

运动项目

娱人致趣基本原理及应用

Basic Principles and Applications of Sports Events in Entertaining & Arousing Interest

李杰凯 等◎著

科学出版社

2015 年沈阳体育学院重点资助辽宁省社会科学规划基金项目: (XKFX1507)

辽宁省社会科学规划基金项目: 休闲时代体育运动项目“娱人致趣基本规律问题”的实证研究: (SK2014093)

运动项目娱人致趣基本原理及应用

Basic Principles and Applications of Sports Events in
Entertaining & Arousing Interest

李杰凯 等 著



科学出版社

北京

内 容 简 介

新社会形势下体育事业必将发生转型,健康快乐和愉悦身心将成为体育运动的主流理念。体育科学研究也必须跟随时代的步伐,调整与拓展研究领域,研究“运动的娱乐化问题”,通过开发竞技运动和游戏的新功能,揭示运动游戏的“娱人致趣”规律。

本书由四篇构成。第一篇主要是理论成果,对运动项目基本规律、运动项目特点、运动制胜与运动致趣的关系、运动愉悦感的微观机制等新理论进行了介绍。第二篇主要是各运动项目分群的研究成果,分别阐述了多类运动项目的娱人致趣基本规律。第三篇主要是理论的应用部分,论述了运动参与、运动体验、运动成就等体育教学目标 and 效益问题。第四篇是本领域的前沿与展望,介绍了最新的研究方法及拓展研究的内容。

本书适合各类高等院校的体育教师和研究生、本科生及广大社会体育工作者等参阅。

图书在版编目(CIP)数据

运动项目娱人致趣基本原理及应用 / 李杰凯等著. —北京: 科学出版社, 2017.8

ISBN 978-7-03-054103-1

I. ①运… II. ①李… III. ①体育项目-关系-体育-游戏-研究
IV. ①G808.22 ②G898

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 190530 号

责任编辑: 王英峰 王 丽 / 责任校对: 贾伟娟

责任印制: 张欣秀 / 封面设计: 楠竹文化

编辑部电话: 010-64033934

E-mail: phy_edu@mail.sciencep.com

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

北京京华虎彩印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2017 年 8 月第 一 版 开本: 720×1000 B5

2017 年 8 月第一次印刷 印张: 17

字数: 340 000

定价: 79.90 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)



序 言

Preface

中国改革开放近 40 年来，社会政治、经济和文化快速发展，国家繁荣昌盛，人民生活幸福，正在努力实现全面建设小康社会的目标。到 2010 年年底，我国已经成为世界第二大经济体，经济实力的增长使我国即将进入前所未有的休闲时代。“休闲时代”是相对于生产力不发达的“短缺经济时代”而言，生产力提高和经济上的富足为广大人民群众共享休闲时代提供了强大的物质基础，轻松愉快的休闲生活成为社会生活方式进步的主要标志。

这个新时代的到来，是我国人民在中国共产党领导下经过自强不息、艰苦奋斗所取得的伟大成果，它给我国的各行各业带来了翻天覆地的变化。中国的发展已经进入转型期，既往的发展模式都将在新理念的影响下进行变革，适应新时期的产业结构大调整已经开始。2014 年 10 月，国务院为适应休闲时代的到来出台了《国务院关于加强发展体育产业促进体育消费的若干意见》。2016 年 10 月，国务院又发布了《“健康中国 2030”规划纲要》，召开了由卫生和计划生育委员会、国家体育总局等多个政府部门联合组织的“全国卫生与健康大会”，党和国家领导人悉数出席，习近平总书记到会并发表重要讲话。这一切都表明我国的休闲、健身和旅游等与运动消费相关的行业即将进入快速发展期。

新社会形势下体育事业也必将发生转型。在体育观念上将改变传统计划经济时期的“工具”理念，体育工作的政治含义将更多指向国民福祉，健康幸福必将成为体育政治的主旋律；国民对待体育的态度也将发生质的变化，体育运动不再是“艰苦”和“残酷”的代名词，健康快乐和愉悦身心将成为体育运动的主流理念；运动和娱乐不再被看作“玩物丧志”，而会成为“健康向上”和生活幸福的标志；体育的本质功用必将从传统的狭窄变得更加宽广博大。在这日新月异的形势下，体育科学研究也必须跟随时代的步伐，调整与拓展研究领域，理直气壮地研究“运动的娱乐化问题”，通过开发竞技运动和游戏的新功能，揭示运动游戏的“娱人致趣”规律，设计新的运动项目与游戏方法，推出新的运动游戏器材产品，为满足广大人民群众日益增长的健身休闲需求服务。这既是时代的呼唤，也



