

# 我国健美操运动理论研究的现状及对策分析

王 硕

(西安体育学院体育艺术系, 陕西 西安 710068)

**摘 要:**运用文献资料法、专家访谈法、数理统计法等研究方法,对2006年至2012年在体育类核心期刊发表的有关健美操方面的研究成果进行分析得出:我国健美操运动理论研究年发表量呈不稳定发展态势,研究方法基本合理,研究内容围度不断扩大而高度、远度不足,目前还未形成稳定、高产的作者群,研究缺乏整体性、连续性和针对性。建议应该加强多人合作意识,加强开展与社会发展具有关联性的研究,且敢于假设和开创研究的新领地,并注重健美操研究成果的积累等。

**关键词:**健美操;科研成果;数量;分类

中图分类号:G 831.3

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2013)06-0062-05

## Current Situation and Countermeasures about China's Aerobics Research

WANG Shuo

(Sports Art Department of Xi'an Physical Education University, Xi'an 710068, China)

**Abstract:** By means of the literature consultation, interview and mathematical statistics, this paper studies Aerobics of the research results in sports core journals published in 2006-2012. The result shows: China's aerobics theory study publishing volume was not a stable development trend, research methods were basically rational, girth expanding, high and far not enough in contents, has not formed stable, high yield authors, research lack of integrity, continuity and the specific situation. It should strengthen the cooperative consciousness, strengthen the social relevance research, and dare to assume and create new research domain, pay attention to the accumulation of Aerobics Research results.

**Key words:** aerobics; scientific research; quantity; classification

随着社会的发展,健美操已经成为人们喜闻乐见的健身娱乐运动项目,并发展成为在国际体坛上具有一定影响力的竞技运动项目。<sup>[1]</sup>近年来,在国家大力发展全民健身运动和推进文化发展之际,健美操运动实践日新月异,发展迅猛,为了能准确把握健美操运动科研方向,提高科研的质量,促进健美操运动更好的发展。

糊匹配,时间为2000—2012年,共检索到文章474篇,通过逐一筛选、下载、阅读,来全面获悉我国健美操运动的研究状况。

专家访谈法:访谈全国数十位健美操专家。

数理统计法:对收集的论文进行分类,并运用EXCEL软件对所获得的数据进行统计处理。

逻辑分析法:采用归纳演绎法对本研究进行逻辑分析。

## 1 研究对象与方法

### 1.1 研究对象

2006年—2012年在体育类核心期刊发表的有关健美操方面的研究成果,总计168篇。

### 1.2 研究方法

文献资料法:通过中国期刊全文数据库,检索项“篇名”,检索词“健美操”,范围“核心期刊”进行模

## 2 研究现状与对策

### 2.1 我国健美操理论研究成果各年度统计

从2006年到2012年我国健美操理论研究成果呈现不稳定发展态势(见图1),为了能总体把握研究数量的发展情况,将2001年到现在的研究成果进行了逐一统计,结果显示2001—2007年总体呈递增趋

