战奥运会参考。

关键词: 运动寿命;奥运会;外脑;射击;射箭

中图分类号: G871 **文献标识码:** A **文章编号:** 1004-4590 (2004) 04-0052-04

Abstract: The issues that should be paid attention to the development of shooting and archery in China, such as sportlifespan of elite athletes, external brain, and scientific research for winning the gold medal in the future Olympic Games, are studied. Some viewpoints in the paper will provide references for China team preparing for competition in the future Olympic games.

Keywords: sportlifespan; Olympic Games; external brain; shooting; archery

1 我国优秀射击与射箭运动员的运动寿命

1.1 倍受关注的“六朝元老”现象

2000年悉尼奥运会结束时,大家就开始关心王义夫能否参加下一届奥运会的问题。之所以会是这样,主要是王义夫的“年龄”问题。对于像他这样的老将,还在参加世界大赛,许多人难以理解。王义夫能否以“六朝元老”的身份参加奥运会呢?据新华网2003年7月16日报道,中国射击队总教练许海峰在武汉观看全国射击系列赛时表示,王义夫肯定参加明年雅典奥运会。许海峰在谈到“老枪”与“新秀”的关系时指出:“射击运动员的运动生涯往往很长,这在国际上也是一种规律,瑞典的一位射手曾打过七届奥运会。王义夫状态一直稳定,多次参赛,但从另一方面也说明,中国在王义夫所在的项目上后继乏人。”许海峰表示,至于2008年北京奥运会王义夫是否还会参加,要看他那时的状态。

在2004年雅典奥运会上,王义夫能否再现往日的辉煌呢?以王义夫近年来参加国内外比赛的成绩和竞技状态来讲,这种可能性很大,但是来自外界的种种干扰不能不让我们为他担心。王义夫参加2004年雅典奥运会肯定是一个新闻热点,必将成为各种媒体追逐和炒作的对象。这对王义夫的参赛并取得好成绩是极其不利的,也会对中国射击完成3块金牌指标任

务产生不好的影响。目前应淡化王义夫以“六朝元老”身份参加雅典奥运会这件事情,赛前要谢绝一切有关的采访和宣传活动。对于像王义夫这样的老将多年来一直保持良好竞技状态并在世界大赛上取得好成绩的现象,以及从一个为中国射击事业做出巨大贡献的老将再次参加奥运会可能引发的“震动”,让我们不得不重新思考优秀运动员运动寿命的问题。

1.2 优秀运动员“过早退役”问题及其思考

1.2.1 宝刀不老的老将是我国竞技体育的紧缺宝贵资源

从过去到现在,我们经常面对这样的现实:许多教练员在渴求新秀的同时,冷落老将。常言道:青出于蓝而胜于蓝,一代更比一代强。教练员的这种心理与做法是正常的,但是如果不加选择“一刀切”的话,势必会出现竞技人才资源的巨大浪费,造成不必要的损失。与国外运动员相比,我国优秀运动员运动寿命普遍比较短,这是一种常见的现象。多年来,这一困扰我国竞技体育发展的课题一直没有得到解决,但是却引起一些体育界有识之士的关注。

“一个能拿金牌的尖子运动员花费了国家巨大的投资,融汇了众多教练的心血。培养造就一个尖子难之又难,而要放弃一个尖子却是易之又易。如果能让每一位优秀选手有效地延长运动生命,使他的潜能得以最大限度发挥,也就是为国家节省了宝贵的财富。”(引自中国体育报,1994年2月4日)

* 收稿日期:2004-05-13

** 作者单位:1. 山西大学 体育学院,太原 030006。

“要尽量延长运动员的寿命。中国选手运动寿命过短,相比之下,外国运动员的运动寿命要长得多。发现一个尖子不容易,比如熊倪、伏明霞这样的人才不是一低脑袋就能发现的。有些时候,新队员的技术动作似乎已经超过了老队员,在国内比赛中也能战胜老队员,但是这并不等于他们在大赛中的发挥就一定超过老队员,因为比赛不只是比技术,还要比心理,比经验。像国外的萨乌丁、拉什科这些选手,年龄已近30岁,甚至超过了30岁了,做了妈妈,体形和力量仍然保持得那么好,这是值得中国队研究和学习的。”(引自新浪网体育新闻,2003年7月21日)