是新时期体育科技工作者的崇高使命。

回顾我国体育科学发展的历程,与特定国情和发展需要相适应的“运动制胜”一直是体育科学研究领域的主流命题。单纯的竞技化体育观念使许多体育科技工作者形成了某种思维定式,似乎唯有竞技规律的研究才是正道,致使我国体育科学研究长期禁锢于竞技制胜这一狭窄领域,这在今天看来显然已经落后于时代的发展。今天,随着社会体育、健身服务和体育旅游行业的迅速发展,强大的社会需求与有效供给之间出现了诸多矛盾。在由体育大国向体育强国转变的发展战略背景下,体育科技工作者有责任研究我国体育各领域存在的现实问题。在当前举国重视健康的社会背景下,为什么青少年学生的体质健康水平还在下滑?为什么广大学生喜欢体育运动而不喜欢体育课?当下国人引以为豪的“广场舞”与学校体育到底有多大关系?我们多年倡导的“运动兴趣培养”效果又是如何?回答这些问题是新时代的要求,也是体育现代化发展亟需解决的理论与实践课题。沈阳体育学院“运动项目娱人致趣基本原理”研究主题就是在这样的时代背景下诞生的。

自2000年以来,课题组以“运动项目娱人致趣基本原理”为研究主题,历时17年汇聚了一批来自沈阳体育学院的教师、研究生及国内其他高校的教师,他们以“同趣者”的身份自发地集聚起来开展该领域的学术研究。建立了“娱人致趣”和“娱人致趣学术交流”两个微信论坛,到2017年年初,已有150名常驻网友加入并进行经常性专题学术讨论,使该领域的学术活动不断增多,影响逐年扩大。每个学期末,他们例行举办专题学术活动,汇报学术研究成果、交流学习体会和前沿学术报告,为从事相关学术研究的青年教师和研究生提供展示平台。到目前为止,已经在中文核心期刊发表该领域的学术论文30余篇,“娱人致趣”在互联网中文各搜索引擎当中已经成为主题词,检索相关信息可达上百个网页,研究的相关领域已经形成。

运动项目是一个庞大的文化家族,是人类社会发展历史进程中积淀下来的宝贵财富。它于社会是广大人民群众余暇生活所必需的;它于国家间可谓无硝烟的战场;它于学校是培养健全人格之教具。当前,学校体育受到党和政府的高度重视,而“运动兴趣培养”是提高教学效益的关键,兴趣培养既是人所共知的问题,也是几十年为之奋斗却挥之不去的教学难题。如何培养广大学生的体育运动兴趣?事实表明,笼而统之不行,必须分群细化;教法强制不行,必须方法与内



容并举，这些问题的存在给本书研究者提供了广阔的研究空间。

任何学术研究首先必须掌握正确的哲学思想武器，必须建立符合对象特点的研究范式。本研究领域内的专家、学者历经 10 年潜心研究，认为不能采用传统机械论的思维方式，因为运动兴趣属情感范畴，机械还原的方法恰恰剥离了情感要素。而当代复杂系统整体论科学观却以整体性、动态发展性和创造性为“娱人致趣基本原理”研究提供了适宜的思想武器。站在复杂系统整体论的视角上，课题组的研究人员研究体育运动文化现象的历史起源，分析每一个运动项目起源时刻的历史背景；把某种运动手段、游戏方法放在与当时社会互动的关系中进行全面审视，进而发现其起源时刻的“价值观问题”；归纳出价值观问题的简要表达形式，使运动情感与价值观相融合；以“好玩”和“致趣”为价值体现，提出隔网运动的“流畅回合”之趣、同场对抗运动的“拼抢与命中争分”之乐、操舞运动的“音乐韵律与动作节奏的恰和”之美和武术套路运动的“架招显功，喻意神勇”之酷等学术观点。本书简明扼要地揭示了运动项目独有的“致趣要素”和“兴趣点”，揭示了各类运动项目娱人致趣的基本规律。