势,2008 年突降低谷为 0 篇,2009 年至 2012 年发展态势平稳,但 2007 年之前相比总体呈下降趋势。

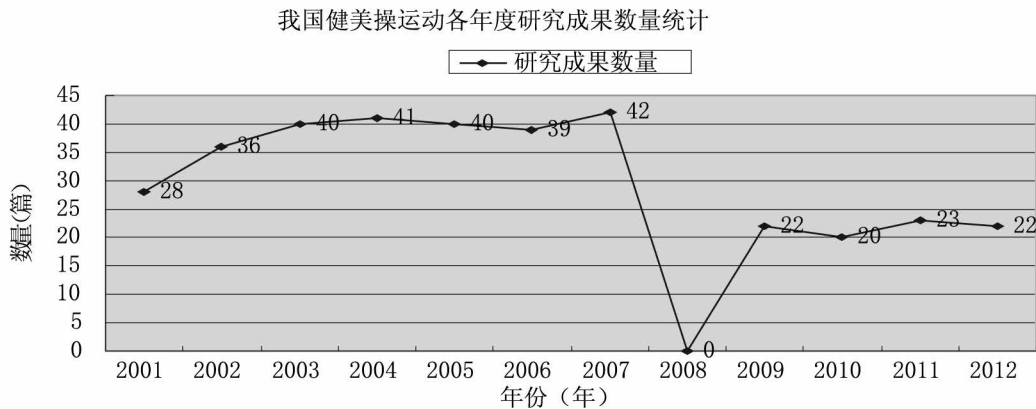


图 1 我国健美操运动各年度研究成果数量统计

2.2 我国健美操理论研究核心期刊发表情况

统计结果显示(见表 1),北京体育大学学报、成都体育学院学报、广州体育学院学报位居发表总量的前三位,占总发表量的 52 %,是健美操科研论文发表的主要阵地。从收录情况来看,大多数体育类核心期

刊均收录健美操的科研成果,但能够代表体育科学最高水平的《体育科学》杂志中未发表过健美操的研究成果,针对这一现象,认为健美操科学研究要向更高层次发展还需要继续努力。

表 1 2006 年—2012 年体育类核心期刊发表健美操研究成果数量统计表

排名	期 刊	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	合计
1	北京体育大学学报	14	15		7	4	4	2	46
2	成都体育学院学报	5	5		5	4	2	1	22
3	广州体育学院学报	6	5		1	3	4	1	20
4	武汉体育学院学报	5	3		1	2	3	3	17
5	中国体育科技	1	4		2	1	2	2	12
6	山东体育学院学报	2	3		1	1	3		10
7	体育文化导刊				2	2	2	4	10
8	体育学刊	1	3		1	1		2	8
9	西安体育学院学报	1	3		1	1		1	7
10	天津体育学院学报	2	1				1		4
11	上海体育学院学报	2					1		3
12	首都体育学院学报					1		1	2
13	体育与科学				1		1	1	3
14	山东体育科技							3	3
15	沈阳体育学院学报							1	1
合计		39	42	0	22	20	23	22	168

2.3 我国健美操理论研究成果作者情况

核心作者是指在某个学科或领域内,发表论文数多,具有较强影响力的作者(见表 2)。确定核心作者的标准可以通过普赖斯定律  $N = 0.749(\eta_{\max})^{1/2}$  确

定<sup>[2]</sup>。其中, $\eta_{\max}$ 为所统计年限中最高产作者的论文数, $N$ 为确定核心作者的最低论文篇数。根据统计  $\eta_{\max} = 4, N = 1.498$ ,四舍五入后最低发表为 2 篇,以第一作者作为统计源,统计结果显示:发表 2 篇的作

者人数为 9 人,发表 3 篇的作者各 1 人。因此认为核心作者人数为 14 人。如果核心作者发表量占发表总数的 20 % ,就形成学科的高产作者群。计算结果 10.2 % < 20 % ,因此,健美操理论研究还未形成核心作者群。“单兵作战”的研究占健美操科研的主流,占总研究量的 44 % (见表 3),两人合作的占

30.4 % ,多人合作主要是课题研究成果。这表明我国健美操科研缺乏整体性、连续性和针对性,大多作者未能形成一条研究的主线或研究成果质量还未达到体育科学研究的标准。建议应该加强多人合作意识,并且在作者合作研究的动力机制上能有所改善,尽早形成稳定、高产的作者群。

表 2 2006 年—2012 年体育类核心期刊发表健美操研究成果作者合著情况统计 (n = 168)

发表量	1 篇	2 篇	3 篇	4 篇	5 篇
人数	134	9	4	1	0
占总量/%	79.8	10.7	7.1	2.4	0

表 3 2006 年—2012 年体育类核心期刊发表健美操研究成果作者合著情况统计 (n = 168)

