



上海市英式橄榄球运动发展对策研究

徐 辉

摘 要: 本文以英式橄榄球运动为背景,运用文献资料法、问卷调查法、专家访谈法等研究方法,研究英式橄榄球在上海推广与发展的现状,提出使该项运动在上海得到更好推广和发展的对策。研究发现:橄榄球场地少,师资薄弱,橄榄球项目资源分布极不平衡等情况,限制了英式橄榄球在上海的普及;上海大学生对英式橄榄球的认知大多偏于感性,但参与橄榄球运动的意愿较强;英式橄榄球爱好者中男性居多,且偏年轻化;橄榄球运动具有强身健体和情绪宣泄功能已被橄榄球爱好者所认同;上海市英式橄榄球队由原先从事田径等项目的学生运动员组成,文化学习压力大、身体改造要求高、专项训练内容多、训练时间不够用、比赛机会很难得,是影响队员竞技水平提高和整体实力提升的主要因素。本文从社会推广和学校普及橄榄球运动,以及竞技橄榄球队队伍发展 3 个方面,对上述问题进行理性分析,在此基础上制定相应的对策,以促进英式橄榄球在上海更好的推广与发展。

关键词: 上海;英式橄榄球;推广与发展;对策

中图分类号: G80-05 文献标志码: A 文章编号: 1006-1207(2015)05-0017-06

Study on the Means of Developing Rugby in Shanghai

XU Xui

(Shanghai University of Sport, Shanghai 200438, China)

Abstract: By the methods of literature study, questionnaire and expert interview, the paper focuses on the promotion and development of rugby in Shanghai in order to help the promotion and development of the sport in Shanghai. The result of the study shows that the problems of less rugby fields, weak coaching staff and imbalance of rugby resources distribution have limited the popularization of the sport in Shanghai. The awareness of rugby of the Shanghai university students is mostly perceptual, but they have strong will of playing rugby. Most of the rugby lovers are male and young. It is accepted by the rugby favorites that rugby has the function of keeping fit and venting emotion. Shanghai rugby teams are composed of the students of former track and field athletes, who are burdened with the pressure of study. They are facing the problems of body modification, too many contents of specific training, less training time and little competition opportunities. Those problems are the main factors affecting players' performance and the upgrade of the overall strength of the teams. The paper makes rational analysis of the above-mentioned problems from the three aspects of social marketing, popularizing rugby in schools and the development of competitive rugby teams. The corresponding means for the promotion and development of rugby in Shanghai is worked out.

Key Words: Shanghai; rugby; promotion and development; means

橄榄球运动于 1823 年诞生在英国的一个名叫拉格比(Rugby)的小镇。当时在镇上举行的一场足球比赛中,一名学生因多次射门未果,情急之下竟然抱着球,不顾对手的阻拦径直跑到球门前将球“射”进。此举十分意外,却给人以启示。于是,这种运动方式渐渐被人们所接受。经过对规则和球的不断改进,一项新的运动项目诞生了。为了纪念这项运动的诞生地,人们把它命名为拉格比(Rugby)。由于球的外形酷似橄榄,中国人称之为“橄榄球”;而因为参与运动者都不穿戴护具,所以该项运动又被称之为软式橄榄球。

人们在电视上所看到的竞技橄榄球比赛都是身体要

直接对抗的运动,参与者必须具备一定的身体条件才能安全地完成不可避免的身体对抗。而触式橄榄球则顾名思义,比赛中不会发生激烈的身体碰撞,故适合各种人群。触式橄榄球简单易学,比赛过程刺激而不粗鲁,充分体现娱乐的价值。触式橄榄球比赛需要参与者进行大量的跑动,不管有没有持球,在战术配合准备期,每个人都在进行有氧慢跑,一旦进行战术配合或者持球突破,参与者就要以挑战自身极限的最大速度进行无氧跑动。

橄榄球被称作最强者的运动,最初流行于英国上流社会,一直以来是贵族、绅士的运动。喜好这项运动的人有着博大的胸怀、顽强的毅力、坚忍不拔的品质,在艰苦的条件

收稿日期: 2015-7-30

基金项目: 2014 年上海市体育社会科学决策咨询课题(TYSKYJ2014052)

作者简介: 徐辉,高级教练员,硕士。主要研究方向:体育教育与运动训练理论与实践。

作者单位: 上海体育学院,上海 200438。



下奋斗并接受磨炼,以培养伟大的绅士精神。英式橄榄球作为一种简单的游戏能够在全世界兴起,除了其外在的娱乐健身价值,其独特的内在精神价值无疑是橄榄球爱好者能得到的最宝贵财富,因为橄榄球运动的特点要求运动员具有正直、热诚、团结、纪律和尊重的品质。

