

论现代交互绳运动与中国青少年体育的关系

王然科

(福州大学体育教学部, 福建 福州 350108)

摘要:通过运用文献资料法和逻辑分析法对交互绳运动的起源和发展进行归纳总结,并对现今国际上交互绳赛事和中国交互绳运动的现状展开分析。研究得出:交互绳是一项潜力巨大的青少年运动,因其具有积极向上、青春活力的文化内涵,深受青少年喜爱;交互绳运动组织机构的成立、规则的完善、高水平赛事的举办和政策的支持对交互绳运动的推广起着决定性作用;交互绳运动应该走进校园和社区,举办不同级别的交互绳赛事和活动,丰富青少年阳光体育和大众体育的健身内容。

关键词:交互绳;交互绳运动;青少年体育

中图分类号:G898.1

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2018)05-0066-06

On the Relationship between Double Dutch and Chinese Youth Sports

WANG Ran-ke

(Dept. of PE, Fuzhou University, Fuzhou 350108, China)

Abstract:Through using the methods of literature review and logical analysis, this paper is to analyze the history development of the sport of Double Dutch. And had research on international Double Dutch events and the Status quo of Chinese Double Dutch. The results were that Double Dutch is a huge potential sport; because of the positive and youthful culture it popular with young people. The establishment of sport organization, the perfect rule, high level contests and policy support could definitely push the development of Double Dutch. China should let the sport walk into school and community. And it holds different level contests for skipper, enriching the content of sunlight sport and mass sport.

Key words:Double Dutch; the sport of Double Dutch; youth sports

交互绳是跳绳运动中一类集体项目,在世界上广受欢迎,竞赛更是涵盖街区到世界级赛事。交互绳是需要至少三个人才能开展的跳绳运动,两个摇绳者相对站立,手持两根绳子向两个相反方向依次连续摇动,跳绳者进绳子表演体操、力量、舞蹈等技巧性动作,摇绳者还包含着复杂的摇绳动作,近些年交互绳已经发展为体育与文化元素相结合的年轻时尚的运动。

1 交互绳运动的历史发展

1.1 交互绳古老起源

交互绳的起源要追溯到古老的腓尼基(Phoenician)绳子制造者,在狭长的制绳工棚里用细绳缠绕成

粗绳的时候,他们会把一束束麻绳缠在自己的腰上,另一头两股麻绳与转轮相连,然后制造绳子的工人倒着走把绳子均匀地缠绕在一起。当一些工人要穿过凌乱的地板给编织绳子的工人提供麻绳的时候,他们会从正在缠绕旋转的绳子中间跳过去,为了完成穿越传送麻绳的任务,他们需要敏捷的步伐、柔韧的躯体和良好的视觉感知能力,在这些古老的制绳工序中就包含交互绳的基本要素。很有可能,绳子的编织工人、送绳工人和他们的家人在休息时间会聚在一起玩他们认为在工作中有趣的穿绳动作,把绞动绳索动作和送绳娴熟的步法融入在游戏里面,这项游戏就这样一代又一代传递下来。

1.2 “Double Dutch”的由来

400年前荷兰移民把这项游戏带到哈德森河的

新阿姆斯特丹贸易小镇(现在的纽约市),荷兰移民是美国第一批参与跳绳活动的群体。那时英国人监管着哈德逊流域的荷兰殖民地,他们发现孩子们在一根或两根绳中间跳是绝对荒谬的一件事情。荷兰移民的孩子们在家门前跳绳,他们边跳边唱各种各样的荷兰童谣,这让法国人和英国人都不能理解。英国殖民者开始使用“Double Dutch”这个词来表示两条绳子变化出来的各种各样的运动。这个名称是个贬义词,因为在英国人眼中,任何与荷兰文化有关的事将被认为是荒谬和低劣的,所以英国俗语中称荷兰人为“Dutch”。到20世纪交互绳运动占据着住宅区的街道,在40和50年代,跳绳运动已经在全美的城市中开展。公寓和楼房层叠在一起扩大了路面的前院,女孩们带着母亲的晾衣绳走向人行道,绳子还是有可能湿的,但这样绳子有足够的重量打在地上,从而顺利地玩起交互跳绳(图1)。在20世纪50年代末期,随着电台广播和电视占据着美国年轻人的生活,而且居民在居住的邻近公寓楼附近缺乏休闲放松的空间,这项游戏几乎就要消失在人们的生活之中。