作者情况	独立	二人合著	三人合著	四人合著	五人合著	六人合著
篇数	74	51	26	13	3	1
占总量/%	44.0	30.4	15.5	7.7	1.8	0.6

2.4 我国健美操理论研究成果研究方法分析

巴甫洛夫曾说过:“科学是随着研究方法所获得的成就而前进的”。研究方法对各个领域的科学研究同等重要。在统计过程中发现,近年来健美操运动的研究方法已向多元研究方法过渡,定性研究逐步向着定性和定量相结合的研究方向发展,健美操运动科研论文的整体研究水平有较大的提高。把文中没有指出研究方法的论文归为无研究方法,占总研究的 19.1 % ,而 80.9 % 的研究成果(见表 4)都表述有一种或多种研究方法,其中使用一种研究方法的占

8.9 % ,二种研究方法的占 19.6 % ,三种研究方法的占 19.6 % ,四种研究方法的占 22.1 % ,五种或以上方法的占 10.7 % 。根据前人的研究<sup>[3]</sup>,把有明确的研究假设和方向并可以证伪的编为有研究假设;反之编为无研究假设。把自己收集数据、采用定量或定性的方法进行相应分析的研究编为实证研究;而没有进行实验或调查,以论述为主的研究编为论述研究。从统计结果可见,健美操研究整体方向合理,大多数研究成果选用了合理的研究方法,其中实证研究占 74.4 % ,论述研究占 25.6 % ,但均无研究假设。

表 4 2006 年—2012 年体育类核心期刊发表健美操研究成果研究方法统计表 (n = 168)

研究方法	无方法	1 种方法	2 种方法	3 种方法	4 种方法	5 种方法或以上	合计
篇数	32	15	33	33	37	18	168
百分比/%	19.1	8.9	19.6	19.6	22.1	10.7	100

体育科学还没有形成自己的科学范式和研究传统;还没有积累足够的研究成果;还没有为社会发展提供醒目的方向和动力<sup>[4]</sup>。因此对于健美操运动项目而言,需要加强研究成果的积累,更要为体育科学研究范式的形成进行广泛的探索和研究实践,需要加强与社会发展具有关联性的研究,并敢于假设和开创研究的新领地。

2.5 我国健美操理论研究成果所涉及的领域

研究主题的发文数量反映不同研究内容在健美操科研中所占的比重。仅是浏览一下健美操研究的主题,就可以领略到什么叫百花齐放、标新立异。健美操理论研究存在围度不断扩大而高度、远度不足的现状。科学研究的结果需要重复,也必须重复<sup>[5]</sup>。张力为在研究中<sup>[4]</sup>曾举过一例:有关社会促进效应的研究发现,他人在场有时能提高操作成绩,有时却又降低操作成绩。这种矛盾的结果使社会心理学家感

到困惑不解。采恩斯(Zajonc,1965)提出了自己的结论,其结果是经过有25 000多名被试参加的近300项的研究,采恩斯的这一解释经受住了实践的检验。如此的研究氛围,与健美操研究相比,令我们感到自愧,我们的研究需要的不是宏大,而是微细;不是拳头,而是针尖;不是坐而论道,而是脚踏实地;不是大预制板的快速搭建,而是一砖一瓦的沉淀积累<sup>[4]</sup>。

未来健美操运动的研究任务任重道远。

依据《中国图书馆分类法》分类原则、体育的学科分类、走访研究并结合健美操运动项目的特征将健美操运动当前的研究内容划分为一般理论、基础理论、竞技训练、大众健身、表演、教学研究、其他7个研究主题(见表5)进行分析研究。

表5 2006年—2012年体育类核心期刊发表健美操研究成果研究内容分布统计表(n=168)

