

·竞赛与训练·

中国运动训练学系统化发展阶段理论范式的研究

唐晓辉¹, 李端英²

(1. 曲阜师范大学 体育科学学院, 山东 曲阜 273165; 2. 北京体育大学 研究生院, 北京 100084)

摘 要: 从范式的理论视角重新审视中国运动训练学的发展, 得出以下结论: 运动训练学理论范式包含的6个维度, 即理论框架、历史背景、研究取向、实践成果、代表人物、学术传统。通过对出版的运动训练学教材专著、运动训练学教研室的设立以及课程的开设、体育期刊的创办3个因素的考察, 确定1981年至今为中国运动训练学的系统化发展阶段, 其中20世纪90年代以后又为系统的深入、细化阶段, 在理论研究、价值取向等方面发生了调整。

关键词: 运动训练学; 理论范式; 中国

中图分类号: G808 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2008)02-0066-06

Study of the theoretical paradigm of the science of sports training in China in the stage of systematic development

TANG Xiao-hui¹, LI Duan-ying²

(1. School of Physical Education, Qufu Normal University, Qufu 273165, China;

2. Graduate School, Beijing Sport University, Beijing 100084, China)

Abstract: The authors reviewed the development of the science of sports training in China from the perspective of the theory of paradigm, and drew the following conclusions: the theoretical paradigm of the science of sports training includes 6 dimensions, namely, theoretical framework, historical background, research orientation, practical achievement, representative character, and academic tradition. By examining such 3 factors as published monographs of teaching materials for the science of sports training, establishment of teaching and research departments for the science of sports training as well as the opening of relevant courses, and the establishment of physical education periodicals, and determined that the period from 1981 to this day is the stage of systematic development of the science of sports training in China, in which the period after the 1990s is the stage of improvement and refinement of the system, and in this stage adjustments have been made to such aspects as theoretical study and value orientation.

Key words: science of sports training; theoretical paradigm; China

人们在认识世界的过程中, 不仅要了解事物之间的结构与功能, 而且要认识事物运动发展的规律, 换言之, 也就是研究系统的动态特征和演化规律。运动训练学作为一门系统的综合性应用学科, 在中国的体育科学研究中已有半个世纪。在时代的进步、竞技体育事业的发展的进程中, 中国运动训练学也在一次次蜕变中持续着自身的历史进程, 走上了引进——摸索——系统化的变革与发展之路。在运动训练学的发展演变过程中, 对于学科本身的研究也越来越深入。

然而, 遗憾的是, 运动训练学作为一个理论系统, 每一次变革与发展的来龙去脉及其背后深层次的原因, 如对中国运动训练学半个世纪以来发展脉络的梳理, 各时期理论形成的历史背景、思想基础、研究取向、代表人物、理论框架以及对运动训练实践产生的影响等, 目前国内外尚无较为全面、深入的研究。所以, 这是一个值得探究的问题。本文从范式理论的视角审视中国运动训练学的发展。由于研究条件的局限性, 本文只对中国运动训练学系统化发展阶段的理论

范式进行研究。

事实上,从科学哲学的角度讲,对学科发展从理论背景、价值取向、理论框架、研究技术方法等几个方面进行研究,就是用范式的方法论审视学科发展。

范式概念和理论,是美国科学哲学家托马斯·库恩^[1]在《科学革命的结构》这一著作中系统提出的。概括库恩的范式理论,可以看出:“范式”是包括规律、理论、标准、方法等在内的一整套信息,是某一学科领域的世界观,它为某一时期的科学家集团所共有,持同一范式的科学家因其有着共同的信念、价值标准、理论背景和研究方法技术而组成了一个“科学共同体”。具体而言,库恩的“范式”概念包括如下内容:1)范式是一种全新的理解系统,即有关对象的本体论、本质与规律的解释系统;2)范式是一种全新的理论框架,即构成该学术群体的研究基础及范围、概念系统、基本范畴和核心理论;3)范式提供的是一种全新的理论背景,即范式是一个学术共同体学术活动的大平台、论坛、舞台;4)范式是一种方法论和一套新颖的基本方法;5)范式表征一种学术传统和学术形象,标志着一门学科成为独立学科的“必要条件”或“成熟标志”^[2]。