图1 交叉跳绳

1.3 现代交互绳运动的创造和发展

在1973年,尤利西斯·威廉姆斯,当时纽约市警察局社区公共事务部门的一名侦探,发现贫民窟中的不良少年数量急剧增加,为了让城市青少年,尤其是女孩远离破坏性的诱惑,他选择交互绳作为青少年健康推广计划,这个项目名称叫做“Rope, not Dope”,并和他的同事戴维 A. 沃克一起把街头游戏“交互绳”改造成一项规范、有趣的运动项目,让更多的青少年参与进来。在中小学体育教师的协助下,沃克和威廉姆斯通过把原本只是游戏的一项运动发展成竞争性的团队运动,成为今天世界级别的运动项目。1974

年的2月14日在纽约举办了第一届交互绳锦标赛,接近600名的小学生参加了比赛。从这届比赛开始,交互绳竞赛逐渐扩大到全市和全国锦标赛,接近10万名男孩和女孩代表自己的学校和社区在国家 and 国际的赛事中为获取好的名次而不断地奋斗着。同年,戴维 A. 沃克创立了美国交互绳联盟(American Double Dutch League)。在ADDL成立后不久,麦当劳开始赞助地区和全国性的交互绳比赛,这不仅仅为这些赛事提供非常必要的经济支持,更重要的是帮助交互绳获得更广泛的观众,让它成为一项既有浓烈竞技色彩的对抗竞赛,又有独特娱乐性的表演项目,在世界上得到各国青少年的青睐和喜爱,并为之不停奋斗。

1.4 交互绳运动的文化内涵

随着交互绳运动的流行,交互绳逐渐出现在书籍、音乐、电影和电视等媒体中,最早出现在1980年弗兰基史密斯发布的一张名叫Double Dutch Bus的个人Funk音乐专辑中,在歌曲视频的片段中描述了一群美国黑人女孩在跳交互绳,十分贴近音乐的风格。紧接着1983年马尔科姆迈凯轮在Duck Rock专辑中和1991年DJ杰夫和Rapper威尔斯史密斯在Homebase hip-hop专辑中都描述到了跳交互绳的场景。探索电影纪录片Double Time和迪士尼原创电视频道Jump In描述了年轻人敢为自己梦想拼搏,在自己喜欢做的事情上坚持到底,并获得成功的故事。2004年由科丽塔·斯科特·金奖获得者Sharon M. Draper所撰写的青少年小说读本Double Dutch在美国出版,讲述了青少年面临各种困惑迷茫并通过交互绳训练和比赛最后获得成长和收获友情的故事,深受青少年读者的喜爱。谷歌搜索主页在2007年1月15日马丁路德金纪念日上,谷歌的标志上出现了黑人和白人小朋友一起跳交互绳的图标,寓意着青少年参与交互绳运动能够跨越种族的界限,极好地宣扬了美国社会人民民主平等的宪法精神。进入21世纪,随着交互绳运动不断地进步发展,在世界上受到更多的关注和欢迎,竞赛和表演水平水涨船高,极具有观赏和娱乐性。电视、网络媒体开始转播和传播高水平的交互绳表演和比赛,教学训练和比赛DVD也大量出版,并开始被广告商所青睐;奥迪汽车工业和苹果IPHONE,用交互绳的速度敏捷和技巧多样性来传递着造车和娱乐的理念。交互绳运动具有积极向上和多元化的文化特点,让它脱离于这项运动本身,体现出更多的人文关怀,在家庭、学校和社区中承担着积极的角色,满足了青少年对美好幸福生活向往的强烈需求。

2 世界交互绳竞赛开展现状

2.1 世界交互绳大赛 (Double Dutch Contest World)

世界交互绳大赛是由世界交互绳竞赛执行委员会进行主管,各个国家和地区的交互绳竞赛委员会组织协助举办各分站赛,并在每个赛季的季末举办总决赛(图 2)。最早这项赛事是由日本 Run-d-Crew 专业队伍所创设的,第一届比赛是 2002 年在日本横滨市天堂俱乐部举行,这届比赛仅仅有 11 支队伍参加比赛,但是到了 2014 第 13 届,总共有来自日本和其他国家和地区接近 190 支队伍参加。最初的比赛名称是交互绳系列赛 (Double Dutch Contest Vol.),从 2007 年第六系列赛开始,在赛事名称后面加上日本

