

上海优秀击剑运动员和跳水运动员注意特征比较

胡 涛, 周伟鸣, 朱晓琴

摘 要: 运用文献分析法、数据分析法, 对上海优秀击剑运动员和跳水运动员注意特征的比较研究, 发现跳水运动员与击剑运动运动员的注意特征有显著差异。注意稳定性及注意集中这两项注意特征, 是优秀跳水运动员所具备的重要注意特征。优秀击剑运动员所具备的最重要的注意特征是注意转移。

关键词: 击剑; 跳水; 注意特征; 心理技能

中图分类号: G804.8 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2010)06-0065-03

Comparative on Attention Characteristics of Shanghai Elite Fencers and Divers

HU Tao, ZHOU Wei-ming, ZHU Xiao-qin

(East China Normal University, Shanghai 200062 China)

Abstract: By the methods of literature study and data analysis, the paper compares the attention characteristics of Shanghai elite fencers and divers. It is discovered that the attention characteristics of the divers and fencers differ greatly. Attention of stability and focus attention are the main necessary attention characteristics of an elite diver, while attention transfer is the most important attention characteristics of an elite fencer.

Key words: fencing; diving; attention characteristics; mental skill

注意在近代心理学发展的初期就受到了高度的重视, 它是意识的一个属性; 是人的心理活动或意识对某项事物的集中和指向; 是心理活动的调节机制。著名心理学家威廉·詹姆斯于1890年就曾表示, 注意是心理学的中心课题。但注意在行为主义和格式塔心理学派流行的时期, 曾一度淡出了心理学主要内容的范畴, 注意的重要性在20世纪50年代, 认知心理学兴起之后, 又重新被心理学家们所重视。

对于运动员注意特征的研究, 以往运动心理学家们对一些运动项目运动员的注意特征已作了一定的研究, 但对于击剑项目针对性的, 并且运用仪器测量运动员注意特征指标的研究还未发现。现国内外关于击剑运动员注意特征的研究还处于初始摸索阶段, 目前还没有关于击剑运动注意特征研究的相关文献资料。

运用心理测试法, 对击剑与跳水运动员的注意特征进行测试。通过测试结果的比较, 找出击剑与跳水运动员注意特征的差异, 从而进一步探索有关击剑运动员的注意特征问题。

1 对象与方法

1.1 研究对象

研究对象为跳水运动员和击剑运动员共78名。跳水运动员38名: 国际健将2名、健将17名、一级运动员19名。击剑运动员40名: 国际健将2名、健将3名、一级运动员35名。

1.2 研究方法

1.2.1 测试方法

使用注意力分配及神经训练系统, 对测试对象进行眼球

运动、瞬时反应1、瞬时反应2、眼手协调、周边视野、分散注意力1、分散注意力2这7项指标的测试。

1.2.2 文献资料法

通过上海体科所、中国教育信息网站、期刊网等查阅: 国内外关于心理技能训练、运动员注意品质、优秀运动员注意特征等方面的文献及理论研究成果。

阅读与本课题有关的社会学、统计学、实验心理学、运动心理学、心理测量学及生理学等多学科的论著。

1.2.3 调查访问法

先后面谈、联系上海跳水队及上海击剑队的优秀运动员、教练员和专家, 从中获得大量有关本课题研究所需的第一手资料。

1.2.4 数理统计法

检验各项数据, 运用常规统计的方法。对实验的数据进行统计及处理, 使用社会科学统计软件SPSS13.0 for XP。采取T检验分析、正态分布检验方法以及多元方差分析。

1.2.5 测试工具

日本注意力分配及神经训练系统, 该系统可以对测试对象进行眼球运动(注意稳定性)、瞬时反应1(注意集中)、瞬时反应2(注意集中)、眼手协调(注意分配)、周边视野(注意广度)、分散注意力1(注意转移)、分散注意力2(注意转移)等项目的测试。

2 研究结果

参加实验者数量分析, 78名受试者全部完成各项测试项目, 受试者都为上海队一线运动员, 参加过全国比赛并取得过一定的运动成绩。

收稿日期: 2010-10-06

第一作者简介: 胡 涛, 男, 在读研究生, 主要研究方向: 运动心理学。

作者单位: 1. 华东师范大学 体育与健康学院, 上海 200062; 2. 黄浦区青少年业余体育学校, 上海 200010



2.1 击剑运动员与跳水运动员注意特征7项指标的比较

在所测的注意特征7项指标中,击剑运动员与跳水运动员在眼球反应、瞬时反应1两项指标的差异有显著性意义($P < 0.05$),在这两项指标中跳水运动员的平均数明显高于击剑运动员,这就说明跳水运动员的注意稳定性要高于击剑运动员。在分散注意力1、分散注意力2两项指标的差异有非常显著性意义($P < 0.01$),在这两项指标中击剑运动员的平均数明显高于跳水运动员,这就说明击剑运动员的注意转移能力要高于跳水运动员。而在瞬时反应2、眼手协调、周边视野3项指标之间差异没有显著性意义($P > 0.05$)。

