

## 中国运动训练学话语体系中的核心概念及其建构

夏力<sup>1</sup>,高玉花<sup>1</sup>,谢云<sup>2</sup>,熊焰<sup>3</sup>

(1.广州体育学院运动训练学院,广东广州510500;2.天津体育学院运动训练学院,天津301617;

3.广东白云学院体育学院,广东广州510450)

**【摘要】:**核心概念是话语体系建设中最为重要的表达工具和最小的分析单位,代表着一门学科、一种学说或一个学派的身份、思想与价值。采用文献资料、逻辑分析等方法,以中国运动训练学话语体系中的核心概念为研究起点,对核心概念的逻辑筛选、话语特征、话语现状以及建构路径进行系统梳理和科学探索。研究认为:中国《运动训练学》教材历经40年发展,形成了具有中国特色的理论体系和话语表述,中国运动训练学者们围绕3W2H等问题建立了以“运动成绩”“竞技能力”“项群训练”“训练原则”“训练方法”“训练负荷”“训练计划”“竞技状态”为主体内容的核心概念集,呈现出原创性、逻辑性、相对性、扩展性等话语特征。面对欧美运动训练理论实证概念的引进和传播,受历史之情、现实之需、未来之势影响,中国运动训练学核心概念需要持续回应概念引用的适应性不高、概念转化的价值性不强、概念融通的对话性不足等话语难点;亟需从历史资源中梳理、运动实践中挖掘、学科融合中提炼、科学技术中创新,立足中国本土化,以此实现中国运动训练学话语体系中的核心概念建构以及内涵的新界定。

**【关键词】:**运动训练学;话语体系;核心概念;竞技能力;训练方法;训练计划;运动成绩

中国分类号:G808.1 **【文献标志码】:**A **【文章编号】:**2096-5656(2024)02-0028-11

**DOI:**10.15877/j.cnki.nsic.20240023.001

习近平指出“每个学科都要构建成体系的学科理论和概念”<sup>[1]</sup>。这一表述既包含了对中国学科体系、学术体系、话语体系三大体系建设的迫切期盼,也传递出对中国学者努力构建本土性概念,实现概念自主自觉的内在要求。概念作为话语体系建设中最为重要的表达工具和最小的分析单位,体现了一门学科、一种学说或一个学派的思想成就、特有标志以及身份符号<sup>[2]</sup>,逐步受到了中国学者的广泛关注。近年来,我国运动训练学的概念自主自觉意识显著增强,建设具有中国特色的运动训练学话语体系已经成为我国体育学界的基本共识。

20世纪80年代,我国运动训练理论从依附到学习借鉴发达国家相关教材内容、相关学科的最新研究成果以及吸收中国体育的成功经验<sup>[3]</sup>,逐步形成了“竞技能力”“运动成绩”“运动负荷”“项群训练”“训练原则”“训练方法”“训练计划”等中国运动训练学核心概念集。这些核心概念反映了中国运动训练学这门学科独有的学科内容和基本结构,体

现了中国运动训练学本土学派的概念主张,展现了概念从一般表述到具体认知的积极转变。中国运动训练学经历了40年发展历程,学术创新和学派观点呈现出百花齐放,百家争鸣的繁荣态势,但中国运动训练学学界所呈现的本土概念、原创概念在内涵界定、语言表述以及适用情景上出现了“概念说不准”“概念不可信”“概念传不开”等话语窘境,无法被世界体育学人广泛了解、认同与接受。有鉴于此,研究对中国运动训练理论核心概念的演进过程进行系统梳理,解读核心概念的话语特征,审视核心概念的话语现状,试图为今后中国运动训练学话语体系中的核心概念建构提供一些路径和参考。

收稿日期:2023-12-05

基金项目:国家社会科学基金一般项目(18BTYB020)。

第一作者:夏力(1985—),男,湖北武汉人,硕士,讲师,研究方向:运动训练理论与实践。

通信作者:高玉花(1979—),女,山东聊城人,博士,副教授,硕士生导师,研究方向:运动训练理论与实践。

## 1 中国运动训练学核心概念的筛选

### 1.1 中国运动训练学核心概念的演进

在国内外相关的运动训练学书籍、手册以及文献中,都相应罗列了运动训练学的“核心概念”,而中国运动训练理论核心概念是通过中国式话语将竞技体育的现象与运动训练活动的事实与规律进行凝练,对运动训练基本理论问题进行阐述,形成具有学科性质的概念系统。

纵观中国特色运动训练学教材体系的框架和演进历程,中国的运动训练学学者们通过合作或独立研究于1990、2000、2006、2007、2012、2017、2019年相继出版了《运动训练学》教材(表1)。作为我国运动训练理论系统化重要标志,过家兴教授在1986年主持编撰了国内第一本《运动训练学》教材,并于1990年完成修改串编供全国体育院校使用。田麦

久教授在2000年主编了《运动训练学》,先由人民体育出版社出版,继而在2006年由高等教育出版社、2012年由人民体育出版社以及2017年由高等教育出版社重新印发,并成为全国通用教材。2007年北京体育大学杨桦教授组织全国高等学校体育教育指导委员会编写了第一本研究生系列通识教材《运动训练学导论》。2019年由武汉体育学院胡亦海教授领衔的运动训练学团队再次编写了全国普通高等学校运动训练专业教材《运动训练学》。根据各位专家研究成果付梓时间和主题内容,可将我国运动训练的理论研究划分为学习与借鉴(1983—1990年)、认同与探索(1991—2000年)、完善与创新(2001年至今)三个阶段,中国的运动训练学学科概念也随着运动训练理论体系的逐步进阶变得越来越丰富和完善。

