

Doi: doi.org/10.70693/rwsk.v1i3.827

基于自然辩证法视角浅谈足球运动的技术动作发展

梅润¹ 杨林² 杨墨堃¹

(¹ 南宁师范大学, 广西 南宁 530199, ² 北部湾大学, 广西 钦州 535011)

摘要: 足球是全球范围内最受欢迎和广泛传播的体育运动之一, 无论国籍、种族、宗教或文化背景如何, 足球都能够跨越界限, 将人们连接在一起。本文采用文献资料法、逻辑分析法、案例分析法以及哲学分析法。旨在在足球技术动作中, 自然辩证法通过对足球技术动作发展阶段与规律进行分析, 了解足球运动技术动作发展的过程与方向, 从而使我们能够更好地掌握足球运动技术动作。研究得出发展路径: 对立统一规律与技术动作发展、量变质变规律与技术动作提升、否定之否定规律与技术演进、科技人才观突破人才的堵点。结论为: 需遵循“守正创新”的辩证原则、传承经典技术的精髓、拥抱科技革命范式革新、构建“科研-训练-比赛”发展体系。旨在为广大足球运动员和爱好者提供一定帮助和参考建议。

关键词: 自然辩证法; 足球运动; 技术动作; 发展

一、引言

自然辩证法为马克思主义哲学的核心构成, 揭示自然规律与科技演进法则, 提供认识与改造世界的科学方法论, 体现马克思主义自然观、科技观与方法论的有机统一^[1]。足球运动作为人类身体文明的典型载体, 其技术动作的演进本质上自然辩证法规律在运动领域的具象化呈现。在全球化与科技革命双重冲击下, 现代足球技术发展已超越单纯的生物运动范畴, 演变为包含生物性、技术性、社会性的复杂矛盾系统。传统研究多聚焦于技术动作的生理机制或训练方法等单一维度, 未能揭示其内在的辩证运动规律。自然辩证法视角下, 足球技术的生成与嬗变始终遵循对立统一、量变质变、否定之否定三大规律: 生物机能与意识创造的矛盾推动技术突破, 装备革新与身体感知的异化倒逼训练范式重构, 全球化标准与在地化特质的博弈催生新技术生态。本文通过解构技术发展中的多重矛盾关系, 揭示足球运动技术的双重革命揭示, 在阐述运动技术的发展路径, 为突破技术训练瓶颈提供哲学方法论支撑。

二、双重革命性研究意义

(一) 为技术训练创新提供哲学依据

对立统一规律作为唯物辩证法的核心法则, 揭示了事物发展的根本联系与内在动力。其本质在于矛盾的辩证运动: 对立面的同一性(相互依存、转化)与斗争性(相互排斥、冲突)构成事物存在的双重逻辑; 矛盾的普遍性(贯穿一切领域)与特殊性(具体形态差异)体现共性与个性的辩证关系; 矛盾的不平衡性(主次矛盾及矛盾主次方面)则规定了系统演进的方向性。三者共同构建了事物从量变到质变的动态发展机制^[2]。对立统一规律揭示攻守技术的共生关系, 指导训练中的“矛盾模拟”; 量变质变规律强调万次触球积累后的技术质变, 为周期训练计划提供理论依据; 否定之否定规律阐明技术风格的螺旋上升, 帮助教练把握创新方向。

(二) 深化对足球本质的哲学认知

技术动作不仅是肌肉记忆, 更是“攻守矛盾”“虚实相生”等辩证范畴的具象化。理解技术演进中的否定之

作者简介: 梅润(2001-), 男, 汉族, 贵州毕节人, 硕士在读, 研究方向: 体育文旅, 民族传统体育, 体育教学与训练, 足球训练与理论。

杨林(2000-), 男, 汉族, 贵州贵阳人, 硕士在读, 研究方向: 民族传统体育、体育旅游、体育教学。

杨墨堃(2000-), 男, 汉族, 陕西铜川人, 硕士在读, 研究方向: 体育教育与训练。

否定,就能洞察足球运动作为"社会缩影"的深层规律——从野蛮对抗到战术博弈,恰是人类文明辩证发展的微观投射。这种哲学升维,使足球超越体育范畴,成为解读社会演进的动态密码。

（三）问题的提出

自然辩证法作为一种揭示自然界普遍联系和发展规律的哲学方法,如何应用于足球领域,以揭示足球技术动作发展的内在规律?具体而言,本研究旨在探讨自然辩证法中的对立统一、量变质变、否定之否定等原理,如何帮助我们理解足球技术动作从简单到复杂、从低级到高级的发展过程,以及这些原理如何指导我们科学地分析和优化足球技术训练,从而提高运动员和运动兴趣爱好者的技术水平和比赛表现。

二、攻防之间藏规律,绿茵场上证辩证

绿茵场上的攻守博弈,是动态演绎的哲学典籍。锋线突破与铁卫封堵构成矛盾两极的辩证对话,攻守态势在否定之否定中螺旋上升。直塞撕裂防线、弱旅铜墙铁壁终被绝杀,生动诠释量变到质变的规律。三中卫体系显整体与局部辩证,高位逼抢交织必然与偶然,点球大战终局矛盾转化——足球战术的每个细节,都在书写唯物辩证法的鲜活注脚。

（一）对立统一与攻防矛盾的永恒博弈

自然辩证法中的对立统一规律,在足球运动的攻防矛盾中得到了生动诠释。攻与守作为一对矛盾体,既对立又统一:进攻旨在突破防线,防守则力求遏制威胁,二者相互依存、相互转化。比赛中,一次成功的抢断能让防守方瞬间转为进攻主导,而前锋的积极回防也能化解对手的攻势,这种角色转换体现了矛盾双方的渗透与贯通。足球战术的演变,从早期“全员进攻”到现代“攻守平衡”体系,正是对攻防矛盾的不断协调与优化。这种永恒博弈,既是比赛魅力的源泉,也是足球运动发展的核心动力。