序号	分类	篇数/篇	占总量百分数/%	各类特征
1	一般理论	13	7.7	概念、历史、现状与发展趋势
2	大众健身	13	7.7	大众健身现状、内容、方式、效果及健身指导
3	竞技训练	75	44.6	竞技健美操的规则分析、训练、编排、各单项及成套或难度、操化、过度连接的分析
4	表演	2	1.2	与舞台表演、大型文体表演
5	基础理论	17	10.2	与运动生理、心理、生物力学学科相结合的研究
6	教学	46	27.4	课程、教学内容、方法、模式、评价等
7	其他	2	1.2	明星效应、知识产权保护
总计		168	100	

2.5.1 一般理论研究

一般理论包括历史、现状、发展趋势与对策、健美操的概念、制胜因素、发展困惑、哲学内涵与多元价值的研究,以及音乐、造型、服装对健美操发展的影响,艺术表现力的形成与培养等研究,共涉及文章13篇,占总研究量的7.7%,从当前研究的现状来看,基础理论相对来讲较为匮乏和落后。比如当前对于健美操新概念的研究,健美操项目特征的研究以及健美操理论体系的完善等相关研究都滞后于实践,因此建议今后应该加强一般理论的研究。

2.5.2 大众健身研究

大众健身研究包括大众锻炼内容、大众比赛、社会指导员、健身操开展的现状及发展态势等研究共13篇文章,研究方向各不相同。其中《全国健美操大众锻炼标准》的相关研究有4篇,研究所涉及的内容广泛,各不相同,但研究总量偏少。健美操作为一项大众健身运动在开展和普及中有很多优势,研究的内容也应该是最为广泛的,但从现状可以看出,我国健美操在大众健身领域的研究十分不足,未来这一领域将是我们想要在健美操市场做大做强的主要研究阵地,而目前来看研究才刚刚开始。建议研究者能走到

健身队伍中,切实了解真实的健身需求和群众心声,开展实用的研究。

2.5.3 竞技训练研究

健美操竞技训练位居总研究的首位,共计75篇,占到44.6%,涉及范围广泛,主要包括竞技健美操比赛规则、赛事分析、竞技健美操操化、难度、过渡与连接等技术的分析与研究,以及健美操各参赛项目的训练研究。这一领域的特点是,紧扣实践,在实践中发现问题,探索分析,寻找突破口解决问题,再为实践做好服务工作。新世纪以来,我国竞技健美操可以用“突飞猛进”来形容,近年来竞技领域已经处于良性发展态势,这种理论研究与实践紧密结合的事实也是健美操其他研究领域所要借鉴和学习的。

2.5.4 健美操与表演的研究

这一研究领域是健美操在与时俱进发展的道路上一道美丽的风景线。近年来由于我国体育院校和一些普通院校相继开设了体育艺术系,增设了表演专业并将健美操设为专业核心课程,健美操表演的活动在探索中百花盛开,形式丰富,深受人们的喜欢。而涉及到有关研究仅为2篇,《对健美操融入全运会开幕式大型文体表演的时代特征分析》、《健美操对艺

术院校表演专业学生舞台表演的辅助功能》占总研究 1.2%, 因此呼吁加强此方面的研究, 为开拓健美操表演市场打开新的里程碑。

#### 2.5.5 健美操与基础理论研究

健美操基础理论研究主要是从生理、生化、运动心理等基础理论学科的角度出发开展的健美操研究。研究范围主要涉及到身体成分、身体形态、运动负荷、运动强度、视觉诱发电位、免疫机能、运动损伤、心理健康、人格发展、自我效能感、参赛动因、自尊与心境、抑郁情绪等内容, 共计 17 篇, 占研究总量的 10.2%。从研究内容来看, 通过科学的方法结合运动实践开展的研究更加符合运动科学的发展方向, 因此建议健美操运动应该加强与多学科之间的更为广泛的交流与合作。