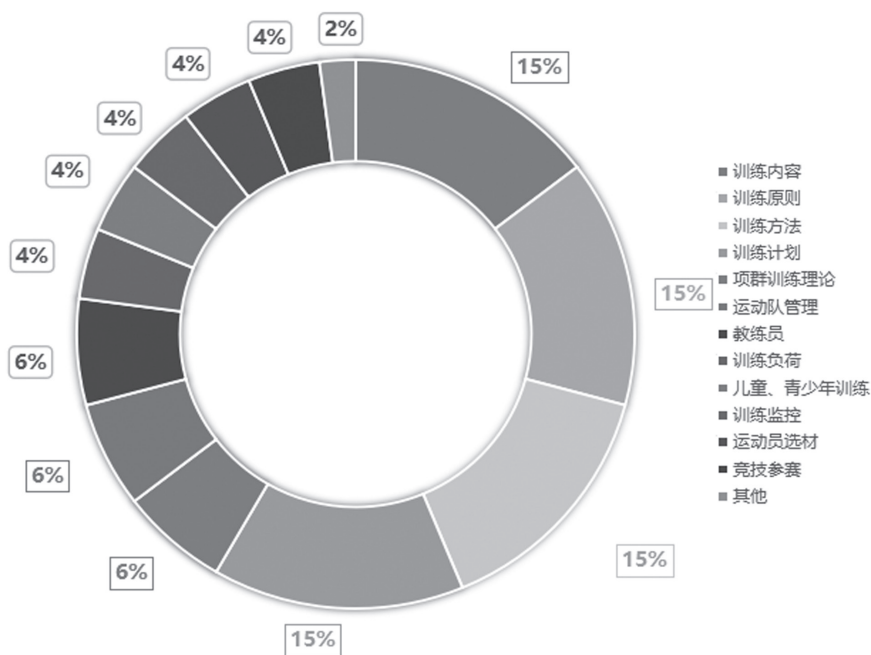


图1 不同版本《运动训练学》教材主要章节占比环形图

Fig.1 Circular chart of the proportion of main chapters in different versions of the Sports Training textbook

任何一门学科的知识体系都是由其基本理念、解释原则或概念框架所构成的概念、命题系统<sup>[4]</sup>。在专业知识领域,中国《运动训练学》通用教材具有代表性和权威性,能够直观反映学科属性和知识定位。当然,教材当中的基本理论知识和内容体系并不是一成不变的,会随着学科的发展不断丰富和完善,但在学科的基本范畴下所形成的知识体系、展现出的核心内容以及对应的核心概念命题并不会完全推翻、颠覆和置换,总是在相对长的时间里保持着理

论知识内容建构稳定性,呈现出中国运动训练学特有的本源性、综合性和实践性学科特征。本文通过对不同版本的中国《运动训练学》教材主要章节进行归纳和统计,总结出中国运动训练学自主知识体系的主体架构(图1,表1)。研究发现:7本《运动训练学》教材中,训练原则、训练方法、训练内容、训练计划的章节频次最高(7次),占比总数(15%);其次是项群训练理论、教练员、运动队管理的章节频次为3次,占比总数6%;最后是运动负荷、儿童青少年

表1 不同版本《运动训练学》全国通用本科教材的主要章节内容  
Tab.1 Main Chapter Content of National Undergraduate Textbooks on Sports Training in Different Editions

年份	主编	出版社	主要章节内容													
			训练内容	训练原则	训练方法	训练负荷	训练计划	项群训练理论	儿童青少年训练	训练监控	运动员选材	运动队管理	教练员	竞技参赛	思想教育	研究热点
1990	过家兴	人民体育出版社	▲	▲	▲		▲		▲				▲		▲	
2000	田麦久	人民体育出版社	▲	▲	▲		▲					▲				
2006	田麦久	高等教育出版社	▲	▲	▲		▲				▲	▲		▲		
2007	杨桦 李宗浩	北京体育大学出版社	▲	▲	▲		▲			▲	▲	▲		▲	▲	
2012	田麦久 刘大庆	人民体育出版社	▲	▲	▲		▲	▲								
2017	田麦久	高等教育出版社	▲	▲	▲	▲	▲					▲				
2019	余银 胡亦海	高等教育出版社	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲				

训练、训练监控、运动员选材、竞技参赛等章节频次为2次,占比总数4%。可见,不同版本的运动训练学教材对部分章节内容进行了删除、填补和修正,但知识体系中的核心内容并没有出现大的波动,特别是训练原则、训练方法、训练内容、训练计划等章节总是稳定地编撰于各版本教材中,并成为中国《运动训练学》教材的主体框架。为此,依照各教材的章节频次,中国运动训练理论可以从训练原则、训练方法、训练内容、训练计划这4大板块内遴选出核心概念。

### 1.2 中国运动训练学核心概念的确立

《运动训练学》教材虽然经历了6次改版,但中国运动训练学学术共同体成员们始终是围绕“为何练”“练什么”“怎么练”“练多少”“练如何”(3W2H)5大基本问题,展开对运动训练理论体系及其价值进行研究<sup>[5]</sup>,并为此建立以训练目的、原则、内容、方法、计划和负荷为主体章节的运动训练学研究取向、研究重点以及研究范式,最终达成对运动训练学核心概念的定位和认知(图2)。运动训练理论体系的核心和基础,首先是要阐明“为何练”,它是理清运动训练原则、方法、内容、计划等诸多范畴相互关系的前提。运动训练的具体目标是在训练中提高运动员的竞技能力,培养和控制运动员的竞技状

态,在比赛中创造优异运动成绩<sup>[6]</sup>。由此选定竞技能力、竞技状态、运动成绩为核心概念。需要注意的是,运动训练是竞技体育四大构件之一,它有着自身的学科特征和属性,无法完全对选材、竞赛(组赛和参赛)和管理的现象与问题进行解释和说明,因此在部分教材中并没有涉及教练员、运动队管理、竞技参赛等内容;训练负荷在部分教材中并没有单列章节,但从内容结构层次上,运动训练学编撰者们约定俗成将训练负荷动态融入训练计划和训练监控之中,表明了训练负荷在运动训练理论体系中的机动性和重要性。训练内容在各本教材中,篇幅章节最多覆盖面大,全面围绕对竞技能力的阐述,二者呈现的是一一对应关系。项群训练理论是我国运动训练学者的原创性理论,创立20年来,得到了体育学界的普遍共识,具有广泛的应用价值。训练周期与训练计划、竞技状态与训练负荷二者密切相关、可以对核心概念的释义起到积极作用,在文中一并论及。