运动训练学作为一门系统的综合性学科,与其他学科一样,它的每一次演进,都在昭示着一种新的价值取向、行为方式等的诞生,昭示着新思想观念与旧观念之间的转换。这种转换实际上是学科发展中一场范式的转换,表明人们在研究思想观念上,从一种范式向另一种方式的转换。从范式的视角对中国运动训练学系统化发展阶段进行研究,也是完善其学科体系的需要。

将范式的概念引入运动训练学理论的研究,从科学哲学的角度探讨中国运动训练学理论,是全面审视运动训练学发展的需要,对规范、指导未来学科研究可提供借鉴。

通过对范式理论的理解,对半世纪以来中国运动训练学发展的脉络进行梳理,在专家访谈的基础上,确定运动训练学理论范式包含的6个维度,即理论框架(研究基础及范围、概念体系、基本范畴和核心理论)、历史背景(社会环境、竞技体育制度)、研究取向(理论价值、实践价值)、实践成果(代表性运动员及运动成绩)、代表人物(人物思想及著作)、学术传统(独立学科成立的条件)、学术活动平台(中国运动训练学学会成立、训练学教研室成立、硕博学位点成立等)。

1 中国运动训练学系统化发展阶段的界定

20世纪50年代以来,运动训练学在中国已经经历了半个多世纪的发展历程。自20世纪80年代起,过家兴、田麦久、延峰、刘健和、徐本力等就对中国运动训练学理论历史进行过研究。但是由于所处时代的不同以及划分标准不一,研究并没有理出统一、清晰的历史发展脉络。本研究结合前人的研究成果,对中国运动训练学历史发展的重新梳理,确定中国的运动训练学经历4个发展阶段:引进阶段(1953~1957年)、初步形成与发展阶段(1958~1962年)、恢复与发展阶段(1976~1980年)、系统化发展阶段(1981年至今)。

研究以系统化发展阶段为重点。之所以称这一阶段为中国运动训练学系统化发展,是因为:1)运动训练学教材的出版。1981年7月,中国体育科学学会组织了全国几所体育学院的学者以协作的方式开始了《运动训练学》的编写工作,于1983年完成了一本当时在我国影响较大的《运动训练学》内部教材。1986年2月北京体育学院出版社正式出版由北京体育学院过家兴主编的我国第一部体系较完整的《运动训练学》教材。20世纪90年代以来,由徐本力、董国珍、田麦久、延峰、胡亦海、刘建和、王永盛、宋继新等人相继正式出版了一批运动训练学和有关运动训练理论与方法方面的专著和教材(见第68页表1)。目前,我国已初步形成了具有自己特色的运动训练科学的理论体系,运动训练学专著和教材也达到了10余部之多,在国际上有较高的影响。2)运动训练学教研室的设立以及课程的开设。上海体育学院于1982年首先在运动系本科和专科中正式开设了运动训练学课程;1985年北京体育学院成立我国第一个运动训练学教研室,并于1995年拥有了博士授予权。1982年以后,有6所直属体院和10所地方体院,以及全国许多师范院校体育学院均先后开设了运动训练学课程。运动训练学已从原《体育理论》课程中独立出来,成为全国体育学院中开设的一门新的课程。3)体育期刊的创办。在2004年确定的13种体育类核心期刊中,8种是这一时期创立的。体育学术期刊的创办,拓展了运动训练学理论交流、传播的渠道与平台。

同时应该注意到20世纪90年代起,中国的竞技体育发生了潜移默化的变化,中国运动训练学理论的发展也在系统化的过程中不断深入、细化,在理论研究、价值取向等方面进行了调整。