宝刀不老的老将是我国竞技体育的紧缺宝贵资源,并不是取之不尽、用之不竭的。少数超一流的运动员可以说是“50年一遇或是100年才能遇到一个”。我国现行的竞技体育“举国体制”给人们的感觉是我们有无数具有很高运动天赋的人才,实际上这只是一个表面现象。我们切不可以为,我们国家有非常丰富的竞技运动人才资源。从人种学方面讲,我们在竞技人才资源方面应该算是一个贫乏的国家。

竞技体育是“舶来品”。我们在参与这场国际公开较量中,并没有优势可言,特别是在体能和心理方面。在世界大赛上取得好的成绩对我们来说,是非常不容易的。我们没有理由和资本来容忍这些宝刀不老的老将的流失,过去这方面的教训是比较深刻的。今后我们更应该爱惜这些有限的、宝贵的优秀运动员资源,并将这些“并不老”的老将的运动才能发挥到最大限度,为国家争取更大的荣誉。

1.2.2 优秀运动员“过早退役”现象的背后

优秀运动员是继续服役还是选择退役主要是看他们此时的运动成绩和竞技状态如何,对于这一点,大家基本上已达成共识。在过去的实际工作中,我们过分地看重运动员的生理年龄,形成很多不合理的运动人才观念,并由此在实际做法上走了不少弯路。比如,新秀在比赛中的失利我们比较容易宽容,但是老将的失败则可能会被遗弃,并被说成后继乏人,承受来自各方面的压力;而对于成功,老将被认为是理所当然,新秀被认为大有希望,老将的日子就好像是“穷途末路”、“日落西山”,时刻战战兢兢,而新秀则“如鱼得水”,“希望无限”,无所畏惧,前途无量。事实上,虽然竞技体育是吃“青春饭”,但是那些对体能需求不是很高的技能类项目,运动员的运动寿命还是比较长的,40、50多岁还参加世界比赛的“长青树”型的优秀运动员屡有上佳表现。国外这方面的事例很多,如瑞典乒乓球选手的瓦尔德内尔、瑞士体操选手李东华等。相比而言,国内这方面的事例则是屈指可数。这也难怪“老枪”王义夫近年来参加国内外大赛都会引起记者们和国人的普遍关注。

长期以来,我国优秀运动员“过早退役”的问题比较突出。对于这种非正常退役现象,必须考虑我国国情这样一个实际情况。部分优秀运动员因急于走上教练员岗位而提前退役;有的优秀运动员激流勇退,主动选择了退役;还有的优秀运动员因严重的伤病或以伤病等为理由而退役。我国一些优势或潜优势项目由于这些体育明星的“过早退役”一度出现成绩大幅下滑,项目面临严重危机的境地。例如,我国游泳就曾在1992年巴塞罗那奥运会后由于批奥运会冠军的退役而受到很大冲击。显然,对于这些还处于“当打之年”的优秀运动员,由于他们的

离去,造成了很大的负面影响。也许有人讲,这会给新秀们更多发展的机会,这是一件好事,但是如果以损失世界大赛的优异成绩为代价来培养新秀的话,这不是最佳的发展策略,而且这种代价也太大了,也是不值得提倡的。解决“新老交替”的问题,不能采用“休克”的疗法,还是采取逐步过渡的方法比较稳妥。