通过上述解析,依照中国运动训练学教材体系中的四大板块、五大问题以及核心概念遴选程序,本文最终确立以“竞技能力”“竞技状态”“运动成绩”“训练方法”“训练原则”“训练计划”“训练负荷”“项群训练”为主的核心理念。这些核心理念集是中国运动训练理论知识的主体,在文本中有机结



图2 中国运动训练学核心概念的逻辑筛选

Fig.2 The logical selection of core concepts in Chinese sports training

合,相互穿插,上下串联,综合反映着运动训练活动的客观规律,是研究和构建运动训练学理论体系的重要组成部分。伴随着运动训练学学科不断地融合以及研究领域的深度发展,我国的运动训练学专家围绕这些核心概念提出了新的见解、新的表述、新的观点,补充并完善于运动训练理论体系和概念体系,成为运动训练学中国学派概念自觉的重要标志。

## 2 中国运动训练学话语体系中的核心概念特征

在话语体系中,最为重要的是概念<sup>[7]</sup>。无数的概念累积起话语体系的大厦。概念作为知识生产和话语体系的基石,分别对历史事实、实践经验与系列主张等进行解释、诠释和提炼<sup>[8]</sup>,于不断分析和再实践的过程中,形成具有共同的认识论基础、知识范畴、价值观等概念集。本文参照运动训练学核心概念的筛选与确立,结合我国运动训练理论已有的代表性成果,选择对竞技能力、项群训练理论、竞技状态、训练原则、运动成绩这5个核心概念展开探究,通过核心概念中的话语主体、话语表达、话语内容、话语场域等话语要素进行分析,总结出运动训练学核心概念的内在特征,增强中国本土化概念的解釋力。

### 2.1 原创性特征

所谓原创性,是指这些概念是经过作者独立思考而创造的,具有原始创新的意义。任何概念都是

有限的,不可能概括所有事实和问题。中国的运动训练学者在丰富的运动训练活动与实践中,敏锐地发现原有概念不一样或者原有概念难以概括的事实,果断提炼出新的概念。

“竞技能力”从“运动能力”“训练水平”等概念演化而来,是运动训练理论体系中的一个核心概念。该概念是在1984年正式提出,由田麦久在《北京体育科技》发表署名文章“试论竞技能力决定因素之分析”,界定为“运动员参加训练和比赛所必须具备的本领/能力”<sup>[9]</sup>。竞技能力的概念提出引起了广大运动训练学者的普遍关注与共鸣,并广泛应用于竞技体育与训练实践。与此同时,该概念也引发了竞技能力理论的多元构建研究,围绕以竞技能力的表达方式为主线,在多个领域理论开展了竞技能力结构学说,创造出了具有中国学派的竞技能力构成要素及其相互关系的学术内容。由最初的日本学者根本勇提出“木桶结构模型”(1987)到我国学者刘大庆“非衡模型”(1997)、田麦久“积木模型”(2002)“双子结构模型”(2003)、李赞“非同步性结构”(2003)、李少丹“涌现性结构”(2016)等都是关于竞技能力系统的解构尝试。诸多学者关于竞技能力结构学说为最终形成完整的竞技能力结构理论奠定了基础<sup>[10]</sup>。其中,“双子模型”具有典型的创新性,该概念是由“木桶模型”和“积木模型”组合而成,既强调竞技能力各因素的互补性、整体性,又注重整合

性与内部可迁移性,共同反映和表述着运动员的竞技能力状态<sup>[11]</sup>。这一概念的自主建构能够从不同的视角对竞技能力的结构特征、内涵和要义做出比较完整、全面的话语诠释,更加直观地阐释竞技能力结构之间的动态关系与补偿效能,为解释竞技能力结构学说提供学理支撑和科学依据。

“项群训练理论”核心概念的提出为探讨众多竞技运动项目的共同规律提供了研究空间。田麦久将“项群训练理论”的概念界定为揭示不同项群竞技规律与训练规律的理论<sup>[12]</sup>。该理论主要围绕各项群的形成与发展、各项群竞技能力决定因素的系统分析、各项群运动成绩决定因素的系统分析以及各项群训练的基本特点4个领域展开研究<sup>[13]</sup>,呈现出丰硕的研究成果,体现了中国本土学者对运动项目实践规律的深刻认识。40年来,项群训练理论从一个核心概念发展成为运动训练学科得以普遍推广的科学概念,催生出一批新的研究范畴,新的研究范式以及新的研究旨趣,使运动训练学学科话语越来越具有自身内在属性。中国项群训练理论作为运动训练理论概念体系中的重要一员,无论是对学科发展,学术主张,话语建构、思维方式,抑或对竞技体育的整体发展都有着十分重要的作用。

## 2.2 逻辑性特征

逻辑学强调,定义项的外延与被定义项的外延应完全相同<sup>[9]</sup>。运动训练学的概念具有一定的特征及指称,在概念的运用过程中,常发生话语表述上的转换,这种转换一方面是主体的活动被拒于定义项之外,缩小了定义的范围和空间,另一方面与概念外延的弹性相关,存在着外延的扩展而引起内涵精准性丧失,形成“概念拉伸”的现象。

竞技状态是指运动员在运动竞赛中所表现出来的竞技能力状态,是运动训练学乃至竞技体育学的核心概念之一<sup>[6]</sup>。运动员在运动训练过程中形成的竞技状态,不等同于比赛中的最佳竞技状态,竞技状态表现在程度上具有一定差异性<sup>[14]</sup>。在运动训练和竞赛实践中,竞技状态的提高、保持与下降三个阶段变化应与运动员的参赛准备状态相对应;而不是理想情况下竞技状态的形成、保持、消失与年度训练大周期安排相对应。依据定义项应包含全部定义项的定义原则审视,竞技状态的概念表述在训练和比赛中具有不同的指向,在话语场域和话语程度上