表1 1983~2005年运动训练学专著、教材内容体系

年份	作者	理论体系	内容结构 ¹⁾
1983	田麦久、 延峰	A ₁ 训练学 专题选讲	3.运动训练学的发展、任务及内容；5.运动训练理论与原理；12.训练过程的计划与控制；13.运动员选材；14.少儿、女子身体训练特点
1986	过家兴	A ₂ 运动训练学	1.竞技体育地位与作用；2.运动训练的目的、任务特点；3.运动训练学的发展、任务及内容；4.运动训练中的适应过程；5.运动训练理论与原则；6.运动训练方法与手段；7.竞技能力构成、模型；8.身体训练；9.技战术训练；10.心理、智能训练；12.训练过程的计划与控制；13.运动员选材；14.少儿、女子身体训练特点；15.运动队、运动训练的管理
1988	喻幕侃	A ₃ 现代运动训练理论与方法	1.竞技体育地位与作用；2.运动训练的目的、任务特点；4.运动训练中的适应过程；5.运动训练理论与原则；8.身体训练；9.技战术训练；10.心理、智能训练；12.训练过程的计划与控制；14.少儿、女子身体训练特点
1988	田麦久、 武福全， 等	A ₄ 运动训练科学化探索	1.竞技体育地位与作用；2.运动训练的目的、任务特点；3.运动训练学的发展、任务及内容；4.运动训练中的适应过程；6.运动训练方法与手段；8.身体训练；9.技战术训练；11.运动员状态的科学诊断；12.训练过程的计划与控制；13.运动员选材
1989	吴郁都	A ₅ 训练学概论	4.运动训练中的适应过程；5.运动训练理论与原则；6.运动训练方法与手段；8.身体训练；9.技战术训练；12.训练过程的计划与控制；17.其他
1990	徐本力	A ₆ 运动训练学	1.竞技体育地位与作用；2.运动训练的目的、任务特点；3.运动训练学的发展、任务及内容；4.运动训练中的适应过程；5.运动训练理论与原则；6.运动训练方法与手段；7.竞技能力构成、模型；8.身体训练；9.技战术训练；10.心理、智能训练；12.训练过程的计划与控制；13.运动员选材；14.少儿、女子身体训练特点
1990	体育学院通用教材	A ₇ 运动训练学	1.竞技体育地位与作用；2.运动训练的目的、任务特点；3.运动训练学的发展、任务及内容；4.运动训练中的适应过程；5.运动训练理论与原则；6.运动训练方法与手段；7.竞技能力构成、模型；8.身体训练；9.技战术训练；10.心理、智能训练；12.训练过程的计划与控制；14.少儿、女子身体训练特点；15.运动队、运动训练的管理
1994	王永盛	A ₈ 现代运动训练	2.运动训练的目的、任务特点；4.运动训练中的适应过程；6.运动训练方法与手段；13.运动员选材；14.少儿、女子身体训练特点；15.运动队、运动训练的管理；17.其他
1999	体育院校函授教材	A ₉ 运动训练学	1.竞技体育地位与作用；2.运动训练的目的、任务特点；3.运动训练学的发展、任务及内容；4.运动训练中的适应过程；5.运动训练理论与原则；6.运动训练方法与手段；7.竞技能力构成、模型；8.身体训练；9.技战术训练；10.心理、智能训练；12.训练过程的计划与控制；13.运动员选材；14.少儿、女子身体训练特点；15.运动队、运动训练的管理；17.其他
2000	田麦久	A ₁₀ 运动训练学	1.竞技体育地位与作用；2.运动训练的目的、任务特点；3.运动训练学的发展、任务及内容；4.运动训练中的适应过程；5.运动训练理论与原则；6.运动训练方法与手段；7.竞技能力构成、模型；8.身体训练；9.技战术训练；10.心理、智能训练；11.运动员状态的科学诊断；12.训练过程的计划与控制；14.少儿、女子身体训练特点；15.运动队、运动训练的管理；17.其他
2000	王家宏、 金健秋、 刘志民， 等	A ₁₁ 运动选材、运动训练学、运动竞赛学	1.竞技体育地位与作用；2.运动训练的目的、任务特点；5.运动训练理论与原则；6.运动训练方法与手段；8.身体训练；9.技战术训练；10.心理、智能训练；12.训练过程的计划与控制；13.运动员选材；14.少儿、女子身体训练特点；16.运动竞赛
2005	马冬梅	A ₁₂ 运动训练学基础	2.运动训练的目的、任务特点；3.运动训练学的发展、任务及内容；5.运动训练理论与原则；6.运动训练方法与手段；8.身体训练；9.技战术训练；10.心理、智能训练；11.运动员状态的科学诊断；12.训练过程的计划与控制；13.运动员选材；14.少儿、女子身体训练特点；15.运动队、运动训练的管理
2005	王家宏、 肖洁、 刘志民， 等	A ₁₃ 运动选材、运动训练学、运动竞赛学	1.竞技体育地位与作用；2.运动训练的目的、任务特点；5.运动训练理论与原则；6.运动训练方法与手段；8.身体训练；9.技战术训练；10.心理、智能训练；12.训练过程的计划与控制；13.运动员选材；14.少儿、女子身体训练特点；16.运动竞赛