“海纳百川,熔铸中西,为我所用”,是上海海派文化主要特点,即开放性和接纳性的具体注释,橄榄球作为西方最有影响力的运动,不管在其特点和技战术方面,还是在其内涵和所倡导的精神方面,都有可取的精华之处。上海这座有着海派文化底蕴的城市容纳橄榄球运动,并使之生根发芽是符合时代发展要求的。上海体育事业的产业化日渐增长,体育已经成为一种特殊的可供娱乐的消费品。橄榄球比赛在许多国家和地区已经演变成了一种商业交流。以香港国际7人制橄榄球赛为例,全球市场调查机构思纬特公司的调查结果显示,香港国际7人赛连续10年售出全部门票,这就意味着比赛期间每天有4万人观看比赛;该项赛事2011年总共吸引了21391名特地来观赛的海外观众,每位游客平均停留香港6天,包括住宿、饮食、交通、购物等的人均消费约12 873港币,单单这一项就为香港带来近3 000万港币的直接经济效益,若再加上本地球迷在比赛期间的大量消费,直接经济效益更加可观。一次国际性橄榄球赛事不单单直接推动了一个城市体育产业的发展,还实实在在促进了当地服务业、旅游业等产业的发展。与大型赛事可带来经济效益一样,橄榄球运动的兴起,也会为各行各业带来商机。上海的体育广告业、体育建筑业、体育博彩业、体育旅游业和体育用品业等具体行业必将伴随橄榄球在上海的兴起而得到充分发展。

1 研究对象与研究方法

1.1 研究对象

上海市大、中、小学校学生,英式橄榄球爱好者和市属橄榄球队队员。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

根据研究对象和研究内容的需要,检索相关的文章和书籍,并对资料进行整理。

1.2.2 问卷调查法

对上海市在读大学生、英式橄榄球爱好者和上海市橄榄球队队员进行问卷调查。

1.2.3 访谈法

访谈方式为电话访谈或当面访谈,对象是上海市橄榄球队教练和部分橄榄球爱好者,内容涉及改革英式橄榄球在上海推广的建议。

2 上海英式橄榄球发展现状概况

橄榄球是欧美国家热衷的运动项目,上海作为国际化大都市,其海派文化的包容性使得英式橄榄球在上海的推广与发展享有得天独厚的优势。在国内,上海是最早出现橄

榄球运动的城市,早在1890年就有外籍人士在上海玩橄榄球,但此项运动真正在国内开展起来,只是近20年的事。

2.1 近几年上海橄榄球运动的推广与发展

2009年7月,英式橄榄球运动全球最高领导机构——国际橄榄球理事会(IRB)将自己的亚洲总部从香港搬迁到上海。IRB亚洲地区总管吉拉德·加拉赫希望以设立官方机构的方式来带动英式橄榄球运动在一个地区的发展。香港的橄榄球市场近几年得到了很好的发展,日本和新加坡也已经非常成熟。在印度和中国两者中,IRB选择了中国。由于广东地区可以享受到香港的辐射,而北京则有中国橄榄球协会这一官方机构的存在,上海成为加拉赫不二的选择。2009年11月中旬,国际触式橄榄球比赛成功登陆上海,作为国内诞生的首个国际触式橄榄球比赛,现已在上海成功举办了6届,目前已演变成成为亚洲最大的触式橄榄球盛会。每届比赛,除了来自中国各大城市的队伍之外,还有来自新加坡、香港、泰国、韩国及日本的20多支队伍,近300名选手参加。

2010年10月,上海猛虎橄榄球俱乐部成立,填补了上海青少年橄榄球后备力量培养的空白。近4年来,上海猛虎橄榄球俱乐部积极组织多个学校的青少年参与到橄榄球运动中来,还与上海国际学校的同龄外国橄榄球队员结对子,一起训练,共同提高,有效地推动了上海橄榄球后备人才的培养。可以说,中国橄榄球的发展能取得今天的成就,是与上海橄榄球的发展有着密切关系的。由于上海的国际大都市地位,很多外国友人一直心甘情愿地参与并支持上海橄榄球的发展。

2011年2月16日,上海市体育局和上海体育学院共建上海橄榄球项目签约仪式在上海国际网球中心举行。自此,上海英式7人制橄榄球男、女队正式开始组建。

2011年8月27至28日,在浦东源深体育中心场举行了上海英式7人制橄榄球邀请赛,这是亚洲最高级别的英式7人制橄榄球邀请赛,也是亚洲英式7人制橄榄球系列赛中的一站。比赛吸引了来自中国、中国香港、中华台北、日本、韩国等亚洲各国家及地区的12支男队和4支女队。

2011年9月21日,汇丰亚洲英式7人制橄榄球系列赛第二站暨上海英式7人制橄榄球邀请赛前夕,由汇丰赞助的香港男子英式橄榄球代表队与上海夜鹰美式橄榄球队进行了一场友谊赛。