两个字变成 Double Dutch Contest Japan,在 2011 年后赛事名称改为交互绳竞赛 + 公元纪年。现在这项交互绳公开赛在比利时、中国、法国、印度、日本、韩国、新加坡、美国、泰国以及中国香港共 10 个国家和地区举办巡回赛,举办比赛的目的是为了让更多人喜欢并参与到这项运动中,扩大交互绳的影响力,展示出交互绳运动的文化魅力。2010 年在日本东京涉谷公会堂举办了第一届世界交互绳大赛,Double Dutch Contest 系列赛是世界上影响范围最广,竞技水平最高的跳绳单项赛事。比赛分为初级组 (5—12 岁),U - 19 组 (13—18 岁) 和公开组 (19 岁及以上),初级和 U - 19 参加 30 s 速度赛和 2 ~ 3 min 表演赛,公开组除了上述两个项目,还包括花样对抗赛 (Battle),但这仅限于公开组最好成绩的四个队伍之间进行。

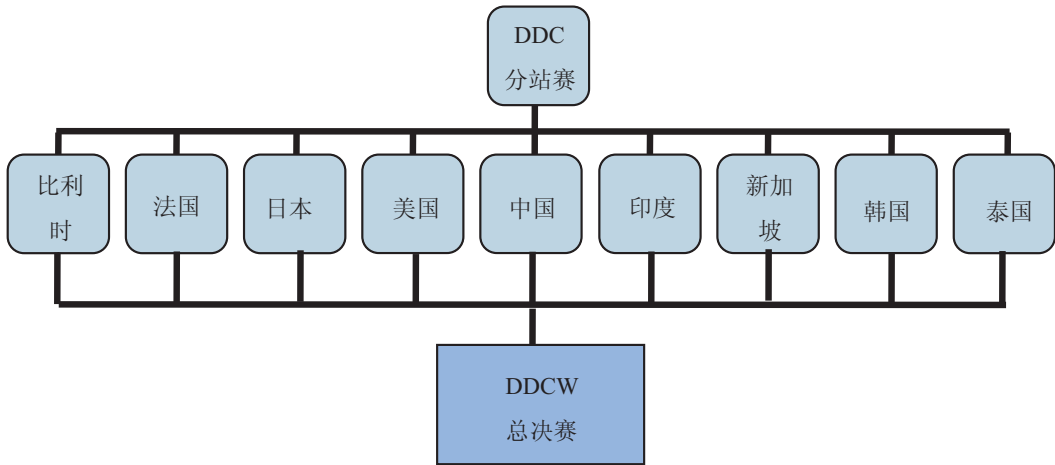


图 2 DDCW 赛事结构图

2.2 国际跳绳联盟 (FISAC - IRSF) 和世界跳绳联盟 (WJRF) 锦标赛

国际跳绳联盟和世界跳绳联盟是世界上两个影响力最大的国际性跳绳运动管理组织,为了今后更好地推进跳绳运动的发展和获得国际单项体育联合会 (GAISF) 承认的国际单项体育组织,与奥林匹克运动紧密地联系在一起,在 2018 年 2 月 23 号两个跳绳联盟共同宣布合并成立国际跳绳联合会 (IJRU)。2019 年夏天 IJRU 将对这项全球性运动进行全面地行政管理,并预计在 2020 年的夏天组织举办联合后的第一次世界跳绳锦标赛,在此之前 IRSF 和 WJRF 将各自负责本联盟的世界跳绳锦标赛。两个联盟所举办的交互绳竞赛代表了该项运动的最高竞技水平,只不过在竞赛组织形式上有些不同。IRSF 是以国家跳绳队

的形式来参与竞赛,充分展现出当前各个国家整体的跳绳竞技水平。WJRF 参赛资格更为灵活,原则上是允许世界上任何国家的运动员参加比赛,实行注册制,为不同类型、背景和技术水平的跳绳运动员提供和谐的竞争和交流的环境。但如果运动员所在居住地有协会或者官方组织和 WJRF 签订了谅解备忘录 (MOU),那么这个地区的运动员就必须先在所在地区进行选拔来获得参赛资格。从两个联盟官方竞赛手册来看,在竞赛方式上存在着不同,IRSF 更强调的是竞技性和规范性,而 WJRF 突出的是自由性和表演性。WJRF 在竞赛项目的设置上显得更为丰富 (表 1),3 项速度竞赛和 5 项花样竞赛大大地超过 IRSF 所设置的项目,增加了运动员参与比赛的机会,尤其是交互绳花样赛的多样性。在 DDCW 的 2 ~ 3 分钟