体育科学研究必须具有严谨的学术性与服务实践的应用性。“运动项目娱人致趣基本原理”研究的所有命题均来自体育教学训练的第一线，当然也要历经“转俗成真”的理论提升，到最终服务实践的“向俗回转”过程。17 年来，课题组的研究人员把取得的研究成果自觉运用于体育教学实践，有的以新成果为理论依据，设计了教学改革实验；有的把研究成果编入新教材，运用于本科和研究生的课程教学，发表了类似《以“会打球、爱打球”为目标的篮球教学实践探索——基于运动项目娱人致趣原理的研究》等应用性学术论文，“运动项目娱人致趣基本原理”研究的实践应用价值已经显现。

这个新的研究领域所取得的研究成果吸引了一批博士、硕士研究生参与其中。17 年来，研究生完成相关硕士学位论文 10 余篇，博士学位论文 1 篇。这些研究生毕业离校后分赴祖国各地继续从事研究工作，扩大了本领域的学术影响力。在此期间，青年教师以“运动项目娱人致趣基本原理研究”为题，申请并获得了多项各级科研项目，取得了一批高质量的科研成果。

2014 年以来，“运动项目娱人致趣基本原理”领域又有了新的发展。主要表现在两个方面：研究范式、手段的创新和研究领域的拓展。

在研究范式、手段创新方面主要有以下三点。



一是丰富了研究的手段。由以往经验总结和哲学思辨为主的方法向人体生物科学的方法拓展,在研究领域内引入客观生物学科指标,采用“刺激-反应”研究范式,运用生物反馈仪测量运动过程中“皮肤电导”和“心率变异性”等指标,并观察其在不同运动情境刺激下变化的规律。陈杰和刘洋以羽毛球的击球技术为研究素材,成功地获得了与击球动作同步的皮肤电信号,其研究的方法和取得的结果当属国内首创。目前,又有多名研究生选择此类课题开展研究,所研究的技术内容也在不断扩大。

二是进一步细化了运动兴趣的研究,适时引入了心理学“情境兴趣量表”,将其作为可量化的主观指标,并把该量表开发成可在互联网在线运用的研究手段。研究者把要研究的内容制成施加刺激用的视频,观察者同步在测试系统上点击答案,即可同步测量反应数据。该方法实现了远程在线采集样本数据,简化了实验过程,使既往量表应用的繁琐和不便得以改善。

三是研究范式的创新。为了提高研究的客观可靠性,本研究领域于2015年推出了“主观量表与客观生物电测试相结合”的研究方法,即将上述两种方法结合起来,进行两种指标的同步测试,力图使主观的“情境兴趣”刺激-反应与客观的“生物电”刺激-反应表现出一致性,通过主客观指标的相互印证,提高本领域研究的可信度。周立和高喜倩在高尔夫球、健美操运动不同情境的娱人致趣规律研究中,首次采用主客观两种指标相结合的方法进行研究,均发现两种方法在测量结果上具有较好的一致性。此方法的应用当属国内首创。

在研究领域拓展方面主要有以下两点。

一是自2015年以来,根据社会发展和研究的需要,开辟了运动项目娱人致趣微观机制新课题,试图研究竞技游戏致人沉迷其中的奥秘。首次在国内体育领域引入“量子力学”思想方法,以量子学说揭示运动竞技和游戏的基本原理,提出“概率性和不确定性”是所有竞技游戏致人乐趣的微观机制,发表了《微观量子学说之于宏观竞技运动与游戏的理论推演》一文,据在中国知网检索发现,此论文在国内当属首创。

二是针对2016年中国女排12年后重新在奥运会夺冠,国内重提“女排精神”,以及“校园足球国家战略”的社会背景,及时开辟了“运动致趣过程中的道德伦理问题”研究,发表了《竞技运动项目的自在逻辑与体育精神培养》《休闲时代奥林匹克体育精神的再诠释——转型期的学校体育与“校园足球”要义》等学术



论文, 这些文章由于紧跟新时代的步伐, 且多具新意和应用价值而受到重视, 一些论文被中国人民大学报刊复印资料二次文献全文转载。课题负责人多次受邀在国内大型学术会议报告、讲学, 并在国家校园足球师资培训中多次讲授上述内容, 均受到一致好评。

17 年的研究积累了一批相关研究成果, 但大多分散在各学术期刊上。为了更好地推广和应用这些学术成果, 建立较为系统的运动项目娱人致趣的基本理论, 同时方便广大教师、研究生对该领域研究资料的查阅, 在沈阳体育学院的大力支持下, 笔者决定对 17 年来的相关成果进行整理, 并以学术专著的形式出版发行。为此, 我们成立了“运动项目娱人致趣基本原理”成果审阅编撰小组, 负责本书的出版工作。