2013年10月24日,作为当时中国举办的规模最大的国际英式7人制橄榄球赛事,2013年中国国际英式7人制橄榄球邀请赛的组委会通报比赛将采取全新模式,脱离特定的系列赛性质而成为一个独立品牌的国际赛事,女子比赛同时也成为2013年亚太女子英式7人制橄榄球邀请赛。此项赛事由亚洲橄榄球联合会、中国橄榄球协会、上海市体育总会及上海市浦东新区体育总会共同主办,世拓赛事咨询管理(上海)有限公司承办,上海源深体育中心协办,于10月26日至27日在上海源深体育中心激情上演。最终,中国女子橄榄球队成功卫冕。

自国际橄榄球理事会(IRB)从香港搬到上海后,上海开始频繁举办国际和洲际橄榄球赛事。这推动了中国国家



队队员竞技水平的快速提高和球队整体实力的显著增强,中国国家女队数次获得亚洲冠军。上海可利用的橄榄球资源从不短缺。上海有各式各样的国外橄榄球俱乐部,一直在为橄榄球运动在上海的推广与普及做着积极的努力。在英式 7 人制橄榄球被正式列为 2016 年和 2020 年奥运会

比赛项目后,上海市政府和上海市体育局为上海橄榄球队的组建与发展提供了必要的财力支持,并十分关心队伍整体实力的逐渐提升和后备力量的培养。

2.2 上海英式橄榄球开展现状(见表 1)

表 1 上海英式橄榄球开展现状
Table 1 Development Status of Rugby in Shanghai

单 位	师资	场地类型	开展形式	所在区域
上海美国学校(闵行校区)	2	标准橄榄球场	对抗、触式	闵行区
上海美国学校(浦东校区)	2	标准橄榄球场	对抗、触式	浦东新区
上海可碧橄榄球俱乐部	2	标准橄榄球场	对抗、触式	浦东新区
金桥橄榄球俱乐部	2	标准橄榄球场	对抗、触式	浦东新区
上海外国语大学	1	标准足球场	触式	虹口区
上海体育学院	2	标准足球场	对抗、触式	杨浦区
上海交通大学	1	标准足球场	触式	徐汇区
由由初中	1*	7 人制人足球场(人工草坪)	触式	浦东新区
东昌初中	1*	7 人制人足球场(人工草坪)	触式	浦东新区
张江实验小学	1*	7 人制人足球场(人工草坪)	触式	浦东新区
新区小学	1*	7 人制人足球场(人工草坪)	触式	浦东新区
由由小学	1*	7 人制人足球场(人工草坪)	触式	浦东新区
竹园小学	1*	7 人制人足球场(人工草坪)	触式	浦东新区
明珠小学	1*	7 人制人足球场(人工草坪)	触式	浦东新区
园西小学	1*	7 人制人足球场(人工草坪)	触式	浦东新区
花木小学	1*	7 人制人足球场(人工草坪)	触式	浦东新区
海桐小学	1*	7 人制人足球场(人工草坪)	触式	浦东新区
徐汇第一中心小学	1	塑胶篮球场	触式、对抗	徐汇区

注:表中 1* 表示为同一个橄榄球教练

2.2.1 师资

从师资情况看,国外学校和球队的师资配备比较到位,凡有橄榄球队或橄榄球教学的单位都配有专门的师资力量,足以应对正常的教学与训练。反观上海,除上海体育学院因为上海橄榄球队的存在和本科橄榄球教学需要,配有两个教练,一个带队训练,一个承担课程教学,尚能勉强应付训练和教学之需,其他单位的师资配备,无论数量还是质量,都明显欠缺,尤其是浦东新区的 10 所中小学,虽然开展了触式橄榄球项目,但承担教学任务的仅有一位教师,不得不“赶场子”,实在是勉为其难。

2.2.2 推广形式

对抗性橄榄球(Contact Rugby)和触式橄榄球(touch rugby)是 2 种基本的橄榄球运动形式。由表 1 可发现,对抗性橄榄球近年在上海的推广,除上海体育学院外主要集中于在沪的两所美国学校和两所外国人开办的俱乐部。可见,上海对抗性橄榄球运动的开展离不开在沪的外国橄榄球组织。近年来,触式橄榄球运动的推广力度开始加大,表 1 所列学校大多选择触式橄榄球来开展英式橄榄球运动。从地域分布情况看,在 18 个开展英式橄榄球的单位中,有多达 13 个在浦东新区(见图 1)。

