

竞技健美操成套艺术性研究

董苗苗 李雪梅

(云南省昆明市呈贡区云南师范大学)

摘要:根据 2017—2020 版健美操竞赛规则表示成套动作的创编不仅必须完美融合,还要赋予该成套独特性和创造性的艺术体现。本文通过文献综述法对近些年健美操世锦赛进行研究,探索竞技健美操成套艺术性的发展方向。

关键词:竞技健美操;成套动作;艺术性

前言

运动员演绎高水平成套动作来呈现健美操的艺术性,将体育和艺术的元素进行融合贯穿整个成套。杨士浩以 2016 年世锦赛为研究对象提出艺术性也越来越成为制胜的重要因素,例如法国队、罗马尼亚队、韩国队等世界一流队伍在艺术表现上都有独特的特点。在对 2018 年世锦赛研究中,肖文瑾认为中国选手(第六名)与日本选手(第一名)在完成分上相差不多,在难度分上更是相差无几,由此可以得出男子单人项目的艺术编排上存在漏洞,这一问题需要引起中国运动员的重视。

音乐与乐感

成套动作的表演和音乐之间应该有强烈的一致性,不仅体现在节拍与速度的一致,更在于运动员对音乐的风格、情感、流畅、强度的演绎。刘思彤认为成套的不同动作应对应不同主题的音乐,所以音乐的选取是否有主题和选取曲目的数量就尤为重要。而一首完整的健美操竞赛音乐可以分为多个音乐段落,且应与成套内容段落一致,但在现实中普遍存在着成套段落多于音乐段落的现象,过多的成套段落割裂了成套动作对音乐的完美诠释,从而一定程度上影响着艺术性分值中,但成套段落和音乐段落的完美匹配对各国来说都具有挑战性。相较于 2016 年、2018 年两届世锦赛集体项目的研究中,王思靖表示 2016 年韩国代表队集体项目的主题突出、故事情节清晰,而在 2018 年比赛中音乐节奏的变化整体较多,且结构多样。

操化内容

清晰可辨的操化动作是健美操特色,也是影响成套动作艺术性的重要因素,同时也体现着运动员的协调性和对身体的控制性。在判定操化动作的艺术性时以操化动作的复杂多样性和复杂动作的数量两个角度出发。多数学者认为操化动作分为一般性操化和高强度操化,而高强度操化更具有复杂多样性。

清晰可辨的操化动作是成套动作的基础,既彰显着健美操特色,又体现着运动员的协调性和对身体的控制性。近些年,对操化动作不断提出复杂性、多样性和创新性的要求,再创新编排的同时也要充分考虑到运动员的技能水平和音乐风格,最终达成操化动作与音乐主题的珠联璧合。

复杂多样性

高强度的上肢动作与一般性上肢动作有明显区别,高强度的上肢动作是指运动轨迹清晰的非对称性动作,结合绕臂或线性的上肢路线和使用肢体的不同杠杆展示不同节奏、不同手型甚至不同空间的动作;一般性的上肢动作是指动作结构单一、动作变化缓慢的对称性动作。

下肢动作是由踢腿跳、开合跳、后踢腿跑踏步、弹踢腿、吸腿跳、弓步跳七个步伐均衡运用。黄雨在对 18 年世锦赛混双的研究中表示,各国选手对七个步伐的使用都是不均衡的,弓步跳以步幅较大、能够轻松位移的优势成为使用频率最高的步伐,而踢腿跳由于无法产生快速位移成为使用频率最低的步伐。

操化动作的复杂多样性除去上、下肢外,还体现在其他几方面:1、多关节配合运动,例如头部与上肢的配合,适当的头部配合往往可以成为操化动作的点睛之笔;2、操化动作不同面向的展示,通过身体转动改变面向增加复杂多样性。3、节奏多元化,可以结合音乐巧妙使用搭拍,使操化动作更加饱满、张弛有度。4、动作过程的制动,包括加速度与减速度都是为了突出运动员竞技能力而编排。此外,2017 版规则新增了操化动作的速记符号 A,量化成套动作单元数,符合高强度的操化单元记为 A+,反之则记为 A-,以