二者具有差异性,通过训练培养和发展的竞技状态是泛指,话语呈现的是高或低的状态,通过比赛表现出理想的竞技状态是特指,话语呈现的是有或无的状态。另外,某一阶段或某一时间内竞技状态的水平高低预示着竞技状态的区间程度,最佳竞技状态也并不一定会呈现出运动员最高水平或成绩,它只是在某一时空刻度上的阶段性反映,相对于训练,在比赛中表现出的最佳竞技状态创造最好运动成绩也许是我们人为期盼的理想的话语程度。因此,无论是在训练和比赛,运动员都会存在竞技状态的变化。我国学者对竞技状态概念做出“泛指”释义,在语义上更加合理,在逻辑上更加顺畅,更能真实反映运动训练的实践。

## 2.3 相对性特征

概念的原创性也具有相对性,是历史性与现代性的辩证统一。如果既有概念的话语内容能够概括和解释某一现象和规律,新的概念便不具有原创性。建构新概念需要一个过程,在时代的发展中每一个运动训练学概念都有可能被修正乃至重新诠释。

运动训练原则是指人们在运动训练活动中所遵循的基本准则<sup>[13]</sup>。单个系统训练原则和周期训练原则对运动训练活动有着重要指导意义,但其只是针对某一阶段的运动训练活动,具有一定的时代性。在运动训练实践中,人们越来越认识到运动训练活动的多个训练原则之间存在着辩证协同关系,两个密切相关的训练原则可以结合在一起组成新的原则。如2006年,田麦久、邓运龙提出了“系统持续与周期安排训练原则”,即运动员应该系统持续地从事运动训练,并分阶段作出周期性安排的原则<sup>[15]</sup>。相对于周期安排原则和系统训练原则,“系统持续与周期安排原则”的概念表述能够更好地解释人体运动的生物适应的长期性和过程的周期性特征。2012年,在《运动训练学》的教材中,田麦久遵循两两训练原则,将单一训练原则在一定条件下进行组合,并强调了有机协同,赋名为“辩证协同训练原则”,分别从不同视角指导着运动训练活动<sup>[6]</sup>。

## 2.4 扩展性特征

一个有价值的概念,在于其扩展性,即概念源于但不限于某类现象和主张,具有广泛的普适性。运动训练研究的问题域、概念和命题越来越向国际化、科学化和趋同化发展,中西方运动训练学核心概念

的扩展性需要保持国际的交流与对话,成为相互沟通的桥梁。

运动成绩是运动理论体系中最为重要的基本概念之一,所有运动员都是为了参加比赛力求创造最好成绩。竞技运动中,运动员在比赛中表现出来的竞技水平,基本取决于运动员自身和对手的竞技水平,而俄罗斯、德国、美国等国学者普遍把影响运动成绩的因素归结于运动员自身竞技能力的发展水平,忽略了竞技比赛除了自身所表现出来的运动成绩,竞赛对手以及裁判员行为也是重要的影响因素。不言而喻,这种被定义的运动成绩在话语表述上其扩展性不强,通用性不高,它把运动员看作独立的个体进行研究,其价值失之偏颇。由此,田麦久于1986年将“运动成绩”界定为“根据特定的评定行为对运动员及其对手的竞技能力在比赛中发挥状况及竞技结果的综合评定”<sup>[6,13]</sup>。这一概念既有对个人水平层次的话语描述,也有对对手能力好坏的话语概括,更包括了对评定行为方式的纳入,从三个方面生动解释了运动成绩的影响因素,通过该概念的扩展,有利于教练员、科研人员以及管理人员准确理解运动成绩各要素,从而有计划有目的开展训练,提高训练的效率。

以上核心概念是中国学者们基于中国的国情、历史经验和文化传统等背景下所建构的本土化概念,表明了中国运动训练学的价值、立场和成就,具有原创性、逻辑性、相对性、扩展性等特征。它们之间迁移合并转化,表现出相对独立又彼此关联,让普遍性寓于特殊性之中,既能反映运动训练的共性规律,又能观照和彰显中国特色、中国气派、中国风格的运动训练现象。

### 3 中国运动训练学话语体系中的核心概念审视

中国运动训练学历经40年的发展,在吸收国外先进训练理论和概念的同时,从实际需求出发,注重民族化、本土化和个别化,建立了相对完整的中国运动训练学自主知识体系和本土概念体系。但西方长期的现代化实践促成了一系列新概念的生成,以实验和实证的方式形成了强大的话语中心论。为此,中国运动训练学理论在借鉴的同时,需要廓清和明了概念引用的范围、概念转化的价值、概念融通的方式等话语难点,实现概念从“他说”到“我说”、从“被

定义”到“自定义”、从“照着讲”到“对着讲”的话语转化,逐步让中国本土化概念被世界体育学人了解、认同与接受。

#### 3.1 概念引用的适用性不高

明确概念引用的范围,是确保概念得到有效使用的基本前提。概念不是简单的直译和任意堆砌词语,需要在不同的文化背景下做语言的加工、取舍和转换,否则会造成适应性不高,引起原义误差或内涵争议。20世纪五六十年代,我国的运动训练还处于较为初级的模仿应用水平或案例学习层次;苏联、德国、美国等世界体育强国在运动训练领域取得的研究成果对我国产生了深刻影响<sup>[15]</sup>。在竞技体育的诉求下,我国从移植东欧运动训练理论到吸纳北美运动训练理论,逐步搭建了运动训练学的基本框架和概念体系。大量的西方运动训练学概念被引入、借鉴和移植,并成为中国运动训练学核心概念体系的主流和发端。不容忽视的是,西方的运动训练学概念是基于西方的历史、文化及经验建立起来的,某些看似相匹配的概念,可能存在深层次上的差异或冲突。例如,训练计划作为核心概念,其下位概念经典分期理论和板块分期理念在2017版教材中进行了比较和说明。两种概念适用于不同赛制下的运动训练安排,面对的中国的竞技体育体制,板块分期理念的引用会存在适应性不强,不足以强调举国体制下奥运争光计划,该概念的适用语境更倾向于西方国家多赛制特点,不断引发着传统分期理论与板块理论的思辨<sup>[16]</sup>。