1) 内容频数：1为9、2为11、3为8、4为8、5为11、6为11、7为5、8为11、9为11、10为9、11为4、12为12、13为9、14为10、15为7、16为2、17为5

2 中国运动训练学系统化发展阶段的范式

2.1 理论框架

通过查询北京体育大学图书馆及其网站,围绕运动训练、运动员选材、运动竞赛、竞技体育管理、体能训练等,共收集101本1978年至今的关于运动训练理论的教材专著。对其中以运动训练学或相近书名的13本教材专著(见表1)进行统计分析,显见在中国运动训练学理论发展到系统化阶段,构建了以竞技体育的地位和作用,运动训练的目的、任务和特点,运动训练学发展历程、任务、内容,运动训练中的适应过程(训练适应、负荷与恢复),运动训练原则,运动训练方法与手段,竞技能力构成及模型,身体训练,技、战术训练,心理、智能训练,训练过程和控制,少儿、女子运动员训练特点,运动员选材等为主体的运动训

练理论内容框架。

运动训练学理论体系的系统化,并不表示理论研究被框架所限制,而是一个动态发展演化的过程,表现出了专题性、细致化的特点。从90年代开始,中国一些运动训练学学者,在专题性的运动训练学理论建设上做出了新的贡献,如项群训练理论、训练控制原理、节奏性训练原理、竞技状态调控原理、训练诊断、模式训练与训练模型的建立等。同时,对体能训练理论(见表2)、运动员选材(田麦久的《竞技能力模型与选材标准》1995)、运动竞赛过程(过家兴、延峰、李少丹《体能类部分项目重大比赛赛前训练规律的研究》1991)等进行了深入细致的研究。这一方面使运动训练学理论体系更加丰富、充实,另一方面也为训练实践提供更为直接的理论支撑。

表2 体能训练理论体系

年份	作者	理论体系	内容体系 ¹⁾				
			生理学基础	生物化学基础	体能训练的基本问题	竞技体能训练 体能训练 测量评估	其他
1989		E ₁ 身体训练	耐力训练		力量、耐力、速度、灵敏、柔软素质训练		综合身体素质训练
1999		E ₂ 身体素质训练	耐力、肌肉力量、速度训练,柔软性、灵敏性		力量、耐力、速度、灵敏、柔软素质训练		
1999	杨亚琴	E ₃ 素质练习	耐力、肌肉力量训练,柔软性、灵敏性		力量、耐力素质训练,灵敏、柔软素质训练		
2002	杨世勇等	E ₄ 体能训练学	耐力、肌肉力量、速度训练,柔软性、灵敏性	体能训练内容、体能训练原则	运动素质的敏感期、身体形态及其训练、身体机能及其训练、力量、耐力、速度、灵敏、柔软素质训练	运动损伤	各项群运动员体能训练、运动素质
2003	刘书元	E ₅ 警察体能训练			力量、耐力、速度、灵敏、柔软素质训练	专项身体素质、运动损伤	
2003	南仲喜	E ₆ 身体素质训练	耐力、肌肉力量、速度训练,柔软性,协调性训练		训练计划,力量、耐力、速度、柔软素质训练,协调能力训练	训练的营养与恢复、运动损伤	
2006	吴东明	E ₇ 体能训练	耐力、肌肉力量、速度训练,柔软性、灵敏性	运动能力的代谢基础、体能训练的生物学基础、提高体能训练的营养食品	训练计划、负荷特点及控制,力量、耐力、速度、灵敏、柔软素质训练	生理生化指标在训练中的应用、训练的营养与恢复	

1)内容频次:柔软素质训练为7;耐力训练、速度、灵敏素质训练为6;肌肉力量训练、柔软性为5;速度训练、灵敏性为4;运动损伤、其他为3;训练计划、训练的营养与恢复为2;其余为1