本书由四篇构成, 共 24 章。第一篇主要是理论成果, 共 8 章。对运动项目基本规律、运动项目特点、运动制胜与运动致趣的关系、运动愉悦感的微观机制及研究的基本范式等新理论进行了介绍。这些理论全部是相关作者研究所得, 具有独到的创新性。其中的分群教学论建构, 既可成为系统研究的路径, 又是成果应用于体育教学训练实践的必然策略。第二篇主要是各运动项目分群的研究成果, 共 9 章。根据分群的结果, 分别阐述了同场对抗、隔网对抗、竞速滑行、操舞运动、武术套路、养生运动、跳绳和跆拳道等项目的娱人致趣基本规律。这些研究大部分是我国体育科技界多年忽视的命题, 在休闲时代到来之际又彰显了重要的理论和实践价值, 其成果大都填补了运动项目基本理论中的某些空白。第三篇主要是理论的应用部分, 共 3 章。以《“会打球、爱打球”为目标的篮球教学实践探索》为代表, 论述了运动参与、运动体验、运动成就等体育教学目标和效益问题, 还论述了“赛文化”和学校体育现实困境的关系, 提倡“学赛结合”体育教学理念, 呼吁在大、中、小学广泛开展体育竞赛, 构建全员参与并适合不同年龄段的体育赛事平台, 力图以此改变学生对体育课厌学的现状, 提高学校体育工作的效益。第四篇是本领域的前沿与展望, 共 4 章。介绍了最新的研究方法及拓展研究的内容, 其中心理学主观“情境兴趣量表”与生理学客观皮肤电导指标相结合的研究方法, 正在深入探索之中。

参与本领域研究的人数众多, 既有教师也有学生。具体分工如下: 第一章, 李杰凯; 第二章, 李杰凯、马艳红; 第三章, 李杰凯; 第四章, 李杰凯; 第五章, 李杰凯、马策; 第六章, 张云鹏、李杰凯; 第七章, 李杰凯、兰彤、甘荔桔、张



檣、任纪飞；第八章，兰彤、李杰凯、任纪飞、秦聪、张云鹏；第九章，李杰凯、张云鹏、魏晓磊、任纪飞、秦聪；第十章，李杰凯、兰彤、张檣、吕兆峰、何兴中；第十一章，张士波、李杰凯、郑兆新；第十二章，李杰凯、包蕊、贵驰、王可；第十三章，包蕊、李杰凯；第十四章，于海、李杰凯；第十五章，胡微、于海；第十六章，何兴中、李杰凯；第十七章，沙杰、于海；第十八章，李杰凯、母毅刚、张云鹏、庞珊娜；第十九章，张云鹏、李杰凯、任纪飞；第二十章，张士波、李杰凯；第二十一章，李杰凯；第二十二章，李杰凯、庞珊娜、刘建；第二十三章，陈杰、李杰凯；第二十四章，刘洋、李杰凯。为了充分尊重每一位作者的著作权，对于已发表过的文章，在书中每一章的首页脚注都详细列出该章作者姓名和原文所载刊物名称；对于还未在学术期刊发表的文章，均征得作者本人的同意。在此笔者对所有参与本领域研究的本书各章作者，表示由衷的敬意！

本书的审阅串编人员有张士波、张云鹏、母毅刚、包蕊和李杰凯 5 位教师。后期出版的统稿由张士波完成。

李杰凯

2017 年 2 月 12 日



目 录

Contents

第一篇 运动项目娱人致趣的基本理论

第一章 运动休闲视角下运动项目基本规律问题的理论商榷	1
一、对现实运动项目制胜规律研究成果的评述	2
二、运动项目基本规律研究的真题考证	5
三、运动休闲与运动项目娱人致趣基本规律	6
四、运动项目娱人致趣基本规律研究的前景展望	9
五、本章小结	10
第二章 运动项目“特点”学说的理论商榷	11
一、运动项目理论体系中存在的现实问题	12
二、关于运动项目特点与功能的理论辨析	15
三、运动项目的特点应是它所独有的“运动趣味性”	18
四、本章小结	20
第三章 从“运动制胜”到“运动致趣”向俗回转的思考	21
一、对竞技体育“运动制胜”教学理念的分析	22
二、对大众体育“运动致趣”教学目的的求真考量	26
三、从“制胜”到“致趣”的向俗回转	28
四、以“运动致趣”为指导思想的运动项目教学实践策略	29
五、本章小结	30
第四章 微观量子学说之于宏观竞技与游戏的理论推演	31
一、研究的背景	31
二、研究的目的、意义	32
三、量子力学基本知识简介	33
四、理论推演的方法	34
五、宏观社会运动的量子规律	36