也有部分学者通过参照国外运动训练学的研究范式,以中国的视角加以修正,但问题在于,这种修正在多大范围内、何种程度上是有效的,修正后的概念是否是简单的词汇添补,在实践中是否能够反映概念的真伪性、适切性和可信度;如果缺乏解释力,其被动性势必会凸显出来。例如,核心概念竞技能力中的体能概念泛化,将“健身(适)能”“康复体能”与“竞技体能”混为一谈,甚至有取而代之的现象,经典的竞技体能内容是以提高身体素质为主要目的的体能训练;健身(适)能、康复体能等国外概念的引入,试图解决竞技体能在训练过程中无法企及的问题。虽然他们三者之间都有着体能的话语表达,也存在着相互联系、内部迁移的关系,但三者话语内涵上具有差异性。严格而言,竞技体能、健

身体(适)能、康复体能都有着清晰的界定,适用于不同情景下的体能状况,是一般体能与专项体能的内涵区别<sup>[17]</sup>。健身(适)能内涵包含有肌力、肌耐力、柔软度、有氧耐力和身体组成等5个要素,是基于一般人群所提出的体能概念,而竞技体能面向的是运动员群体,更多的是体现着运动素质的培养和挖掘。如果将健身(适)能直接理解为体能或者是竞技体能,是否真实反映中国运动员竞技能力发展的阶段性特点?是否能够精准把控健康与竞技二者之间的临界点?这些问题都需要用中国式本土概念的话语来进行框定和解答。

当然,不同语言间的翻译也带来了概念的话语误差,概念的话语表述需要内置于特定的历史文化背景中去应用。译者应对源语国的教育文化背景、专业架构、名词术语等充分了解,尽量寻求与原概念词对等或接近的专业术语,用严谨、权威的学理性、规范性语言讲清楚核心概念的内涵。

### 3.2 概念转化的价值性不强

发挥概念转化的价值,是推进实践经验与理论表述有效转化的重要路径。现阶段,伴随着我国运动实践经验的不断积累、运动训练专题化研究的不断深入,中国运动训练学者寄希望于概念嫁接和概念转化重新去阐释中国特有的运动训练现象和规律,试图创生出一套意义生成、表述逻辑和学术规则的概念体系,以此回应不同政治背景下运动实践所包含的意识形态与价值取向问题。然而现代化运动训练理论依然由西方国家所推行的实证型概念为主导,而被动转化生成的中国运动训练概念,在没有建立平等互动的价值关系基础上,会出现话语不畅的矛盾状态。一方面,以美澳实用为特点的运动训练学所生成的成熟概念在现代运动训练理论中更具解释力和说服力,具有强大的用语惯性和话语张力,概念的使用频率要高于中国本土运动训练学概念;另一方面,目前中国运动训练学理论研究中,更多的是回顾性、总结性和文献性研究,基于宏观的视角归纳所有项目的一般规律,很难对个别具体的运动训练专项问题做出特殊性解释。趋于比较优势,国际运动训练理论固然会沿用西方体育强国所提出的实证型概念,但这些概念在价值预设、内涵逻辑和分析框架上在面对中国的现实土壤时会显得水土不服,容易引发争论。

2004年雅典奥运会和2008年北京奥运会期间,我国竞技体育引进了许多欧美国家体能训练的理念和方法。其中,功能性训练作为运动训练方法中体能训练的重要手段,在我国风靡一时。然而,实践中在概念的价值输出上尚存在差异性,其在专项训练中扮演何种角色,并无人给出确切的实证性结论。我国训练界对体能概念的理解更多的是与运动项目相结合,表现出专项所需要的运动素质能力,长期存在重专项体能轻基础体能的现象。实际上,欧美国家的体能概念是基础体能和专项体能结合体,他们将功能性训练定义为:“功能性训练不是通过模仿特定运动模式复制专项运动的专项训练,也不是在非稳定状态下模仿不可预测的真实情境的训练,它只是一个有明确目标的以客户、运动者或病人为中心的训练方式。”<sup>[17]</sup>可见,该概念起初是针对具有一定身体缺陷的、不具备完整功能的病人,适用于理疗和康复领域,并不是完全为了运动员专项训练需要而采取的力量、速度、耐力等身体素质练习。功能性训练作为一种训练方法不能替代专门的体能训练,它应是专项体能训练有益的补充,用以弥补专项体能训练在恢复以及伤病预防方面的短板<sup>[18]</sup>。从运动训练的角度来看,基础体能是专项能力的基石和支撑,一般体能越牢固,运动员的专项水平越高,它们是相辅相成的关系<sup>[19]</sup>。因此,正确区分基础体能和专项体能概念,功能性训练才能发挥应有的作用,特别是在青少年群体专项实践中的价值运用。

类似的概念转化案例不胜枚举。西方运动训练学概念表述并不直接等同于中国运动训练学的话语内涵,概念术语的随意堆砌或机械罗列,乃至寻章摘句或亦步亦趋的现象势必会落入西方运动训练学的话语陷阱中。中国运动训练学的核心概念需要用适切的词语来表述中国的训练规律和价值立场,将核心概念、核心命题和核心原理进行合理推演,消解思维观念和文化价值所带来的概念误差。

### 3.3 概念融通的对话性不足

打通概念对话的方式,打造融通中外的新概念新范畴新表述,是国际国内话语平等交流的外在表现。目前,中国运动训练理论的概念表述并未能与国际体育组织、世界竞技体育成果和人类发展共同体体育问题展开有效沟通。虽然中国式表述的运动训练学概念具有自身独特的内在品格与特质,但并

不被国际运动训练学普遍认可的概念表达、惯例与规则所认可,缺乏广泛而深入的话语穿透力。例如,核心力量训练方法作为现代化的运动训练方法之一,引入各种结论或说法不尽一致<sup>[20]</sup>。田麦久认为汉语词义学中对“核心力量训练”的理解与“Core training”的本意是有区别的。在我国,“核心力量训练”是躯干部位的力量训练,如传统武术对躯干部位及躯干部位力量的表述有“丹田”“三节”“中盘”“腰胯”“腰马合一,上下九节劲,节节腰中发”等;国外引译“Core training”更强调深层稳定性肌肉的发展<sup>[21]</sup>。从训练效果来看,二者并无优劣之分,只是话语表述的差异。相比较而言,中国话语表述中躯干部位的力量概念范畴指向更丰富也更形象,而西方强势话语权所倡导的实证逻辑,拒绝和排斥具有一定合理性的中国式话语表述,掩盖了中国既有概念的内在价值和话语传播。