2.2 历史背景

1) 社会背景。

任何活动,不论是经济的、政治的还是社会的,其背后都有某种意识和观念在起作用,并支配着各种活动的开始和延续。这种意识和观念又源于人们通常所说的思想渊源和理论基础。自鸦片战争以来,争取民族独立,振兴民族经济、民族文化和民族意识的全面现代化,实现民族的崛起与腾飞,是世纪中华民族的中心任务。它构成了时代的基本内容、社会历史的中心、民族意识的中心,也规定了中国竞技体育的基本性质和走向。

改革开放以后,社会主义各项事业迎来了春天,为了振兴中华民族的精神,中国人民选择了竞技体育作为窗口,并希望通过这个窗口向世界展示中华民族在政治、经济、文化、教育、科技以及军事等方面的强盛。竞技体育的这种社会背景决定了为其服务的运动训练理论也处于同样的社会需要层次。

2) 竞技体育背景。

20世纪80年代对于中国体育的重要意义之一,在于把中国竞技体育纳入了世界体育体系之中,使之成为世界体育和奥林匹克运动的一部分。1979年中国奥委会恢复了在国际奥委会的合法席位,并于1980年首次参加冬季奥运会。1984年重返奥运赛场的中国体育代表团在洛杉矶奥运会开幕后的第一天便展示出新兴世界体育强国的风采,许海峰在男子手枪慢射比赛中所获得的金牌,不仅是本届奥运会的第一块金牌,更是实现了炎黄子孙在奥运会上金牌“零的突破”,一雪百余年“东亚病夫”耻辱。自此之后,在封闭35年之久的中国竞技体育开始了在世界舞台上的表演。1995年“奥运争光计划”的推行,2001年中国申办2008年北京奥运会的成功,无不在鼓舞与鞭策着中国竞技体育以及与之相应的训练理论的发展。

2.3 研究取向

同所有科学的理论一样,运动训练学既要体现理论的完整性,又要注重实践的应用性。针对现代竞技体育变革的多样性和复杂性,运动训练学理论应客观、准确、及时地反映当前竞技体育发展的理论与实践的前沿,既要体现对训练实践成功经验的梳理与提炼,又要在集成各个体育学科最新的研究成果的基础上不断地丰富、深化和完善运动训练与竞赛理论。

1) 理论取向。

理论体系的完整性是科学发展的需要,也是科学研究对研究主体提出的要求。

从20世纪70年代末期开始,我国一些体育理论学者已经敏锐地注意到国际上一般训练理论与训练学

的创立和发展趋势,积极引进了前苏联、民主德国等国的运动训练学思想。一批体育学院体育理论教师转而从事训练理论与方法的研究和运动训练学的学科建设。

由于运动训练学的理论体系主要是引进东欧国家的研究成果,由于社会制度、训练体制,以及训练实践的不同,原有的训练体系与中国的训练实践存在着客观差异,需要对其消化、整合与创新,为此,这一阶段之初的研究重点放在学科理论体系的构建上,将中国竞技体育训练实践经验进行总结、归纳、提炼,上升为理论以补充运动训练理论。

2) 实践取向。

进入90年代,运动训练学的发展在理论体系完整化的同时,重心向训练实践倾斜。

由于竞技体育的飞速发展,运动训练实践中涌现出的新问题亟待解决,同时也反映出原运动训练学理论在回归与指导训练实践的不完善。训练实践与训练理论所提出的新课题,更加激励运动训练学专家学者研究的热情,在这一阶段内,对问题从深度与广度的多维方向展开了有意义、有价值的探索。这些研究主要涉猎:对运动员竞技能力结构与选材的研究,更加关注对竞赛过程的研究,对高水平运动员训练过程系统安排的研究,解读教练方法与竞技能力挖掘。

2.4 实践成果

在中国运动训练学系统化发展阶段,也正是中国的竞技体育走出国门、冲出亚洲、走向世界的过程,中国运动员在亚运会、奥运会中的表现及成绩见证了中国竞技体育的崛起。

中国自1974年参加第7届德黑兰亚运会起,奖牌总数从第3名、第8届的第2名,到1982年第9届便开始稳居第1,在亚洲竞技体育中起举足轻重的作用。中国体育代表团征战奥运之路,在其快速向前的进程中,更显示了中国竞技体育强国崛起的路程。