六、宏观竞技运动和游戏中的量子运动规律	36
七、本章小结	42
第五章 运动技能学习中人类本能与文化规范关系刍议	43
一、运动技术与运动技能	44
二、运动技能学习中的人类生物本能与体育技术文化规范	44
三、基于以人为本理念的教学训练效益评价	47
四、本章小结	49
第六章 运动项目娱人致趣规律研究的理论范式	50
一、研究的理论范式概说	50
二、运动项目“运动致趣”规律的社会背景	51
三、运动项目娱人致趣规律研究应树立整体论哲学视角	52
四、“娱人致趣”价值观主导运动项目发展演化	53
五、运动项目的核心致趣要素确立于历史起源时期	54
六、运动项目娱人致趣规律指导教学实践活动	55
七、本章小结	57
第七章 广义进化视角下的运动技能教学原理与建立运动项目分群教学论的构想	58
一、传统运动技能教学原理存在的现实问题	59
二、运动技能教学原理的广义进化视角探析	62
三、广义进化视角下体育运动项目分群教学的理论框架	68
四、本章小结	70
第八章 运动项目分群教学理论体系的构建	71
一、分群教学理论体系构建的重要意义	72
二、构建分群教学论体系的理论基础	74
三、广义进化哲学视角下分群教学理论体系构建	75
四、本章小结	78

第二篇 各运动项目群的娱人致趣基本规律

第九章 同场对抗运动的“拼抢与命中争分”之乐	79
一、同场对抗球类运动的传统认知评述	80



二、以整体论哲学视角阐释同场对抗球类运动娱人致趣原理·····	81
三、同场对抗球类运动“拼抢与命中争分”之娱人致趣原理在教学训练中的运用·····	88
四、本章小结·····	89
第十章 隔网对抗类运动的“击球与流畅回合”之趣·····	90
一、隔网球类运动的传统理论评述·····	91
二、依据整体论哲学视角阐释隔网球类运动娱人致趣原理的尝试·····	92
三、本章小结·····	98
第十一章 竞速滑动类运动项目的“平衡自如与滑行驰骋”之畅·····	99
一、竞速滑动类运动的传统理论评述·····	100
二、在休闲娱乐视角下阐述竞速滑动类运动项目“娱人致趣”原理的尝试·····	100
三、竞速滑动类运动项目教学与训练的策略选择·····	105
四、本章小结·····	105
第十二章 操舞运动的“音乐韵律与动作节奏的本能恰和”之美·····	107
一、操舞运动“娱人致趣”原理的研究·····	108
二、韵律与节奏的本能恰和是操舞运动兴趣与快乐之源·····	109
三、韵律与节奏的本能恰和与运动审美·····	111
四、操舞运动“娱人致趣”原理在运动教学实践中的运用·····	113
五、本章小结·····	114
第十三章 舞蹈运动娱人之舞趣研究·····	116
一、“娱人致趣”理论的前期研究成果概述及评价·····	117
二、舞之感的形成·····	118
三、舞之趣的体验·····	119
四、舞之悦——不同阶段练习者对趣味感体验的发展规律·····	120
五、本章小结·····	123
第十四章 武术套路运动的“架招显功，喻意神勇”之悦·····	125
一、武术套路运动的理论评述·····	126
二、以体育游戏视角探究武术套路运动娱人致趣原理的尝试·····	126
三、武术套路运动的教学策略·····	132