当然,中国运动训练学很多概念都是某一阶段的体育实践表述,代表的是历史的主张和成就,在概念的对话中有一定的时空局限性。很多中国式概念表述体现的特殊性并无普遍性,更缺乏未来性。例如,核心概念训练原则中下属概念“三从一大”训练原则是基于“大跃进”思维在军队练兵实践中总结出来的运动训练原则<sup>[22]</sup>,在20世纪90年代曾经风靡一时,随着科技手段的进步以及训练理念的更新,运动训练学者逐渐认识到该原则的时代局限性,三从一大强调了“苦”“难”“大”,却忽视了“调节”与“恢复”“量”与“强度”之间的关系,造成了有张无弛的失衡。

因此,中国运动训练学核心概念话语必须参与到国际运动训练理论的对话中,打破西方运动训练理论的话语霸权,打造出一系列被世界运动训练学人所理解和接受的概念和范畴,在共享话语尺度和表达规范中开展对话交流,让概念融通成为中西方运动训练理论交流的催化剂。

#### 4 中国运动训练学话语体系中的核心概念建构

中国运动训练理论核心概念的建构经历了从学术概念引进到概念转化再到概念融通的演变过程,但在面对概念适用性、价值性和对话性等话语问题时,常常捉襟见肘,尽显弱势。为了摆脱和打破西方中心论为基调的话语体系,提升中国运动训练理论

本土化概念的多维传播和国际价值,真正实现“化洋为土”“洋为中用”“以中促洋”的概念自觉和概念自信,中国运动训练理论学者们需要在传统文化中追溯,在现实实践中考量以及未来比较中预测,基于中国的国情和运动训练的基本规律,在借鉴与吸纳其他国家的概念素材中不断梳理、挖掘、提炼、创造出具有本土化的核心概念,使之成为中国运动训练学理论体系和概念体系的重要来源,并展现出中国运动训练学话语体系中核心概念的解释力、影响力和穿透力。

##### 4.1 从中国传统文化思想中梳理核心概念

中国传统体育文化是当代中国式体育话语的思想来源,要善于从中汲取营养,推陈出新,加强科学实证研究,做到历史继承与当代创新的统一<sup>[23]</sup>。每一个运动训练学核心概念的界定和旨义都与概念背后的民族文化密切相关。中国历史文化的语境,是中国特色运动训练学话语体系构建的立足点,也是出发点,能够为我国的运动训练学概念的演变及成因提供历史性解释。

辩证协同思想的运动训练原则,善用“辩证”“协同”“对立”“统一”“中庸”等中国文化文字符号,能够深度认清体育现象,把握训练规律。由于运动训练活动的多个影响因素之间是紧密联系、彼此促进或者相互制约的;通过两个对应范畴的有机协同,两两组合建立起来的运动训练原则更能满足运动训练实践对理论指导的要求,在一定程度上弥补基于教育学理论所提出的单个训练原则存在的不足<sup>[24]</sup>。另外,运用综合与分化的对立统一关系,基于哲学的视角去思辨和评价“一元论”和“二元论”,能够更好地理解他们之间的矛盾点<sup>[25]</sup>。茅鹏<sup>[26]</sup>认为“技术”和“体能”本是“一元”的,不存在没有体能内容的动作技术,也不存在没有技术形式的体能发放,技术与体能,就像形式与内容一样,在客观现实中是无法分离;不能把一些基础能力,如最大力量、有氧耐力与协调和技术对立起来,不能把体能训练产生的疲劳与短暂的技术训练效果下降对立起来。虽然教练员在形式上将二者分开,但在思想上、理念上,应该视为统一体,注意体能与技术之间的密切关系<sup>[19]</sup>。可见,中国传统文化背景下的辩证思维所表达的话语和概念认知与国外强调的实证研究具有显著差异性。中国运动训练学核心概念的建构,



需以辩证协同思维、“一元”或“二元”思辨彰显中国传统文化所蕴含的独特体育精髓和智慧,体现出中国特色和中国风格的话语表达。

#### 4.2 从中国竞技体育实践中挖掘核心概念

运动训练学概念与竞技体育实践是一种直接的内在关系,运动训练学概念内生于体育实践、成熟于体育实践、运用于体育实践。中国拥有超大规模的竞技体育人口所涌现出的体育实践,为学术研究提供了丰富的素材。概念的话语表述要有实践敏感性,对逐渐凸显出来的训练问题,需构建新的概念或新的内涵对其进行解释。根据实践经验建构起来的核心概念对于分析问题更具概括力、解释力和适用性,也理应成为概念建构的主要路径。在学术自主性与自觉性的努力中,我国学者从最基本的运动训练实践中总结具有中国特色的本土学术概念,形成了项群训练理论、运动员科学选材、中国优势竞技项目的制胜规律和竞技能力结构理论等概念建构成果。这些实践经验所总结出的概念具有丰富的理论基础和实践内涵,一方面反映了运动项目发展的新动态与新趋势,另一方面加深了公众对运动项目的理解和认知。例如,“同场对抗性项目”“隔网对抗性项目”“格斗对抗性项目”的概念是基于项群训练理论对同类项目的竞技特点和训练规律展开研究,将人们日常所了解的篮球、足球、排球、网球、武术套路等大众项目进行分类,总结和归纳这类项目的共同规律,用规范化的学术语言形成学术概念的成果。面对特色各异的众多竞技运动项目,无论是组建队伍,还是组织训练和参赛,项群训练理论的分层管理无疑是一个明智之举<sup>[12]</sup>。

现阶段,中国的运动训练学者和科研人员对个别优秀运动员的个案分析也逐渐增多,力图将先进的训练理念和概念运用于专项训练,一是,在实践中检验,并加以修正、完善和丰富概念;二是,从实践经验中形成的高度代表性规范式的新概念用于指导运动训练,提高训练效果。无论是一般训练理论的研究、还是个性化专项能力的培养,经过运动实践检验挖掘的核心概念,既可以描述实践现象,解释实践问题,又可以预测实践趋势,改进实践状况。