#### 2.5.6 教学研究

教学领域研究位居总研究量的第二位, 共计 6 篇, 占总研究量的 27.4%。主要涉及的研究内容包括课程、教学方法、教学模式、能力培养等方面的研究, 研究角度和方法各不相同, 是一个多维和多元的研究领域, 比如课程研究, 包括了课程内容、定位、特色、课程教学评价体系与方法、课程开展现状与对策、课程体系、课程设置、课程模式等研究内容。健美操课程开设广泛, 纵观分布在小学、中学和大学; 横观, 例如大学开展了选修、必修、专修、主修等种形式的课程, 从内容和课程体系上各不相同, 因此, 研究的围度和广度就不言而喻。健美操发展变化的趋势, 迫使我们要不断丰富课堂内容、建立合理的内容体系、运用正确的方法等方式去紧跟发展步伐。同时还需要进行大量的教学试验和理论研究来完善和论证实践的科学性, 保证其健康、可持续的发展。

#### 2.5.7 其他

这一领域的研究仅有两篇, 《我国健美操明星价值效应研究》、《健美操创编知识产权保护研究》, 占总研究的 1.2%。这一领域, 是健美操未来研究需要开发和更加扩大的阵地, 涉及到体育产业、体育法学、体育传播、体育传媒等多个领域, 对于我们来讲似乎还有些陌生, 但开展此方面的研究将是未来健美操市场化的必经之路。

### 3 结论与建议

2006 年—2012 年, 体育类核心期刊发表的有关

健美操方面的研究成果年发表量呈不稳定发展态势, 体育类核心期刊《体育科学》杂志中未发表过健美操的研究成果, 针对这一现象, 认为健美操科学研究向更高层次发展还需要继续努力。

健美操理论研究还未形成高产的作者群。我国健美操科研缺乏整体性、连续性和针对性, 大多作者未能形成一条研究的主线或研究成果质量还未达到体育科学研究的标准。建议应该加强多人合作意识, 并且在作者合作研究的动力机制上能有所改善。

近年来健美操运动的研究方法已向多元研究方法过渡, 定性研究逐步向着定性和定量相结合的研究方向发展, 整体方向合理, 实证研究居多。建议注重健美操研究成果的积累, 为体育科学研究范式的形成进行广泛的探索和研究积累, 并加强与社会发展具有关联性的研究, 且敢于假设和开创研究的新领地。

训练、教学和基础理论的相关研究位居健美操理论研究的前三位。目前研究内容领域广泛、但研究还处于粗放阶段。对一项运动来讲, 我们更加需要注重的是细节, 更加需要的是具体而正确的操作程序, 需要的是经过广泛验证而能指导实践的有效措施, 而单一或少量的研究并不能解决现实问题。因此, 健美操研究, 需要在一个长期的过程中, 与多个学科开展更加广泛的合作, 并在具体的研究领域开展更加多的、长效的和有针对性的研究。

### 参考文献

- [1] 匡小红. 健美操[M]. 北京: 高等教育出版社, 2011: 1.
- [2] 李仪. 我国足球运动科研现状的分析与展望[J]. 武汉体育学院学报, 2006, 40(7): 22-25.
- [3] 王硕, 马鸿韬. 我国体育院校表演专业研究现状[J]. 体育文化导刊, 2010, 112(10): 108-110.
- [4] 张力为. 研究方法在制约我们的追求吗? ——阅读《体育科学》2003 年社会科学论文的联想[J]. 体育科学, 2005, 25(4): 74-80.
- [5] 张力为. 体育科学研究方法[M]. 北京: 高等教育出版社, 2006: 11.
- [6] 王操惠, 李芳. 健美操研究综述与分析[J]. 武汉体育学院学报, 2002, 36(3): 76-77.
- [7] 马丽, 何幸光. 我国健美操理论研究现状与发展[J]. 广州体育学院学报, 2000, 20(2): 96-100.
- [8] 路俊艳, 郭孝平. 我国竞技健美操科学研究的现状与走向[J]. 山东体育学院学报, 2002, 18(3): 30-32.

[责任编辑 魏 宁]