我国乒乓球、跳水、体操等优势项目经常出现“后起之秀”水平超过原有的选手,使得一些优秀的“老将”不得不选择退役之路的事例,而我国其它一些项目“过早退役”的优秀选手中很少有最后“不需要或比不动”才退役的。需要指出的是,一些世界级运动员并不是出现了运动成绩下滑的情况,主要是心理上的退却导致的引退。具体来讲就是,该得到的都得到了,训练动机异化或衰退,不愿忍受训练和比赛的“折磨”,于是离开国家队,选择升大学或出国等。这在很大程度上是“业余意识”在起作用,我国台湾省体育界有这样一种说法,大学是运动员的“坟墓”。优秀运动员一旦进入大学学习,基本上宣告他们运动生涯的终止。这种情况在大陆地区也已经显露出这种迹象。

1.3 老将有望在我国射击和射箭运动发展中扮演重要角色

以往我们比较重视影响老将运动寿命的生物学因素和训练学因素,忽略众多人文社会学因素的影响,今后应多关注社会政治、经济、文化教育和伦理道德等方面因素的作用,培养老将们的敬业精神、职业意识,帮助他们协调好人际关系,为他们创设良好的人文社会环境,采取各种综合方法延长他们的运动寿命。

过去由于体制的问题,在我国出现优秀运动员“过早退役”的问题,那么随着从计划经济向市场经济的转轨,这种现象会得到逐步缓解。过去计划经济体制对竞技体育的影响也会逐步减弱,带来的新变化就是优秀运动员运动寿命的延长。如果没有国家整个社会和经济大的背景的变化,也就不可能有这种新变化的出现。未来的中国竞技体育,体育职业化和商业化的发展势必波及到运动员运动寿命问题。我们无法阻挡优秀运动员运动寿命延长的总体大趋势,并且确信在今后不仅难以见到“过早退役”的现象,相反会有一大批老将驰骋在赛场上,直至最后被自然淘汰。到那时,我们可能要议论优秀运动员“过晚退役”的问题。

射击与射箭由于项目自身对心理素质要求比较而对体能需求对较低缘故,一些“大龄”优秀运动员经常出现在赛场上,并取得令人羡慕的成绩。目前大家已经清楚地看到了这种项目发展上的比较独特的现象,这也是与国际接轨的一种正常现象。现在可以预言,再过几年,“老将”将不同同志成为新闻或热点问题,并将在我国射击和射箭运动发展中发挥重要作用。这并不是一种倒退,相反这或许是中国竞技体育,特别是射击与射箭项目等,适应市场经济发展的必然产物,是一种进步。

中国射击和射箭要想在未来奥运会上实现更大的飞跃,既需要新秀的脱颖而出,也更需要老将的宝刀不老、风采依旧。这些为中国射击和射箭曾经做出贡献的老将们,是中国射击和射箭项目今后在奥运会上“争金夺银”可以依靠和信赖的一支主力军。

2 从招标课题看射击和射箭备战奥运会的科研工作

2.1 由备战奥运会科技招标课题所想到的

2.1.1 2002、2003 年度国家体育总局奥运会科研攻关射击和射箭招标课题简介

国家体育总局从 2002 年开始启动了“2008 奥运科研攻关项目”,全部采用公开招标、择优委托的方式来进行。2002 年度涉及射击和射箭的招标课题有 1 项,即优秀射箭运动员专项体能训练的理论与方法研究,其研究目标是:对国内外优秀射箭运动员专项体能训练的理论与方法进行系统的总结性研究和一定的应用实验研究,为我国射箭教练员备战奥运会提供科学的专项体能训练理论与有效方法。其主要研究内容是:(1)优秀射箭运动员专项体能训练的定义;(2)优秀射箭运动员专项体能训练的结构与分析;(3)影响优秀射箭运动员专项体能训练的主要因素;(4)优秀射箭运动员专项体能训练的主要生物学特征;(5)国外优秀射箭运动员专项体能训练的理论、方法与有效手段;(6)我国优秀射箭运动员专项体能训练的理论、方法、手段及问题;(7)提高我国优秀射箭运动员专项体能训练的主要途径;(8)评定我国优秀射箭运动员专项体能训练水平的方法与标准。