四、本章小结	133
第十五章 导引养生功法的“体畅，神愉”之趣	134
一、导引养生功法的传统理论评价	134
二、导引养生功法“娱人致趣”原理研究	135
三、导引养生功法“娱人致趣”原理在运动教学实践中的运用	140
四、本章小结	141
第十六章 跳绳运动的“人索契合，环绕流畅”之趣	142
一、跳绳运动的起源、发展与分类	143
二、跳绳运动中“人索契合”微妙关系分析	145
三、跳绳运动分类及本质属性构成要素的分析	154
四、跳绳运动“娱人致趣”原理研究	158
五、本章小结	163
第十七章 跆拳道运动的“腿技抢点，礼道求和”之乐	165
一、研究背景与研究现状	165
二、跆拳道运动的理论评述	168
三、依据体育游戏和整体论视角研究跆拳道运动娱人致趣原理的尝试	169
四、“腿技抢点，礼道求和”是跆拳道运动的核心致趣要素	171
五、本章小结	183
 第三篇 娱人致趣基本规律的教学实践运用	
第十八章 新旧“赛文化”观念与学校体育现实困境及其解消	185
一、“赛文化”现象	186
二、我国学校体育的现实困境及其成因	190
三、学校体育现实困境的解消	194
四、本章小结	195
第十九章 以“会打球、爱打球”为目标的篮球教学实践探索	197
一、篮球教学应尊重项目致趣规律	197
二、以“会打球、爱打球”为目标的篮球教学	198
三、以“会打球、爱打球”为目标的篮球教学实践研究	200
四、本章小结	202



第二十章 “平衡不摔”原则在滑动类运动项目教学实践中应用研究	203
一、“平衡不摔”原则的理论阐述	204
二、“平衡不摔”原则在滑动类运动项目实践中的有效运用	206
三、本章小结	209
 第四篇 娱人致趣基本规律研究的前沿进展与展望 	
第二十一章 休闲时代奥林匹克体育精神的再诠释	211
一、长期以来我国体育领域形成的两个现实困境	212
二、新时期奥林匹克体育精神的再诠释	214
三、休闲时代的校园足球与体育精神培养	217
四、本章小结	220
第二十二章 竞技运动项目的自在逻辑与体育精神培养	221
一、问题的提出	221
二、人、体育和运动项目	222
三、竞技运动项目独有的自在逻辑	222
四、运动项目竞赛活动与健全人格教育	225
五、公平与公正的竞赛是孕育体育精神的摇篮	226
六、竞技运动项目的自在逻辑决定其必须坚持不懈地消除不公正性	228
七、学校体育必须建构教学训练与比赛紧密结合的运动项目教育模式	229
八、本章小结	230
第二十三章 同步测量皮电研究羽毛球击球瞬间运动情绪变化的尝试	231
一、实验结果	232
二、同步测量皮电研究羽毛球击球瞬间运动情绪变化是可行的	238
三、“击球”是羽毛球运动的核心致趣要素之一	240
四、运动愉悦感的产生需要通过学习和训练	241
五、教学与训练中的应用	242
六、本章小结	243
第二十四章 采用皮电测试羽毛球不同击球情境下运动愉悦感的研究	244
一、基础图像的分析与数据的筛选	245
二、真实的击球所带来的运动愉悦感受强于挥拍模仿练习	247



三、击高远球技术情境更容易让无基础者感受到运动愉悦·····	249
四、吊球技术情境更容易让有基础者感受运动愉悦·····	252
五、习惯化对皮电反应的影响·····	255
六、本章小结·····	256
参考文献·····	257

第一篇 运动项目娱人致趣的基本理论

第一章 运动休闲视角下运动项目

基本规律问题的理论商榷^①

本章提要：从“运动项目规律研究”的现实问题出发，探讨了“运动制胜规律”研究命题的可疑性和运动项目基本规律命题的客观真实性。指出运动项目内涵逻辑中蕴含运动制胜追求，但“无必胜法则”的基本规律。从运动休闲的视角重新审视运动项目娱人致趣基本规律，提出运动项目独具的“趣味性”特点才是其核心的基本规律。对运动项目核心致趣规律研究的意义和前景进行了分析和展望。

有关运动项目基本规律问题的研究一直都是体育界热衷探索的科研和实践命题。据中国知网截止到 2014 年 2 月的统计，1997 年以来，以运动项目规律为主题的学术论文共 201 篇，其中以运动项目制胜规律为主题的学术论文有 96 篇。20 世纪 90 年代初以来，围绕运动项目规律这一主题的学术专著和教科书不断涌现，运动项目规律研究成为热门命题。体育界之所以锲而不舍地探索这个主题，主要原因在于体育运动竞赛中获取好名次与创造好成绩能给参赛者带来一系列的荣誉和利益，因此，探索运动项目规律的研究活动不可避免地带有直接的功利性。对于参赛国家、地区、集体和个人而言，这些实在的功利性都非常重要，这就使得运动项目基本规律的研究既有社会政治价值，也有理论学术价值。