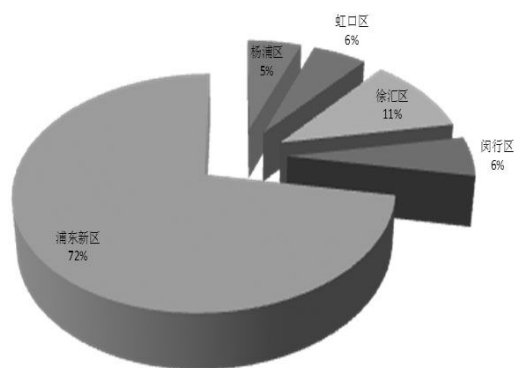


图 1 上海开展英式橄榄球的单位的区域分布

Figure 1 Regional Distribution of the Colleges in Which Rugby is Played

2.2.3 场地情况

从场地情况看,除了在沪的两所外国橄榄球俱乐部和两所美国学校有专业的标准橄榄球场地外,上海至今还没有一个专业橄榄球场地,其他单位平时都只能利用足球场进行橄榄球专项训练和教学,就连上海橄榄球队所在的上海体育学院也不例外。



2.3 上海大学生英式橄榄球认知情况

随机抽取上海市高校大学生进行问卷调查,共发放问卷 200 份,回收问卷 192 份,有效问卷 191 份。

在参与问卷调查的高校学生中(见表 2),听说过橄榄球这一项目的有 124 人,占比 64.9%,知道英式橄榄球已成为奥运会正式比赛项目的有 32 人,占比 16.8%,而有过英式橄榄球运动经历的只有 3 人,占比仅为 1.6%。

表 2 上海大学生对英式橄榄球的认知情况(N=192)

Table II Awareness of Rugby of Shanghai University Students (N=192)

分 类	是否听说过英 式橄榄球 N (%)	是否亲身体 过英式橄榄球 N (%)	是否希望尝试 英式橄榄球 N (%)	是否知道英式 橄榄球是奥运 会比赛项目 N (%)
是	124 (64.9)	3 (1.6)	126 (66.0)	32 (16.8)
否	67 (35.1)	188 (98.4)	14 (7.3)	159 (83.2)
无所谓			51 (26.7)	

上海大学生对英式橄榄球的认知有大多停留在感性认知上,对该项运动的文化内涵、规则和技战术特点知之甚少,说明对橄榄球运动的宣传较少。对橄榄球有感性认知的大学生绝大多数从未看过英式橄榄球比赛,还有相当一部分人甚至分不清美式橄榄球和英式橄榄球。近年来,上海各电视台只有当中国橄榄球队在国际比赛中夺冠才会予以不到一分钟的事后简短报道。平时与英式橄榄球有关的图像、图片及文字报道极难见诸于电视、报纸和杂志。

从表 2 中还能发现,在被问及是否希望尝试英式橄榄球运动时,有 66% 的学生表示愿意参加该项运动。说明,上海大学生对英式橄榄球这类新鲜时尚运动的参与愿望颇高。由此推断,如果英式橄榄球得以在高校中推广,很可能会收到较好效果。一旦英式橄榄球在高校校园内开展起来了,积极投身于该项运动的大学生将成为橄榄球运动文化的代言人,步入社会后,会带动橄榄球项目的推广。

2.4 上海英式橄榄球爱好者的基本情况

本文中的“橄榄球爱好者”是指亲身参与对抗性或触式橄榄球比赛,并以英式橄榄球运动为锻炼手段的人员。对英式橄榄球运动参与者进行调查分析,有助于把握英式橄榄球在上海的发展方向,有利于英式橄榄球在上海的普及与推广。本文向上海市英式橄榄球爱好者发放问卷 103 份,回收 103 份,有效问卷 103 份。

2.4.1 上海英式橄榄球爱好者的性别特征

调查结果显示,在问卷调查涉及的 103 名英式橄榄球爱好者中,80 人为男性,占比约 78%,23 人为女性,占比约 22%。由此可见,上海目前参加英式橄榄球运动的男性多于女性。英式对抗性橄榄球具有身体对抗频繁、强度大,需要快速奔跑等特点,相较于女性,更符合男性的性格特点。尽管如此,还是有不少女性选择触式橄榄球来实现自己从事橄榄球运动的意愿。

2.4.2 上海英式橄榄球爱好者的年龄特征

调查发现(见表 3),上海英式橄榄球爱好者中,19~

29 岁的爱好者人数最多,共有 58 人,占总调查人数的 56.3%;30~39 岁的居次,有 31 人,占总人数的 30.1%。40~49 岁的有 14 人,占总人数的 13.6%,调查中并没有发现 50 岁以上的样本。英式橄榄球爱好者基本上都集中在 18~29 岁这个年龄段,表明现阶段青年人更喜爱英式橄榄球。值得一提的是,在女性爱好者中,18~29 岁年龄段的人数占比高达 91.3%,说明青年女性也越来越关注这项运动。