2003 年度国家体育总局“备战奥运会重点科研攻关招标项目”涉及射击及射箭的只有 1 项,即我国优秀射击运动员比赛期应激状态监控及调节效果的研究,其主要研究内容是:(1)研究我国优秀射击运动员比赛期间的心理和生理变化的应激表现,并通过监控这些变化来达到有效控制 and 调节射击运动员的应激状态;(2)建立方便、快捷、无创的有效监控应激状态的生理和生理的综合指标体系和评价方法,研究这些指标在运动训练和比赛中的应用效果;(3)监控运动训练和比赛的全过程,帮助教练员掌握和调节运动员的应激状况,并提高运动员参赛的应激水平。

2.1.2 对近两年国家体育总局奥运科研攻关射击和射箭招标课题的思考

现阶段,国家体育总局主要是针对 2004 年雅典奥运会的备战工作来进行科研项目招标的。对于 2002 年度有关“射箭运动员体能训练”的招标课题,实际上已经在前两届奥运会的科技攻关研究中出现过,也取得了一定的进展。如果是原来的研究者还要进行深入研究的话,也无可厚非;但是如果其他人介入的话,其研究基础、研究能力等问题让人担心。对于在备战 2004 年雅典奥运会的科技立项招标中再次出现这样的课题,让人感到惊讶,因为目前中国射箭在备战奥运会的过程中急需解决的乃是心理等方面的问题,并不是体能方面的问题。对于 2003 年拟招标的“射击运动员比赛应激问题”,给人的感觉是课题的内容不错,但是难度非常大。在过去的 10 多年里,笔者曾经进行一系列的“射箭选手心理稳定性的控制训练”等有关比赛应激调控问题的理论与应用研究在研究过程中,取得了一定的研究进展,但是总的感觉是这个问题太复杂了,有很多难题无法解决。究其原因,主要是在心理学母学科的领域中,应激问题还是一个悬而未决的难题。这里建议承担该项目的研究者,要作好充分的“攻坚”思想准备,要首先解决射击项目应激的一些理论认识问题,没有理论上的突破与建树,就不可能在实践上有效地解决问题;同时在应用研究中,要避免单一心理学手段的应用,最好是采用生理、心理和社会等方面的

综合调控方法。

2.2 备战近两届奥运会中国射击、射箭需要研究的 10 大课题

虽然国家体育总局近两年来的奥运科研攻关项目中只有射击和射箭的两个科研项目,但是就我国射击和射箭而言,需要研究的内容还有很多。从备战未来奥运会的角度来讲,我国射击与射箭需要研究以下 10 大课题:

- (1) 我国射击和射箭项目奥运夺金的策略与可持续发展问题;
- (2) 我国射击和射箭训练理念与训练方法创新的问题;
- (3) 我国射击和射箭个性化训练与训练个性化的问题;
- (4) 我国射击和射箭运动员最佳竞技状态形成的理论与方法问题;
- (5) 我国射击和射箭运动员模拟实战训练的理论与方法问题;
- (6) 我国射击和射箭运动员的伤病防治与疲劳消除问题;
- (7) 我国射击和射箭运动员参赛风险管理与赛前准备问题;
- (8) 我国射击和射箭运动“快打”的理论与方法问题;
- (9) 我国射击和射箭运动员训练过程的全面监控问题;
- (10) 我国射击和射箭女子运动员训练与比赛的生理、心理问题。

需要说明的是,目前高水平的科技攻关研究呈现出“多学科、综合性”的发展趋势,这是符合运动实践复杂的实际情况的。要想在科技攻关服务中取得很好的效果,应该在全方位科技服务中突出重点,并加强多个学科与射击和射箭运动实践的结合。具体到上面的 10 大课题,每一个课题都不是单一学科所能胜任的,因此在课题组人员组成上,应体现多学科的特点,同时也要求课题组研究人员知识面要宽,要在“跨学科或交叉学科”上寻找创新点。