#### 4.3 从比较和多学科视野中提炼核心概念

运动训练学研究议题带有强烈的学术开放性,为运动训练学从域外引进和创造新概念提供了可

能。当然,运动训练学的命题研究同样也具有区域性,始终脱离不了国家的制度属性。概念的引入、借鉴与移植,或多或少会发生某种程度上的语义转化,具体到不同的国家和地区,价值的排序则会有所不同。例如,经典分期理论产生的初衷是针对奥运会、世锦赛等重大国际赛事,而并非各种商业赛事和大奖赛系列赛;板块训练理念主要着眼于运动员竞技能力短板问题,在一定时间内对专项训练负荷进行集中安排,侧重于多赛制情况下的短期调整<sup>[25]</sup>。需要进行严谨深入的比较,并在国情差异中理解经典分期理论与板块训练理念的适用语境,以及概念运用过程中发生的内涵嬗变。两种理论学说和概念表述,并无对错也无好坏,分别适用于不同体制下的竞技需求。此外,二者在主要服务对象上也有不同,经典分期训练主要是针对青少年运动员,而“板块”训练更多是针对优秀运动员<sup>[19]</sup>。因此,在概念建构的过程中,通过比较寻求文化认同和价值共同,尊重差异,实现求同存异,推进外来核心概念的创造性转化和创新性发展。

运动训练学研究中使用的概念并不全是学科自身发展过程中内生的,较多来自对生理学、营养学、心理学、医学、社会学、统计学、人类学等学科概念的借用<sup>[27]</sup>。例如,生理学的“疲劳恢复学说”,社会学的“竞技体育社会化”,人类学中的“体育人种差异”等概念,这些都是在其他学科移植概念的基础上嫁接新的内容而生成新的概念。中国运动训练学也不是完全照搬其他学科的概念,而是按照运动训练学的视角、观点和立场,对运动训练活动的原则、目的、内容、方法、过程加以分辨,并赋予新的内涵与外延,将其重构为中国本土化的运动训练学概念。因此,从多学科融合的视角对运动训练学核心概念展开研究有助于开阔概念建构的视野,提升概念的价值和内涵,成为概念提炼与重塑的重要途径。

#### 4.4 从人工智能和数字化转型中创造核心概念

近年来,基因组学、大数据、人工智能等新理论新技术推动和影响训练理论与方法的创新和发展<sup>[28]</sup>。特别是人工智能研究已经站在人类发展的前沿,为科学引领运动训练的活动,提炼出与人工智能高度相关的具体概念和抽象概念提供现实可能。人工智能时代的具体概念,如数据挖掘(data mining)、交互式训练环境(interactive training

environment)、智能训练空间(intelligent training space)、个性化训练(personalized learning)等;人工智能的抽象概念,如体育人工智能(AI in sport)、计算思维(computational thinking)、人机协同(human-machine collaboration)、数字孪生(digital twin)、深度训练(deep training)等。这些具体概念和抽象概念是运动训练学方法体系概念构建的基础,随着中国在体育人工智能方面的发展,中国运动训练学者将会贡献出原创性的科学训练成果,并贯穿实施于现代化训练活动中,创造出一批新的训练手段、方法及成果,从而为生成新概念提供方法、素材和途径,为获得与国际体育学界平等对话和回应时代巨变的能力提供契机和可能。

不断提升运动负荷的精准测量和控制水平,是运动训练科学化的一项重要内容,其中一个明显标志就是对训练负荷的认识和研究地深入,这也是科技引领训练的一个重要抓手<sup>[28]</sup>。当前,数字化和人工智能已经通过对“训练负荷”监控并实施作用于人的竞技能力增长以及运动表现提升,不断淘汰一些传统过时的运动训练方法和理念,加大了对运动训练方法和理论的革新。数据深挖技术和云处理分析技术、机器人制造技术、专项软件分析技术等科技手段的出现与应用,有效提高运动训练方法的应用质量和精度,同时有效缩短运动精英选手的培养周期<sup>[29]</sup>。现代化训练方法该概念的界定,既可以是“‘实’的物质性的”(如力量训练、有氧训练等“训练负荷”),又可以是“‘虚’的非物质性的”(如数字化智能算法训练),通过以“虚”促“实”,“虚”“实”结合等方式为现代化运动训练注入新动能<sup>[30]</sup>。因此,数字化转型所带来的最新发展成果,在资源整合、科技辅助作用下,改变以往运动训练控制方法和实操方法中的不足,为创造出新的训练方法以及训练方法体系提供基础和源泉。

## 5 结语

中国运动训练学话语体系的最小构成单位是概念,无数个概念累积成中国运动训练学话语体系的大厦。中国运动训练学话语体系中的核心概念犹如大厦的梁柱,代表着一种学说、一个学派或一个学术共同体的主张和成就。中国的运动训练学学术共同体成员们以“为何练”“练什么”“怎么练”“练多

少”“练如何”为问题轴展开了对“训练原则”“竞技能力”“运动成绩”“训练负荷”“训练方法”“训练计划”“竞技状态”等核心概念的探索与认知,形成了辩证协同原则理论、竞技能力结构理论、项群训练理论、运动训练方法理论、运动训练分期理论等具有中国特色的理论学说和话语内涵,这是运动训练学中国学派概念自觉的重要标志。欧美竞技体育强国在运动训练领域所呈现的微观化、生物化以及科技智能化等实证方式,影响着中国运动训练学话语体系中核心概念的存在与价值,中国的运动训练学者们需要在中西比较视野中寻求话语间的互通互鉴,并从文化深度、学科高度和实证精度等多维度聚焦于可持续性、可包容性、更具说服力和影响力的中国运动训练学的概念体系,筑牢中国特色运动训练学话语体系的价值根基。