2.2 不同级别击剑运动员在注意特征上的多重比较

研究发现,在眼球运动测试指标上,除国际健将与健将运动员没有显著差异,其他均有非常显著性差异;从瞬时反应1的测试指标上看,各个级别运动员均没有显著差异;从瞬时反应2的测试指标上看,除了国际健将与健将运动员之间没有显著性差异外,其他均有非常显著性差异;从眼手协调的测试指标上看,除了国际健将与健将运动员之间没有显著性差异外,其他均有非常显著性差异;从周边视野的测试指标上看,除了国际健将与健将运动员之间没有显著性差异外,其他均有非常显著性差异;从分散注意力1、2的测试指标上看,除了国际健将与健将运动员之间没有显著性差异外,其他均有不同程度差异性。

从总体上来看,国际健将与健将运动员在注意特征各项测试指标上的差异不明显,其他级别运动员均有显著性差异。说明击剑运动员国际健将与健将在注意的各项特征的控制能力上水平差不多,而其他级别差异较大。

2.3 不同级别跳水运动员在注意特征上的多重比较

在所测的注意特征七项指标中,除国际健将运动员与一级运动员在眼手协调上不具有统计学意义上的差异以外($P > 0.05$),其余指标显示国际健将运动员、健将运动员及一级运动员在眼球运动、瞬时反应1、瞬时反应2、周边视野、分散注意力1、分散注意力2这6项指标的组间均有不同程度的差异性意义。说明高水平跳水运动员在注意各项特征的控制能力上都要比低水平跳水运动员强。

3 分析与讨论

3.1 优秀击剑运动员与跳水运动员注意特征七项指标的比较分析

研究结果可以看到,跳水运动员注意力在眼球运动、瞬时反应1、瞬时反应2这3项指标平均数均好于击剑运动员,尤其是眼球运动和瞬时反应1明显优于击剑运动员。从项目中也反应出跳水运动员在注意稳定和集中这两项特征要优于击剑运动员。跳水运动员分散注意力1、分散注意力2明显低于击剑运动员,说明跳水运动员在注意力的转移特征上要略逊于击剑运动员。以上测试结果完全说明了跳水运动员所具备的注意特征指标的特点。

从以往的研究中也得出了经过不同的专项系统训练后,运动员的注意能力特征会随着项目的特点发展而改变。对照研究不同注意类型的高水平运动员的注意特征发现,跳水运动员的眼球运动和瞬时反应1要明显高于击剑运动员,说明

了他们的注意稳定性和注意集中水平较高。而在分散注意力1和分散注意力2击剑运动员明显高于跳水运动员,说明了他们的注意转移能力较强。

表1 击剑运动员与跳水运动员注意特征7项指标的测试结果比较

Table 1 Comparison between the Test Results of the 7 Attention Characteristics Indicators of Fencers and Divers

测试项目	击剑运动员	跳水运动员	t	P
眼球运动	64.38 ± 24.32	76.68 ± 36.80	2.126	*
瞬时反应1	34.52 ± 22.58	45.13 ± 20.29	2.178	*
瞬时反应2	66.53 ± 27.38	68.59 ± 21.17	0.369	
眼手协调	69.53 ± 20.28	66.18 ± 15.52	-0.814	
周边视野	73.03 ± 15.75	70.71 ± 17.76	-0.610	
分散注意力1	67.73 ± 19.16	53.34 ± 18.23	-3.393	**
分散注意力2	58.38 ± 12.11	47.8 ± 14.90	-3.425	**

* $P < 0.05$ 差异显著, ** $P < 0.01$ 差异非常显著

从完成跳水动作的过程来看,注意始终贯穿其中,特别是注意的稳定及注意的集中。在比赛中运动员必须要有较高的注意稳定性才能将注意力集中在每一跳的完成上,这样才能发挥出自己应有的水平。

为了适应击剑项目中攻防转化快和战术多变的特点,选手要跟据比赛中不断产生的各种变化去随时、快速地、灵活的转移注意力,第一时间将自己的注意转移至相关对象。从某种程度上来看,注意转移能力的高低影响着选手在与对手交手时战术意识的优劣,及比赛中神经活动过程的灵活性。所以,运动员注意转移能力的提高,必须要与技术水平的提高以及其他各种能力的提高有机结合起来。