表 3 上海英式橄榄球爱好者的年龄特征(N=103)

Table III Age Characteristics of Rugby Enthusiasts in Shanghai (N=103)

组别	18~29 岁 n (%)	30~39 岁 n (%)	40~49 岁 n (%)	50 以上 n (%)
男	37 (46.3)	29 (36.3)	14 (17.4)	0 (0)
女	21 (91.3)	2 (8.7)	0 (0)	0 (0)
合计	58 (56.3)	31 (30.1)	14 (13.6)	0 (0)

2.4.3 上海英式橄榄球爱好者的参与动机

由表 4 可以看出,不论男女,所有被调查的英式橄榄球爱好者都肯定了英式橄榄球的健身价值,他们选择这项运动主要是为了强身健体。

表 4 上海英式橄榄球爱好者的参与动机(N=103)

Table IV Participation Motives of Shanghai Rugby Lovers (N=103)

选择橄榄球运动的动机	男性 N (%)	女性 N (%)	总计 N (%)
强身健体	80 (100)	23 (100)	103 (100)
心理调节、情绪宣泄	59 (73.8)	11 (61.1)	70 (68)
人际交往	52 (48.1)	23 (100)	75 (72.8)
休闲娱乐	66 (82.5)	20 (83.3)	86 (83.5)
高端时尚	29 (36.3)	9 (37.5)	38 (36.9)

认为英式橄榄球可以促进人际交往的有 75 人,占总人数的 72.8%。橄榄球场为一个爱好者们开辟了另一个商务交流平台和人际交往的空间;为心理调节和情感宣泄而参加橄榄球运动的人数占到总人数的 70%。不管是对抗性橄榄球还是触式橄榄球,其最基本的运动特点就是在跑动中不断进行传接球。由于室外比赛区域空间较大,每一个跑动接应的队员都要大声呐喊来提醒队友,使其知道自己此刻所在的位置。比赛中的不断叫喊,不断撞击能加快血液循环,提高血糖浓度,促进新陈代谢,并促进肾上腺素的合成与释放。工作中积聚的压抑情绪和烦躁心情会在一次次的叫喊和撞击中得到释放。所以,很多都市白领在经过一周紧张的工作后,总会出现在橄榄球场上。这也使得橄榄球运动成为都市青年们情绪宣泄的良好方式;英式橄榄球被称之为“绅士的运动”,在西方是一项流行的运动项目。据本次调查,43.6% 的男性英式橄榄球爱好者和 69.6% 的女性爱好者,最初是因为追求时尚而参与橄榄球运动;

2.4.4 制约上海英式橄榄球发展的因素

表 5 显示,橄榄球爱好者们普遍认为,橄榄球场地的缺乏是上海推广橄榄球项目的最大障碍。根据之前的调

查,上海至今没有一片属于自己的标准橄榄球场地。另外,对英式橄榄球的宣传力度显然不够,有 72.8%的爱好者认为主要原因是媒体宣传不力。虽然橄榄球的规则简单易懂,但还是有 62.1%的爱好者希望有更多的教练指导训练。

表 5 制约上海英式橄榄球发展的因素(N=103)

Table V Factors Restricting the Development of Rugby in Shanghai (N=103)

内容	媒体宣传不够	场地缺乏	师资力量薄弱	缺少正确的认识	相关部门不够重视	比赛少
人数(N)	75	97	44	56	66	30
百分比(%)	(72.8)	(94.2)	(42.7)	(54.4)	(64.1)	(29.1)

英式橄榄球未能在上海得到大力推广与发展有众多原因,归纳总结为以下几个方面。

第一,在橄榄球被列入正式奥运项目之前,不管是政府职能部门还是传媒,都没有意识到在上海推广与发展橄榄球运动的必要性,致该项目的开展缺乏财力支持和舆论宣传,普通民众对其几乎不了解。

第二,没有足够安全的场地和合格的师资。英式橄榄球比赛因其对抗的激烈性而使得裁判的作用比足球、篮球的更重要。正是因为缺少合格的裁判执法,每次比赛都会出现竞赛公平问题。同样,场地的稀缺使得租用价格一涨再涨,导致很多尚处“摇篮”里的橄榄球活动被扼杀。所以,场地及合格师资力量匮乏,也是上海推广英式橄榄球所需解决的首要问题。

最后,大众对英式橄榄球认知不够。年轻人对英式橄榄球的认知基本都限于感性认知,有些甚至错误地认为橄榄球是粗暴野蛮的运动,或橄榄球就是戴着头盔,穿着盔甲的美式橄榄球。这归因于对英式橄榄球的宣传力度不够,或者说不到位,传媒在宣传美式橄榄球时直接将其当作橄榄球的全部加以介绍,并不懂得美式橄榄球只是橄榄球的分支,源于英式橄榄球,而英式橄榄球则源于足球。