的表演赛上,竞赛规则明确要求要有舞蹈、跳绳和娱乐的编排,并且服装的选择要契合音乐和舞蹈的编排,可以在造型上进行 Cosplay,充分地展示出交互绳运动的独特文化魅力。

表 1 IRSF 和 WJRF 交互绳竞赛项目

比赛项目		IRSF	WJRF
速度赛	①4 * 45 秒速度接力赛 Double Dutch speed relay		①3 * 40 秒速度接力赛 Double Dutch speed relay ②2 * 60 秒速度接力赛 Double Dutch pairs speed ③1 * 30 秒速度赛 (DDC) Double Dutch speed
			①3 人花样交互绳 Double Dutch single freestyle (45 秒 ~ 75 秒) ②4 人花样交互绳 Double Dutch pairs freestyle (45 秒 ~ 75 秒) ②5 人花样交互绳 Double Dutch triad freestyle (60 秒 ~ 90 秒) ④交互绳表演赛 (DDC) Double Dutch performance (2 分钟 ~ 3 分钟) ⑤交互绳团队 Battle (DDC) Freestyle Battle
花样赛	①3 人花样交互绳 Double Dutch single freestyle (60 秒 ~ 75 秒) ②4 人花样交互绳 Double Dutch pairs freestyle (60 秒 ~ 75 秒)		

2.3 其他交互绳竞赛

2.3.1 五大洲和地区的跳绳锦标赛

FISAC – IRSF 是由欧洲、亚洲、泛美洲、澳洲和非洲五个洲际协会联盟组成,每个洲每两年都会举办一次洲际跳绳锦标赛,例如亚锦赛和欧锦赛,其竞赛项目与 IRSF 世锦赛保持一致,基本代表了该大洲跳绳运动的最高水平。每个洲跳绳联盟的成员又由各个国家的跳绳协会所构成,因此每个国家都有自己的全国比赛或联赛,除了基本的交互绳竞赛项目和 IRSF 保持一致外,还根据本国的特点和需求设定了项目丰富的交互绳竞赛,极大地推动了交互绳运动的整体发展。

2.3.2 National Double Dutch League Holiday Classic

这项赛事是美国国家交互绳联盟所举办的一项国际性单项比赛,主要邀请来自美国、欧洲和日本的交互绳队伍,加强高水平交互绳队伍之间的交流,也为交互绳的新手提供一个竞技和展示的机会。这项赛事到 2017 年已经举办了第 26 届,每年都如期在纽约市的阿波罗剧场举行。该项比赛项目分为速度赛、新手混合表演赛、高级水平混合表演赛。

2.3.3 Double Dutch Delight

它是日本全国交互绳锦标赛,是为了参加每年 12 月份在美国纽约举办的交互绳比赛而举办的选拔赛。这项赛事为每一个交互绳运动员展示他们最好

的能力提供一个竞技的舞台,同时也是为了激励下一代,促进交互绳的发展。地区选拔赛分为公开组和普通组,公开组顶级队伍将会被考虑选为参加 National Double Dutch League Holiday Classic 比赛。地区选拔赛分别在东北地区、关东地区、关西地区、中国·四国·九州地区举办,每个地区顶尖队伍将被邀请参加最终的 Double Dutch Delight Japan 的总决赛。总决赛中最好的三支队伍和儿童组的冠军作为日本国家队参加美国纽约举办的 National Double Dutch League Holiday Classic 比赛。

3 交互绳运动的发展对中国青少年体育的影响

3.1 中国交互绳运动的源起

中国是跳绳的发源地,有着一千多年跳绳的历史,但跳绳运动,尤其是花式跳绳运动在中国有规范和规模性地开展仅仅是近十年的事情。在 2000 年以前,交互绳运动当时在国外的的发展已经非常成熟,除了有着完善的规则和表演训练体系外,还赋予了更多的文化内涵,作为能够展示个人和团队特质的一项集体能、技巧和娱乐为一体的运动,深受青少年群体的喜爱。然而,国内除了陕西西安、河南洛阳、北京等一些有着跳绳传统的地区有简单的交互绳竞赛活动外,其他地区几乎看不到交互绳运动和竞赛的身影。