## 参考文献:

- [1] 习近平.习近平谈治国理政——第二卷[M].北京:外文出版社,2017.
- [2] 徐勇.田野政治学的核心概念建构:路径、特性与贡献[J].中国社会科学评价,2021(1):4-13.
- [3] 金成平,石磊,胡海旭,等.中国运动训练基本理论的演进与发展[J].武汉体育学院学报,2022,56(4):87-93.
- [4] 李红岩.建构中国自主知识体系的基本维度[J].北京大学学报(哲学社会科学版),2023,60(6):12-18.
- [5] 熊焰,贾文杰.中国运动训练理论学术共同体研究[C]//中国体育科学学会.第十二届全国体育科学大会论文摘要汇编——专题报告(运动训练分会),2022.
- [6] 田麦久,田烈,高玉花.运动训练理论核心概念的界定及认识的深化[J].天津体育学院学报,2020,35(5):497-505.
- [7] 宋雄伟,张婧婧,秦曾昌.中国国家治理话语体系的构成与演化:基于语词、概念与主题的分析[J].政治学研究,2020,(6):57-74,127.
- [8] 谭维智.教育学核心概念的嬗变与重构——基于新时代中国特色教育学话语体系建构的思考[J].教育研究,2018(11):25-33.
- [9] 田麦久.试论竞技能力决定因素之分析[J].北京体育科技,1984,7(3):1-4.
- [10] 李赞.竞技能力理论的中国建构[J].中国体育教练员,2019,27(3):3-8,24.
- [11] 田麦久,刘大庆,熊焰.竞技能力结构理论的发展与“双子模型”的建立[J].体育科学,2007,27(7):3-6.
- [12] 田麦久.项群训练理论的创立与发展(1983-2013)[M].北京:北京体育大学出版社,2013.
- [13] 田麦久.我国运动训练科学化进程的审视与评析[J].上海体育学院学报,2023,47(2):1-12.
- [14] 郭可雷,徐本力.若干运动训练学理论的思考与辨析[J].

- 武汉体育学院学报,2010,44(5): 79-85.
- [15] 谢正阳,徐建华,汤际澜.欧美运动训练理论研究态势[J].体育学研究,2019,2(3): 61-74.
- [16] 陈小平.运动训练长期计划模式的发展——从经典训练分期理论到“板块”训练分期理论[J].体育科学,2016,36(2): 3-13.
- [17] 马海峰,胡亦海.我国运动训练理论“体能”概念泛化与“竞技体能”误区[J].中国体育教练员,2021,29(1): 3-9.
- [18] 孙有平,孙民康.中国竞技体能训练基本问题反思与对策研究[J].成都体育学院学报,2023,49(2): 70-78.
- [19] 于炳德,周守友,徐懋华.科学化:中国运动训练发展的孜孜以求——陈小平教授对话录[J].体育与科学,2022,43(2): 56-62.
- [20] 张莉清,刘大庆.近5年我国运动训练学若干热点问题的研究[J].体育科学,2016,36(5): 71-77.
- [21] 王智慧.运动训练学研究进展:理论热点与综合向度——田麦久教授学术访谈录[J].体育与科学,2013,34(5): 4-8.
- [22] 田麦久.辩证协同运动训练原则的缘起与确立[J].中国体育教练员,2019,27(2): 3-8.
- [23] 邓星华,曾诚.中国体育话语体系构建的时代境遇与实践路径[J].体育学刊,2022,29(4): 8-13.
- [24] 张磊,孙有平.运动训练原则:概念、依据与体系之匡补[J].西安体育学院学报,2014,31(9): 481-487.
- [25] 仇乃民.“二元”与“一元”:我国运动训练理论研究的反思与启示——一种基于复杂性科学与哲学的视角[J].天津体育学院学报,2017,32(5): 417-422.
- [26] 杨国庆.整合分期:当代运动训练模式变革的新思维[J].体育科学,2020,40(4): 3-14.
- [27] 董德龙,杨斌.中国运动训练学需面对的3个问题:学科内容、研究范式与知识建构——基于一种双重转型的考虑[J].北京体育大学学报,2015,38(3): 126-131.
- [28] 陈小平.从助力到引领——竞技运动训练科学化的转折与发展[J].体育与科学,2023,44(3): 1-10.
- [29] 胡亦海.现代运动训练方法的演进及其启迪[J].中国体育教练员,2021,29(4): 3-8.
- [30] 胡海旭,金成平.智能化时代的个性化训练——机器学习应用研究进展与数字化未来[J].体育学研究,2021,35(4): 9-19.

#### 作者贡献声明:

夏力:研究设计,论文撰写与修改;高玉花:审阅指导,提出修改意见;谢云:提出修改意见,参与论文讨论;熊焰:指导论文撰写与修改。

## Core Concepts and the Construction in Chinese Sports Training Discourse

XIA Li<sup>1</sup>, GAO Yuhua<sup>1</sup>, XIE Yun<sup>2</sup>, XIONG Yan<sup>3</sup>

(1. School of Sports Training, Guangzhou Sports University, Guangzhou 510500, China; 2. College of Sports Training Science, Tianjin University of Sport, Tianjin 301617, China; 3. Physical Education of Guangdong Baiyun College, Guangzhou 510450, China)

**Abstract:** The core concept is the most important expression tool and the smallest analytical unit in the construction of discourse system, representing the identity, ideas, and values of a discipline, theory, or school of study. By using the methods of literature review and logical analysis, this study takes the core concepts in the discourse system of Chinese sports training as the starting point to systematically sort out and scientifically explore the logical screening, discourse characteristics, discourse status, and construction path of the core concepts. The research suggests that after 40 years of development, the Chinese textbook “Sports Training” has formed a theoretical system and discourse expression with Chinese characteristics. Chinese sports training scholars have established a core concept set centered around issues such as “sports performance”, “sporting ability”, “event group training”, “training principles”, “training methods”, “training load”, “training plan”, and “sports state”, presenting original, logical, relative, and expandable discourse characteristics. With the introduction of mature concepts of European and American sports training theories, and affected by historical circumstances, current needs, and future trends, the core concepts of Chinese sports training need to continuously respond to discourse challenges such as the lack of adaptability of concept references, low value of concept transformation, and insufficient dialogue of concept integration; It is therefore of urgent need to sort out historical resources, explore sports practices, refine disciplines integration, keep innovating in science and technology, and root for China-based localization, in order to realize the construction of core concepts and new definition of connotations in the discourse system of Chinese sports training.

**Key words:** sports training; discourse system; core concept; sporting ability; training methods; training plan; sports performance