2.3 把握机会,提升我国射击和射箭的科研服务水平

我国射击和射箭有着很好的科研基础,也在运动实践上发挥了应有的作用。其中,射击在心理学、生物力学等方面由于专家的强势介入,取得了很好的效果,但是美中不足的是学科单一,其科研对金牌贡献率提高的潜力还比较大;以往射箭项目的科研特点是“打一枪换一个地方”,从心理训练、生物力学、训练计划和状态调控、体能训练等,几乎是面面俱到,但是研究不够深入,系统性差。

鉴于这种情况,有关部门应该认真研究这次国家体育总局启动的“2008 奥运会科技攻关招标项目工程”,广泛征求各方面的意见,有计划地统筹安排并上报我国射击和射箭训练中急需解决的科研课题,尽可能多地设立招标课题,吸引更多的不同学科的专家学者来参加射击和射箭的科研工作,争取更多的科研经费,最大限度地使这一“2008 奥运会科技攻关招标项目工程”能够帮助我国射手在 2004、2008 年奥运会上夺取金牌和实现金牌增长目标中取得更大的效益。

国家体育总局这次启动“2008 奥运会科技攻关招标项目”,对于我国射击和射箭科研工作而言,是发展自己,提升自己和充实自身的大好机会,也是更好地发挥科研作用的难得时机。但是,如果我们认识不到位或行动迟缓,很可能会错失或不能

很好地利用这样的机会。另外,过去研究人员(包括教练员)经常抱怨“科研经费短缺”等问题,为科研经费发愁,而现在情况发生了较大变化。面对1个课题少则十几万、多则几十万元、甚至上百万的充裕的研究经费,我们能做什么?面对前所未有的科技大投入,如何保证较大的科技产出与金牌贡献是一个必须面对的实际问题。

3 借用“外脑”促进我国射击和射箭运动改革与发展

3.1 中国射击和射箭应有更高的追求

中国射击有过辉煌的历史,一直是我国的传统优势项目;射箭也有望成为我国的潜优势项目。需要指出的是,与乒乓球、羽毛球和跳水等项目在奥运会上包揽或拿到大部分金牌相比,射击在第27届悉尼奥运会17个单项中取得3枚金牌、8枚奖牌的成绩还是不能让人满意的,其发展潜力和空间是很大的。我们应该在奥运会射击项目上拿到更多的金牌,为我国保持第1集团和实现金牌增长做出更大的贡献。中国射击在2004年雅典奥运会上要力争实现4~5枚金牌的奋斗目标,在2008年北京奥运会上争取拿到6~7枚或更多;射箭应在2008年北京奥运会上夺得1~2枚金牌。对于我国射击和射箭未来发展的目标,也许有人觉得定高了,有高不可攀的感觉。实际上,如果我们回顾过去和分析现在两个项目发展情况的话,能强烈地感受到中国射击和射箭在未来的发展中理应有更高的追求,也有可能实现更大的辉煌,创造新的奇迹。现在我们面临的主要问题是怎么样来实现这样宏伟的奋斗目标。

中国射击走到今天,的确有很多成功的经验,这是一笔宝贵的财富,但是如果我们过于依赖它,弄不好就变成包袱。中国射击永远也不可能达到不需要学习对手长处的地步,况且我们还有许多不足。不管我们的水平有多高,虚心总不是一件坏事。中国射箭在2001年北京世锦赛上取得了突破,但是我们的老对手韩国在这个项目上强大的实力使我们在未来的征程上困难重重。尽管我们不愿承认有什么“恐韩症”,但是承认与韩国射箭还有较大差距的背后是什么?中国射箭经历了盲目自信、自大、自卑等阶段,现在多少找到了一些自信,这是一个好兆头,但是仅凭现有的自信要想在奥运会上拿金牌是不够的。

3.2 借用“外脑”的原由

在电视媒体竞争进入白热化的今天,央视的一些品牌节目纷纷借用“外脑”来进行节目的策划,并取得了很好的效果。所谓借用“外脑”,就是电视台邀请台外高明人士担任节目策划;当前的“外脑”主要有三种人:一是报社记者,二是大学老师,三是研究所专家(引自张锦力,《解密中国电视》,中国城市出版社,1999)。