中国竞技体育的飞跃,需要科学训练理论的科研攻关、解决训练实践的难题;同时也正是科学训练理论的全面介入与支撑,为中国竞技体育创造一个又一个的辉煌提供坚实的理论基础。

2.5 代表人物及其主要思想

这一时期以来,中国在运动训练科学研究领域涌现出了一些具有代表性的人物,构成了中国运动训练学理论研究的主体,其关于运动训练学的见解、观点、主张奠定了中国运动训练学理论的基础,为中国运动训练学理论的形成与发展做出了不可磨灭的贡献。

1) 过家兴。过家兴为北京体育大学教授、博士生导师,中国运动训练学理论的主要奠基人之一,在体

育理论、运动训练理论体系构建、教练员、运动竞赛过程方面的研究具有突出贡献。

1983年,受中国体育科学学会运动训练学分会委托,过家兴教授牵头编写了我国第一本运动训练学专著,这本具有开创性的专著为积极探索我国运动训练学教材体系、框架内容和研究方法等方面作了思想和方法的准备,该专著有相当一部分内容后来被编写在运动训练学的教材中。他主编的《教练员手册》是课程理论应用的延伸,为教练员科学训练提供了系统的方法,《中国运动训练理论与实践研究》从哲学的高度帮助人们认识竞技项目规律、特点,是解读运动训练学课程理论应用实践有较大价值的参考书。

2)田麦久。田麦久于1981年获西德克隆体院博士学位,是我国第一位体育博士、教授、博士生导师,中国运动训练学理论主要奠基人之一,在运动训练基本理论、项群训练理论、训练过程控制、运动员竞技能力结构模型、运动竞赛研究卓著。

田麦久教授具有原创性的《项群理论》研究,填补了原运动训练学一直延承德国、前苏联等国家的一般训练学和专项训练学两个层次理论研究体系的缺陷,构建了一般训练理论、项群训练理论和专项训练理论完整的科学体系。由田麦久教授主编的“九五”国家重点教材《运动训练学》,集中反映了中国当前竞技体育训练理论研究的创新成果与本土化特色,2002年该教材荣获全国优秀教材一等奖。

2.6 学术平台

任何一门科学学科的发展,必须植根于一定的学术传统之中,有一定的学术平台作为其生长、发育的沃土。

中国运动训练学发展到系统化阶段,逐步构建了以中国体育科学学会-运动训练学分会、体育院校运动训练学教研室、体育期刊为轴线的一系列学术研究、交流、传播平台(前文已有阐述)。运动训练学教研室

的建立为硕士、博士研究生以及教师的培养、教练员培训、学术交流提供了平台;而先前创立的运动训练学科学学会,以及这一时期学术期刊的创办为学术交流、传播更是提供了广阔的空间。

参考文献:

- [1] 托马斯·库恩著[美].科学革命的结构[M].金吾伦,胡新和,译.北京:北京大学出版社,2003.
- [2] 杨杰.运动决策的描述性范式研究[D].长春:吉林大学,2005.
- [3] 肖天,梁晓龙,王鼎华,等.中国乒乓球队技术进步的哲学分析[J].武汉体育学院学报,2006,40(7):1-6.
- [4] 肖涛,甄洁,林克明,等.运动训练学的历史发展及学科建设思考[J].体育文化导刊,2006(11):67-69.
- [5] 田麦久,试论我国竞技体育科学发展的时代要求[J].体育科学,2006,26(6):3-5.
- [6] 曹景伟,席翼,袁守龙,等.中国运动训练学研究的回顾与展望[J].天津体育学院学报,2003,18(2):43-50.
- [7] 徐本力.专项理论到运动训练科学——兼论运动训练科学理论的形成与发展趋向[J].北京体育大学学报,2004,27(6):721-727.
- [8] 田麦久.我国运动训练学理论体系的新发展[J].北京体育大学学报,2003,26(3):145-148.
- [9] 王长生,张国兵.21世纪初国际运动心理学研究方法范式探微[J].三峡大学学报:人文社会科学版,2006,28(1):102-109.
- [10] 漆昌柱.运动员高级认知过程研究的方法范式探析[J].武汉体育学院学报,2004,38(6):160-163.

[编辑:周威]