2018 年世锦赛单人项目为例,排名前八的选手操化单元均符合 A+ 编排。

移动路线

移动路线包括垂直向前、垂直向后、侧向、对角、弧线和不规则多方向。不仅如此,移动路线还有长、短距离之分,刘思彤认为长距离的操化动作更加流畅、情感表达更加连贯,同时更具艺术价值,但现实是短距离的使用更为频繁。在对第 14、15 届优秀单人项目的研究中,付垚表示女子运动员对弧线的使用较少,而男子运动员对移动路线的使用较为均衡,与此同时该作者还认为成套动作中应增加角线和弧线的多元化设计。

主体内容

成套动作的团队协作为、动力性配合、托举、过渡以及连接统称为主体内容,由于单人项目没有同伴协作,因此过渡与连接创编更具复杂性与创新性。过渡是连接成套中两个不同段落的媒介,起到提高视觉观赏性、润色成套动作的效果。研究发现,过渡连接动作存在是否含有技术含量之分:无技术含量的动作包括腾空落地后的弓步跳(开合跳)、起跳的上步、单膝跪地等,有技术含量的动作包含 2017 年竞赛规则中 A1-A7 的技巧动作及其变形动作(如:侧手翻下地、后滚翻成倒立转体 180° 下地)等,并伴随着层次空间的明显变化和转动轴的变化。一味使用无技术含量动作的编排是不可取的,朱慧平表示跳跃类动作不仅可提高高层次空间的利用率还可提高成套动作的艺术性。

空间运用

空间运用时成套动作艺术性评判的重要内容,包含三个空间维度的运用(垂直空间运用)和比赛区域的使用(平面空间运用)。第一,三个空间维度有 A 地面、B 站立、C 腾空三个状态,2017 年规程中依据三个空间的转换新增了 G+ 的得分点,不仅要合理运用还要兼具美观性。刘思彤在研究五人操项目垂直空间的运用时提出 B-A-B、A-C-A、B-C-A、B-C-B、A-C-B、A-B、B-A 七个类型,其中 B-C-B 类型使用最多,A-B 类型其次,B-C-A 类型再次。王思靖提出将垂直空间的运用分为六种 B-C-A、A-C-A、A-B、B-A、B-A-B、B-C-B,以 2018 年世锦赛为例,B-C-B、B-C-A 类型使用做多,其次 B-A-B 类型。依据以上研究得出,过度连接、难度与技巧均包含于垂直空间的运用之中,且类型较多,并且三个空间维度的合理利用可以提高成套动作的整体艺术性。第二,比赛区域的使用,也就是平面空间运用。将比赛区域进行划分能够更直接的了解运动员对场地的使用情况。马翔将比赛区域的四个角编号为 A、B、C、D,中间区域为 E,四条边为 a、b、c、d 来对 16 届世锦赛女单项目运动员的平面空间运用进行研究,并表示该场比赛的前六名选手对场地平面空间的运用较为合理。王思靖则将比赛区域的四角编号为 1、2、3、4,中间区域为 5 的划分方法对 16 届世锦赛集体项目的空间运用进行分析。

参考文献:

- [1]肖文瑾. 竞技健美操单人项目成套中难度动作的应用研究[D].湖南师范大学,2020.
- [2]刘思彤. 第 13—15 届世界健美操锦标赛五人项目成套动作编排的分析[D].北京体育大学,2020.
- [3]王思靖. 规则导向下竞技健美操集体项目成套动作艺术评分的研究[D].北京体育大学,2019.
- [4]朱慧平. 竞技健美操三人项目成套创编中空间层次运用的研究[D].北京体育大学,2017.