2002年初,笔者应邀参加了中央电视台体育节目中心举办的“体育竞赛部节目研讨会”,后又参加了体育综艺节目《世纪猜想》改版的座谈会。参加这两个会收获最大的是看到媒体在如何借用“外脑”。在这些“外脑”发言的同时,旁边请来的专业速记员进行紧张的记录整理,最后形成一份较为完整的讲话稿。从这一点上足以感受到举办者的重视程度。参加这种活动让我很容易联想到我们一些运动项目的发展问题。如果这

些运动项目能借用“外脑”开拓思路,更新观念,寻求突破的话,那么会出现什么样的局面和效果呢?

在实际工作中,如果我们长期“闭门造车”,不与外界进行有效交流,其结果是可想而知的。长期从事某种工作,容易使人形成一些思维定势或惯性思维,从而束缚人的思想和行为。这正应验了“不识庐山真面目,只缘身在此山中”那句话了。“外脑”表面上看不是内行,但是我们不要忘了“隔行不隔理”。“外脑”由于很少受到“行规”的限制,因此一些想法和建议很可能成为我们工作的突破口和创新点。我们需要“外脑”的一些好点子,需要经常听一听“外脑”对我们工作的看法。或许这种交流能让我们不会迷失前进的方向,少走一些弯路。

3.3 借用“外脑”发展我国射击和射箭运动的思考

过去召开的运动训练工作研讨会通常的作法是局限在所谓的圈内人士,现在提“外脑”的意思是应该扩大这个范围,邀请一些优势项目的有关人员、大学和研究所的相关学科专家学者、体育爱好者和其它领域的有识之士来参与运动项目的发展战略和训练管理工作的研讨,听取他们的意见。从广义上讲,聘请洋教练应属于借用“外脑”的范畴,但不是惟一。借用“外脑”与“外来的和尚会念经”还不是一回事,但是与“三个臭皮匠顶个诸葛亮”的意思接近。

定期召开工作或学术研讨会是借用“外脑”常用的方法。中国射击和射箭举行这样的活动不是太多的,而是太少了。我国竞技体育其它一些项目也是如此。让人欣慰的是,《中国射击射箭》杂志近年来发表了一些这方面文章,但是与专题研讨会的形式相比,“声音”小,效果有限。另外,许多“外脑”也没时间写文章。中国射击和射箭要想有更大的发展,应建立一个精干的、充满智慧的“外脑”顾问班子,每年召开1~2次“外脑”研讨会,欢迎他们提意见,同时听取“外脑”的奇思妙想和为我所用的思路。有时候,“外脑”不经意间的一个名词或一句话就可能让我们深受启发,从而引发我们对项目训练和比赛的反思。

请“外脑”来共商中国射击和射箭发展大计,关键问题是要有真诚的虚心学习态度和对“外脑”智力劳动成果尊重的意识,切不可自以为是,把他们当成廉价的劳动力,否则下一次这些“外脑”谁还会来参加这样的活动。这样做也就失去了借用“外脑”的实际意义。

在借用“外脑”中,期望值要适当。参与运动项目发展的研讨,对于“外脑”来说毕竟只是业余客串,请他们来讲一讲可以,但是让他们写篇稿子,很多人可能就会找借口推脱,不愿来了。对于主办者来说,如果能够做到殷情备至,礼遇有加的话,相信会感动这些“外脑”,从而调动他们的参与积极性,取得预期的良好效果。

需要说明的是,借助“外脑”只是一种可供选用的有效方法而已,重要的还是要建立培养“内脑”的机制。有关部门应该拿出一笔经费来培养从事射击和射箭运动发展问题的专门研究人员,同时要一如继往地解决广大教练员知识更新和科研能力提高的问题。跳出我们狭小闭塞的圈子,呼吸外面一些新鲜的空气,获取更多的营养,对于中国射击和射箭界人士来说,还是非常必要的。