2.5 上海市英式橄榄球队的基本情况

上海市英式橄榄球男、女队于 2011 年 3 月开始组建,主要是为了顺应奥运战略,并参加英式 7 人制橄榄球的全国赛事。目前,男队有 15 人,女队有 12 人(均包括青少年队员),在人数上都只能勉强满足 7 人制比赛的参赛报名要求。所以,本研究只抽取男女各 12 名队员作为样本进行队伍基本情况的调研。

2.5.1 队员学历情况

由图 2 可知,上海市英式橄榄球队队员绝大部分是在读学生。在被调查的 24 名队员中有 15 人是上海体育学院本科运动训练专业的学生,平时,他们必须完成橄榄球专项训练任务,还要参加文化学习和准备课程考试;有 5 人是高中生,除正常的训练和学习外,他们还要承受高考的压力。虽然他们是学生运动员,而参加的国内赛事都是最高级别或最高水平的全国比赛,竞争对手均为各省市的专业队,但比赛中,无论在技战术水平的发挥,还是意志品质方面,都不落下风。

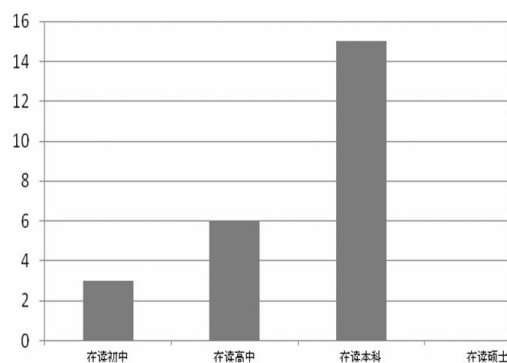


图 2 上海市英式橄榄球队队员学历

Figure 2 Educational Background of the Players of Shanghai Rugby Teams

2.5.2 上海市英式橄榄球队队员的球龄

表 6 所示,上海市英式橄榄球队的所有球员都球龄较短,最长的也不超过 4 年。球龄才 3 年多的 4 位本科生运动员,成了目前队中不可或缺的老将。被调查队员中球龄在 1~2 年的占比高达 79.2%。1~2 年的时间毕竟太短,能学到的东西必然有限,所以他们对比赛的解读能力明显不足,对规则的理解和把握往往不到位,代表上海队征战全国大赛时经常会犯一些低级错误,致痛失好局的情况时有发生。尤其是女队,没有一名队员球龄达 3 年的,目前女队整体尚处幼年期。

表 6 上海市橄榄球队运动员球龄

Table VI Training Years of the Players of Shanghai Rugby Teams

上海市橄榄球队运动员球龄	男性 n (%)	女性 n (%)	总计 n (%)
1 年以下	0 (0)	1 (8.3)	1 (4.1)
1~2 年	8 (66.7)	11 (91.7)	19 (79.2)
3~4 年	4 (33.3)	0 (0)	4 (16.7)
5 年以上	0 (82.5)	0 (0)	0 (0)

2.5.3 上海市英式橄榄球队队员原先所从事的专项情况

英式橄榄球运动在我国推广较晚,普及程度较低,很多学校都是在英式 7 人制橄榄球成为奥运正式项目后才开始尝试性地进行触式橄榄球教学,藉此开展英式橄榄球运动。所以,现在很多橄榄球运动员都是由其他专项改项过来的,正是由于这一点,他们中只有为数不多的人最终能完全胜任对抗异常激烈的橄榄球比赛。

从表 7 可以看出,有 66.7%的队员是由体校田径运动员改项的。英式橄榄球的 7 人制比赛不同于 15 人制比赛。在同样大小的场地上,当每一方的上场比赛人数都锐减到 7 人后,攻守双方队员身体接触的机会便相对减少,队员拥有更大的空间进行攻防的跑动和战术配合。于是,灵敏和速度成了英式 7 人制橄榄球运动的要素。所以,选材时,教练一方面会青睐以速度和灵敏见长的短跑运动员,另一方面则会择取田赛项目中的铅球、铁饼等项目运动员,高大结实的身体和出众的爆发力是橄榄球前排队员所必须具备的基本条件。英式橄榄球战术大多是通过球体现的,



球虽是椭圆形的,但运动员需要掌握的球性与篮球是相通的,所以,有 22.8%的队员原先从事的是篮球专项。

表 7 上海市英式橄榄球队队员原先所从事的专项情况

Table VII Disciplines Engaged in Originally by the Players of Shanghai Rugby Teams