然而，综观运动项目规律研究的学术成果，除传统体育理论中的体育手段外，大部分都是研究某一单项运动，因为体育现象都是如球类或田径等具体运动项目的社会存在，其直接的功利因素也全都来源于具体项目的竞赛活动，所以相关单项运动规律的研究必然成为更受关注的领域。单项运动规律研究的功利性还表现在研究工作的价值取向上，主要表现在以“运动制胜”为逻辑起点，似乎“运动制胜”才是竞技体育科学研究的永恒主题，人们力图从运动项目规律的探索中寻求运动制胜的法宝。为此，体育界投入了非常多的资源和精力，历经 50 多年不懈

^① 本章作者李杰凯，原文出自《沈阳体育学院学报》，2014 年第 1 期。中国人民大学报刊《体育》2014 年第 5 期，全文转载。



努力，终于迎来了 2008 年中国取得 51 块奥运金牌的好成绩。

奥运争光成绩骄人，但并非无憾。“三大球”、田径等重大项目不进反退，金牌背后诟病频出。在社会、经济、文化和政治进步的今天，运动项目规律研究价值取向需要反思。规律研究真的揭示规律了吗？运动项目到底有哪些规律？取得好的竞赛成绩真的就等于把握规律了吗？运动制胜规律难道真的就是体育的全部规律吗？运动项目的娱乐功能或者说致趣规律又开发得如何？为什么许多运动项目教科书中屡现如“健美运动的显著特点是既可以健美身体又可以陶冶情操”的逻辑错误呢？这些问题都提示我们，在摆脱了短缺经济，进入生活富足和“以人为本”的休闲时代背景下，对于运动项目基本规律这样的问题需要重新认识，站在时代发展和文化进步的立场上梳理体育运动项目的功能、作用和特点，重构运动项目基本规律新学说就显得尤为必要。为此，本书以休闲时代到来为背景，以运动项目基本规律研究的现实问题为出发点，重点梳理运动制胜与运动致趣等体育理念的基本问题。

一、对现实运动项目制胜规律研究成果的评述

分析中国知网收录的 201 篇学术论文，可知无论是“运动项目规律”还是“运动项目制胜规律”研究，其实只是提法不同，实际上都在研究运动制胜规律。为什么人们如此重视和期盼运动项目制胜规律的研究？一个不言而喻的原因是希望在研究成果中找到“运动制胜”的“秘诀”或是“窍门”，所以这样的题目太值得重视和期待。然而，对现有的成果认真分析后就会发现，它们的水平和价值与广大读者的期望相距甚远。笔者分析中国知网中部分有代表性的相关论文的结论（表 1.1）后认为，虽不能说结论不正确，但总是少有新意，大体得到以下几点看法。

表 1.1 部分运动项目制胜规律研究文献结论表述分析表

文献题目及作者	文献来源	主要结论
对羽毛球运动项目制胜规律的探讨，孙俊	南京体育学院学报 2007 年第 1 期	正确处理好运动员体能、技术和战术之间的本质关系是羽毛球运动制胜的规律
帆船帆板运动项目特征与制胜规律初探，郑伟涛等	武汉体育学院学报 2008 年第 6 期	“风的利用是根本，体能是基础，航线是关键，速度是核心，心智是保障”，构成了帆船帆板项目的制胜规律
我国射箭项目特点及制胜规律研究，王三保	中国知网学术期刊数据库（博士） 2011 年 6 月	射箭项目制胜规律：不断加深对项目的认识是射箭项目制胜的先导，“三从两严方针”是射箭项目制胜的重要训练指导思想，科学的训练监控是射箭项目制胜的重要手段，完善科学的参赛模式是射箭项目制胜的关键环节，不断提管理水平是射箭项目制胜的可靠保障
我国赛艇项目特点及制胜规律的研究，茅洁	中国知网学术期刊数据库（博士） 2011 年 8 月	我国赛艇项目的制胜规律为：发挥举国体制优势，推动项目发展，始终坚持“变革、求变、创新”的理念，构建赛艇项目训练模式，完善参赛模式，正确处理训练与竞赛的关系，不断提高科学管理水平
我国短距离场地自行车项目制胜规律研究，谢云	北京体育大学学报 2012 年第 9 期	自行车项目制胜规律主要表现为：完善举国体制，构建分工明确的复合型团队；科学地制定与调控训练和比赛计划；训练方案个体化，突出重点，兼顾一般；完善的科学参赛模式等