3.2 不同运动级别跳水运动员在注意能力上的比较分析

在所测的注意特征7项指标中,除国际健将运动员与一级运动员在眼手协调上不具有统计学意义上的差异以外($P > 0.05$),其余指标显示国际健将运动员、健将运动员及一级运动员在眼球运动、瞬时反应1、瞬时反应2、周边视野、分散注意力1、分散注意力2这6项指标的组间均有不同程度的差异性。说明高水平跳水运动员在注意各项特征的控制能力上都要比低水平跳水运动员强。通过跳水运动训练能够促进运动员注意的稳定性及注意的集中能力的提高。这些能力的提高是运动员经过多年系统的专项训练之后,所产生的一种适应性变化。

从测试结果来看,毫无疑问优秀跳水运动与一般跳水运动员在各方面注意能力特征上都有明显差异,从3个方面考虑导致这个差异性存在的理由,一是根据所从事的专项训练角度出发,随着时间的推移,跳水运动员从6、7岁就开始专项基本能力训练,正是因为运动员起步早,训练时间较长,比赛中的机会也较多,从多次的锻炼中得到了丰富的经验,因此他们识别特殊运动模式的能力较优越、各方面注意技能也较强。二是因为优秀运动员在长期的训练过程中一直接受着系统并且适合其动作能力的专项训练从而产生的一种适应性变化,它体现着个体注意状态的特点和个体之间在注意状态上的差异。三是随着年龄的增长从认知角度上来讲,优秀跳水运动员的平均年龄在22岁,此年龄段认知能



力已经发育较完善,因此他们的测试情况要好于一般跳水运动员。

所以,针对优秀跳水运动员和一般跳水运动员注意能力之间存在差异的原因以及注意能力的发展特点,创立了一个比较具有科学性的评判和选材的标准。可见,注意的能力是长期跳水运动实际训练的过程中通过不断的磨合、积累及熏陶,从而渐渐形成的具有明显专项特点的一种心理品质,这也是一名优秀跳水运动员必需具备的,区别于其他运动项目的稳定的心理特点。

3.3 不同运动级别击剑运动员在注意能力上的比较分析

通过表2我们得出,在眼球运动测试指标上,除国际健将与健将运动员没有显著差异,其他均有非常显著性差异;从瞬时反应1的测试指标上看,各个级别运动员均没有显著差异;从瞬时反应2的测试指标上看,除了国际健将与健将运动员之间没有显著性差异外,其他均有非常显著性差异;从眼手协调的测试指标上看,除了国际健将与健将运动员之间没有显著性差异外,其他均有非常显著性差异;从周边视野的测试指标上看,除了国际健将与健将运动员之间没有显著性差异外,其他均有非常显著性差异;从分散注意力1、2的测试指标上看,除了国际健将与健将运动员之间没有显著性差异外,其他均有不同程度差异性。

从测试结果来看,国际健将与健将运动员在注意特征各项测试指标上的差异不明显,其他级别运动员均有显著性差异。说明击剑运动员国际健将与健将在注意的各项特征的控制能力上水平差不多,而其他级别差异较大。

4 结论

4.1 跳水运动员与击剑运动运动员的注意特征有显著差异。跳水运动员尤其在注意稳定、注意集中这两项注意特征指标上高于击剑运动运动员,而击剑运动运动员在注意转移这项注意特征指标上则优于跳水运动员。

4.2 注意稳定性及注意集中这两项注意特征,是优秀跳水运动员所具备的重要注意特征。也是保证顺利完成跳水技术动作缺一不可的重要心理品质。

4.3 注意转移这一注意特征是优秀击剑运动员所具备的最重要心理品质。

参考文献:

- [1] 章志光. 心理学(M) 北京: 人民教育出版社, 1997.
- [2] 中国运动训练学专业委员会. 中国运动训练理论与实践研究(M) 北京: 高等教育出版社, 1996.
- [3] 周台杰, 邱上真, 宋淑惠. 多向度注意力测验指导手册(M). 台北: 心理出版社, 1992.
- [4] 叶奕乾, 祝蓓里. 心理学(M) 上海: 华东师范大学出版社, 1988.
- [5] [殷恒婵, 张锋周, 宋湘勤, 陈培林. 优秀运动员注意力测量与评价研究(A). 体育科学, 2006年(第26卷)第3期

(责任编辑: 何聪)