	篮球	足球	田径	橄榄球	排球	其他
人数 (n)	5	0	16	0	1	2
百分比 (%)	22.8%	0	66.7%	0	4.2%	8.3%

2.5.4 影响训练成效的因素

从表 8 可知,在上海市英式橄榄球队中,有 58.3%的队员感到文化学习压力大,并将之列为影响他们训练成效的主要因素;有 45.8%的队员认为,比赛机会少影响了他们的训练成效。据查,上海市英式橄榄球队每年除了至多有 3 次全国顶级 7 人制橄榄球赛事可参加之外,再没有其他比赛机会,就连教学比赛也找不到合适对手,只能十分珍惜周末偶尔与瑞可碧橄榄球俱乐部的外国人进行 15 人制友谊赛的机会,但 15 人制橄榄球毕竟与 7 人制橄榄球不一样,故参加这种友谊赛在很多方面难以收到 7 人制橄榄球所需的以赛代练的效果。

表 8 影响训练成效的因素

Table VIII Factors Affecting the Training Results

	不够热爱 橄榄球	文化学习 压力大	家长不 支持	比赛机 会少	训练条件 艰苦
人数 (n)	7	14	7	11	9
百分比 (%)	29.2%	58.3%	29.2%	45.8%	37.5%

3 上海市英式橄榄球运动推广对策

3.1 英式橄榄球的推广策略

3.1.1 在中小学推广的策略

学生在从事橄榄球运动的过程中可体会到勇往直前、顽强拼搏的精神,他们的意志品质会随着运动经历的增多而不断增强;橄榄球运动倡导讲奉献、个人服从集体的团队精神,因此,开展英式橄榄球运动还有助于培养中小学生的奉献意识和团队意识。必须让学校领导明白这一点,同时意识到可将开展橄榄球项目与素质教育集合起来,并视之为学校德育教育的补充。

各职能部门领导应通力合作,对如何利用学校体育平台开展橄榄球运动达成必要的共识,并就橄榄球运动在中小学推广与普及成立专门的领导机构,实施统一规划与指导。

对中小学现有体育教师进行橄榄球培训,着力打造一支橄榄球专业教师队伍,以满足学校普及橄榄球运动对师资的需求,为引入橄榄球项目做好充分的准备。

可选择触式橄榄球项目来推广开展英式橄榄球运动。中小學生正处身体尚未完全发育或未发育的阶段,为安全起见,减少身体接触是必须的,因此用触式橄榄球项目来开展英式橄榄球运动是比较合适的。触式橄榄球其竞赛规则相对简单,既保留了橄榄球运动的独特魅力,又避免了激烈的冲撞,适合不同年龄层次和性别的人群。

理论教材是英式橄榄球推广与发展所必不可少的基

石。相关部门要组织专家进行橄榄球理论教材的科学编制,让中小学生们通过教师深入浅出地理论讲解对英式橄榄球有更深刻的了解和认知。

3.1.2 在高校推广的策略

可开设英式橄榄球培训课程,定期进行人员培训,为高校提供英式橄榄球教学的专门人才。可增设英式橄榄球选修课和组建英式橄榄球社团,为大学生提供接触英式橄榄球的机会。可从练习触式橄榄球开始,在条件允许的情况下,再组建对抗性橄榄球队组织校内和校际橄榄球比赛,并利用海报和传媒扩大比赛的影响力,以此宣传英式橄榄球。可建立上海大学生橄榄球联盟。待英式橄榄球在上海高校发展到一定程度、每个学校都拥有自己的橄榄球队时,由该联盟组织上海市大学生英式 7 人制橄榄球比赛,或组织上海市大学生代表队、或指派某大学单独组队出国与国外大学橄榄球队进行交流比赛。

3.1.3 在社会推广的策略

可通过大众媒体经常性转播高水平英式橄榄球比赛等方式,加强正面传播英式橄榄球的力度,提高民众对英式橄榄球的认知,改变他们之前对英式橄榄球的错误理解。

加速教练员和裁判员的培养,以及英式橄榄球教材的编制。从竞技的角度看,教练员和裁判员素质是关系到提高运动队竞技水平、保证竞赛公平的重要因素,因此,教练员和裁判员的培训工作应该受到各级体育职能部门的高度重视。

打造和包装上海英式橄榄球国际赛事,推广属于上海独有的赛事品牌。上海现有很多世界顶级的品牌赛事,如 F1 赛车、网球大师杯等,这完全归功于上海的国际大都市地位和得天独厚的体育环境,这种地位和环境同样能为英式橄榄球在上海的推广与发展创造有利条件。

促进英式橄榄球产业化进程。可以借鉴上海现有两所英式橄榄球俱乐部的产业发展模式,建设属于上海自己的橄榄球俱乐部,以增加橄榄球运动员的比赛和就业机会。同时俱乐部的蓬勃发展将可带动包括餐饮、英式橄榄球运动用品和人才培养等一大批产业的发展。