2003 年上海体育学院民间体育跳绳俱乐部成立,开始挖掘和探索国内民间花样跳绳运动,吸取精华,并与国际跳绳运动接轨,经过三年时间的磨砺,2006 年跃动上海花样跳绳队的成立,形成一套独特的花样跳绳运动运作体系,大力在公众场合、学校和媒体上宣传和推广跳绳运动,特别是交互绳运动,参加了国内外不同级别跳绳比赛和表演,取得了骄人的成果。他们在 2010 年上海世博会对来自世界各地的游客进行了多场花样表演,2011 年第六届亚洲跳绳锦标赛上获得混合组交互绳冠军,2012 年世锦赛上获得三人交互绳花样赛亚军,2014 年南京青奥会和 2016 年里约奥运会跃动跳绳队都受邀参加表演,确立了中国花式交互绳在世界上的地位,也让更多的中国人了解到交互绳这项有趣的运动。

3.2 中国交互绳运动推广和发展

随着跳绳运动的推广和普及,国家体育总局社会体育指导中心在 2007 年发布了《中国跳绳竞赛规则(试行)》标志着中国正式迈入了竞技跳绳的道路,2007 年广州“菱电杯”第一届全国跳绳公开赛把 4 * 45 秒交互绳接力赛、45 ~ 75 秒交互绳三人花样跳和 45 ~ 75 秒交互绳四人花样跳设为正式比赛项目,中国交互绳运动发展走出坚实的第一步。2012 年国家体育总局社会指导中心成立了全国跳绳运动推广中心,并加入到国际跳绳联盟(FISAC - IRSF),成为 IRSF 重要的理事成员国,全国地方跳绳协会和俱乐部雨后春笋般地涌现加快了跳绳运动的发展。

通过 4 年时间跳绳竞赛的实践和探讨,2011 年编写了更为完整和规范的《跳绳竞赛规则 2011—2014》,推动着跳绳运动不断向前发展,并在全国各省市积极举办不同类型、不同层次的跳绳比赛,2013 年全国跳绳锦标赛,以及 2014 年全国跳绳联赛的举办,到 2017 年全国跳绳赛事的参与人数高达 6000 多人(不包括线上比赛),参赛的大、中、小学校达到 300 多所,为不同类型、不同层次的选手提供了一个公平竞技的舞台,极大推动了青少年体育运动的发展。特别是 2014 年由上海市社会体育管理中心主办上海市花样跳绳协会承办的第一届上海交互绳公开赛在浦东新区红领巾剧场举行,这是中国交互绳运动发展迈出的里程碑式的一步,该项赛事是世界交互绳大赛(DDCW)的中国分站赛,总共有 5 个国家和地区,国内 10 个城市共 29 支队伍参加,并邀请国际的顶级队伍表演,以舞台表演的形式充分展示了花式交互绳运动的魅力。同年中国组队参加香港世锦赛,参赛队伍

在交互绳速度赛上表现不俗,在世青赛总共获得了 3 枚金牌、1 枚银牌和铜牌。贵州师范学院和重庆华蓥中学联队在公开赛团体赛中获得三人交互花样铜牌。2016 年在瑞典世界锦标赛中国队在交互绳 4 * 45 接力竞速赛上连续打破世界纪录,并在花样赛上有着不俗的表现。然而,从代表最高水平的 DCCW 竞赛成绩来看,中国在花式交互绳上还有很长的路要走,在交互绳花样表演整体水平与日本、美国、比利时等国家还有一定差距,但随着交互绳运动不断地“走出去和请进来”,这种差距正在不断地缩小。

3.3 交互绳运动与青少年体育活动促进

2018 年国家体育总局、教育部等 7 个国家机关部门联合印发的《青少年体育活动促进计划》,结合《“健康中国 2030”规划纲要》和《全民健身计划(2016—2020 年)》,把提高青少年体质健康水平和综合素质放在第一位,广泛开展青少年体育活动,吸引更多的青少年参与体育锻炼。2017 年全国青少年“未来之星”阳光体育大会在众多的体育项目中选择了跳绳作为主项比赛,并设立了 4 * 45 秒交互绳接力赛,可见跳绳运动经过近几年的快速发展在青少年中间越来越普及,成为学校体育和青少年体育俱乐部的重要组成部分。跳绳能增进人的身体健康已经是众人皆知的科学事实,美国的 Jump Rope for Heart 已经有将近 40 年的历史,从 1978 年开始,美国心脏协会就和健康、体育联盟携手每年一度地在美国各地的小学里推广“跳绳强心”活动,以此唤醒青少年的体育活动锻炼意识,促进身心健康。在国家体育总局社会指导中心推广下,现今已有为数众多中小学校实行跳绳强心计划,并且一些学校把跳绳作为学校的特色项目来开展,像广东的七星小学、北兴小学、勒流东风小学就为典型的代表。