3.2 英式橄榄球的发展战略

将英式橄榄球列为普通中小学的学校体育内容,并动员各区青少年体校设置英式橄榄球项目,为普通学校英式橄榄球佼佼者提供竞技水平进一步提高的平台,以助推上海英式橄榄球人才培养体系和后备人才库的建设,为上海市英式橄榄球队和上海各高校输送优质橄榄球后备人才。

充分发挥高校人才资源优势,在高校广泛开展英式橄榄球运动的基础上,建立橄榄球校队;举办上海市高校橄榄球联赛或者杯赛,以赛促练,以赛促各队间的交流,从而提高上海市高校橄榄球的整体水平。

建设好上海市英式橄榄球队,以发挥其“以点带面、引领示范”的效应。为此,急需做好下列几项工作:(1)建设一片橄榄球场地,为上海市英式橄榄球队的日常训练和教学比赛提供最基本的场地设施支持。可以按英式橄榄球场

(下转第 70 页)



- [17] Bergman BC and Brooks GA. (1999). Respiratory gas-exchange ratios during graded exercise in fed and fasted trained and untrained men[J]. *J Appl Physiol*, 86(2): 479-487.
- [18] Stisen AB, Stougaard O, Langfort J, et al. (2006). Maximal fat oxidation rates in endurance trained and untrained women[J]. *Eur J Appl Physiol*, et al. 98(5): 497-506.
- [19] Pate RR, Pratt M, Blair SN. (1994). Physical activity and public health: a recommendation from the Centres for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine [J]. *JAMA* 273: 402-407.
- [20] 刘春晖,盛蕾,汤强. 自行车不同骑速能量消耗特征研究[J]. 南京体育学院学报(自然科学版), 2012, 11(2): 1-3.
- [21] Haskell WL, Wolfe JB. (1994). Memorial lecture. Health consequences of physical activity: understanding and challenges regarding dose-response[J]. *Med Sci Sports Exerc*, 26: 649-660.
- [22] US Department of Health and Human Services. Physical activity and health: a report of the Surgeon General. Atlanta, GA: US Department of Health and Human Services, 1996.
- [23] Lee IM, Skerrett PJ. (2001). Physical activity and all-cause mortality: what is the dose-response relation? [J]. *Med Sci Sports Exerc*, 33: S459-471.
- [24] 张春华, 陈文鹤, 陈佩杰, 等. 不同体育健身项目能量消耗研究及应用——上海市民体育健身项目锻炼指南的研制[J]. 中国运动医学杂志, 2007, 26(1): 76-78.
- [25] 王蕴红, 蔡明明, 梁蕾, 等. 运动员停训后心肺功能、能量代谢和骨骼肌代谢的变化[J]. 西安体育学院学报, 2004, 21(1): 62-64.
- [26] DETR, 1999. Cycling for Better Health. Traffic Advisory Leaflets 12/99.

(责任编辑:何聪)

(上接第 22 页)

的规格要求对上海体育学院现有的中央足球场进行全面改建;加大对上海市英式橄榄球队的扶持力度,使之首先能尽快扩大队伍规模,形成一线、二线、三线队员配备合理的构架。(2)在训练装备、营养、竞赛经费、成绩奖励等方面给予全力保障,使运动员能始终保持旺盛的训练热情,也令教练员得以无后顾之忧,为球队整体竞争力的逐年提升奠定基础。(3)优化上海市英式橄榄球队的内部管理和文化学习激励机制。针对队员属学生运动员的特点,一方面鼓励他们正确处理好学训矛盾,在积极投入日常训练的同时,充分利用好空余时间补习文化知识,力争训练与学习的效率都最大化;另一方面上海体育学院有关职能部门应酌情为队员提供必要的政策优惠,帮助他们顺利完成学业。

参考文献:

- [1] 陈健.中国橄榄球运动的现状分析与建议[J].军事体育进修学院学报, 2010(02):58-60.

- [2] 常冬青.探析中国传统文化对国内橄榄球运动发展的影响[J].佳木斯教育学院学报, 2012(10):383-384.
- [3] 孙景科.橄榄球运动对中学体育文化的影响[J].青少年体育, 2013(04):80-81.
- [4] 吴卫.英式橄榄球运动简介[J].中国学校体育, 1992(01):59-60.
- [5] 陈晓明.七人制英式橄榄球运动在我国高校开展现状与发展前景探讨[D].重庆大学, 2011.
- [6] (美)鲍布·依塔莉雅著,潘演强译.回眸橄榄球[M].成都时代出版社, 2004.
- [7] 万芹.上海市壁球运动发展现状调查及推广研究[D].华东师范大学, 2007.
- [8] 车树国.高校开设触式橄榄球课程的价值与策略[J].当代体育科技, 2013(13):90-92.

(责任编辑:杨圣韬)