这些学校都处于城镇的交界,大多数学生都是打工子弟,来自五湖四海,在没有开展跳绳运动之前学校的校风并不好,学生们普遍缺乏自信,归属感不强,学习成绩一般,并且这些学校人均活动面积、体育设施和办学经费有限,无法开展田径、球类和游泳等主流运动项目,但学校通过简单易行的跳绳运动,赋予跳绳以绳健体、以绳促德、以绳辅智和以绳提高审美等一定的文化内涵,借由各种跳绳活动和训练加强了家校共建,增加了亲子之间的互动,也积极拓展和社区之间的互动,构建家庭、社区和学校之间的学习共同体,让学生的面貌状态发生了巨大的转变,尤其是学校跳绳队在全国和世界比赛中取得的优异成绩更

是增加了学生们的自信和自尊,拓宽了他们的眼界,岑小林就为其中的翘楚。来自上海高境三中跳绳队黄俊凯、金振宇、姜大礼三位队员 2017 年 11 月 19 日,在 CCTV 全新一季《挑战不可能》的舞台上与日本交互绳队进行对抗,挑战由日本选手保持的 30 秒 129 次(单脚)交互绳速度世界吉尼斯记录,通过顽强拼搏和团队协作,最终以 133 次打破了原有记录并战胜了对手,让人们看到了中国少年的速度,切实体会到了“少年强则中国强,中国强则中国少年强”。

因此,交互绳作为跳绳运动中的集体项目,不但包含着集体运动的文化特征,而且形式内容多样,不受场地和器材的限制,极为容易开展,能够提高青少年沟通、协调和合作等各方面的社会适应能力,鼓励创新,注重礼仪,宣扬积极向上的青春运动文化,把它作为青少年体育活动中重点的运动技能培训,能完全满足提高青少年体质健康和综合素质全面发展的要求,对中国青少年体育的发展有着极大的促进和推动作用。

4 结语

现代交互绳运动 1974 年从美国创设至今整整走过了 40 个年头,这期间交互绳运动得到了飞跃性的发展,现在有 50 多个国家千千万万的交互绳爱好者参与到这项运动中,让交互绳运动的魅力和文化得到很好的诠释。它年轻时尚、积极向上的运动理念,以及器材简单、易于开展的特点应该在跳绳的发源地中国得到有力的推广,是学校体育和大众体育有效的组成部分,能够有效地促进人民身心健康,丰富群众文化生活,满足人们对美好生活的强烈需求。

参考文献

- [1] 国家体育总局社会体育指导中心. 跳绳竞赛规则(2018—2021)[Z]. 2018.
- [2] ARSF. Events around Asia[EB/OL]. (2014-05-10)[2018-06-17]. <http://www.arsf.asia/>
- [3] 王然科,张吾龙. 中外跳绳运动发展研究[J]. 体育文化导刊,2011(9):41-45.
- [4] Sharon M. Draper. Double Dutch[M]. NEW YORK: Atheneum Books for Young Readers, 2004.
- [5] 蔡颖敏. 2017 年全国跳绳推广工作会议总结报告[R]. 厦门, 2018.
- [6] FISAC-IRSF. FISAC_RULEBOOK_2017-2018 World Championship Competition Manual [EB/OL]. (2017-09-14)[2018-06-17]. http://www.fisac-irsf.org/uploads/7/8/0/3/78035336/fisac-irsf-rulebook_world_championships_2017v3.
- [7] NDDL. The history of Double Dutch[EB/OL]. (2015-06-08)[2018-06-17]. <http://www.nationaldoubledutchleague.com/History.htm>.
- [8] ERSO. Rope Skipping Who's responsible for it[EB/OL]. (2016-07-09)[2018-06-20]. <http://www.erso.info/index.php?page=history>.
- [9] JDDA. DOUBLE DUTCH CONTEST WORLD 2015 OVERVIEW[EB/OL]. (2015-10-20)[2018-06-22]. <http://doubledutchcontest.net/world/eng/gaiyou.html>
- [10] WJRF. WJRF-Competition-Rule-Book[EB/OL]. (2014-12-14)[2018-06-25]. <http://worldjumprope.org/competition-2/rulebook/>.

[责任编辑 魏 宁]