（二）量变质变与积累爆发的跃迁

唯物辩证法指出,事物是量和质的统一,经历量变(数量变化)和质变(质态飞跃)。量变和质变相互渗透,量变中含部分质变,质变具有量特征。改革开放是量变与质变交织的持续发展过程^[3]。自然辩证法中的量变质变规律,深刻揭示足球运动积累与爆发的内在逻辑。球员每日训练中的技术打磨、体能储备,是量变的积累;比赛中关键进球、扑救,则是质变的爆发。山东泰山通过青训与引援的沉淀,从低谷跃升至中超前列;而青岛足球困局,恰是量变缺失导致的质变难产。中国足球长期依赖外援单打独斗,忽视整体积累,终陷退化循环。唯有在高强度对抗、科学训练中持续积累,方能在赛场实现质变飞跃。量变是根基,质变是升华,二者共同书写足球运动的突破篇章。

（三）否定之否定：战术与体制的螺旋进化

否定之否定规律展示事物内在矛盾驱动的螺旋发展,经旧质消解与新质重构,实现自我更新与超越,体现历史演进统一^[4]。足球技术演变深刻体现否定之否定规律,早期长传冲吊被西班牙传控足球否定,后者强调短传渗透;但传控体系又被高位逼抢战术革新,通过积极压迫打破控球节奏。每次技术迭代均是对前者的扬弃:否定单一模式,继承核心要素,催生新风格。这种“传统→创新→再创新”的螺旋循环,推动足球技术持续进化,既是竞技规律使然,也是辩证法在绿茵场的生动实践。

三、影响足球技术动作发展的因素

影响足球技术动作发展的因素包括生理、心理、技术训练、环境、规则变化、装备发展和社会文化等多方面。生理因素涉及身体素质、年龄发育和性别差异,直接影响技术动作的完成。心理因素如认知能力、情绪状态和自信心,影响技术动作的选择和执行。技术训练因素包括训练方法、量与强度以及教练员水平,对技术提升至关重要。环境因素如场地和气候条件,以及比赛规则的变化,都会对技术动作产生影响。装备的科技进步,如球鞋和足球的性能改进,同样重要。此外,不同地区的足球文化背景和教育体系,也会影响技术动作的风格和普及。综合考量这些因素,有助于更有效地进行足球技术训练,提升运动员技术水平。

四、足球技术动作发展是多种因素共同作用的结果

运动员自身因素对技术发展的决定性影响主要体现在生理基础、心理特质、训练转化和自我驱动四个层面。生理基础方面,身体素质为技术动作提供了物质支撑,骨骼肌肉的发育程度决定了动作的幅度与稳

定性,而神经传导速率则影响着技术动作的响应速度;心理特质方面,空间认知能力决定了技术决策的质量,抗压心理则确保了在关键时刻动作的稳定性,运动员的“大心脏”特质使其能在关键比赛中完成高难度射门;训练转化方面,本体感觉能力影响动作矫正的效率,运动记忆容量则决定了技术掌握的速度,运动员刻进骨子的球感,小罗、梅西等人的球感便是神经可塑性优势的体现;自我驱动方面,学习意愿是技术进化的催化剂,C罗对足球艺术的执着追求使其“任意球”技术日益精进。

五、运动员本体因素对技术动作发展的影响

运动员本体因素对技术动作发展的影响遵循辩证运动规律。生理条件作为技术发展的物质基础(肯定阶段),骨骼肌肉等机能提升为技术创新提供可能。但生理限制与技术目标的对立构成矛盾(否定阶段),通过科学训练突破制约,实现技术升级(否定之否定)。心理因素与技术动作形成动态循环:认知能力指导动作精细化,而技术固化又强化心理稳定性。该过程本质是生理-心理要素的辩证统一,量变积累与质变突破(技术革新)螺旋演进方式,最终推动运动技术持续发展。

六、技术动作发展的突破路径

(一) 对立统一规律与技术动作发展

攻守对立在技术动作中展现为动态的映射关系是进攻技巧(例如穿裆过人)与防守技巧形成矛盾的两端,它们既相互对抗又相互依存。这种矛盾推动了技术的演变——防守技术的加强激发了更为巧妙的进攻手段,而进攻技术的创新又促使防守技术更加细腻。技术要素之间存在着辩证的紧张关系是速度与准确性往往呈现出一种反向关系,力量与灵活性也常常相互制约。然而,矛盾同样催生了融合与创新,技术的量变积累导致了质变,这体现了量变质变的规律。

(二) 量变质变规律与技术动作提升

量变质变规律在技术突破中扮演着核心角色,技术积累的量化过程是这一规律的具体体现。在足球等技术密集型活动中,运动员的技术进步是通过无数次的练习和积累实现的。这些练习构成了技术的量化过程,每一滴汗水都是量变的见证。随着技术积累的不断加深,质变瞬间成为可能。首先,量变是质变的必要准备,没有足够的量变,就不会有质变的发生。其次,质变是量变的必然结果,当技术积累达到一定阈值时,技术水平的提升便会在一瞬间实现。质变的辩证特征还体现在其突发性和显著性上。技术突破往往在一瞬间发生,这一瞬间,运动员的技术水平从一个层次跃升至另一个层次,表现出显著的不同。这种质变是不可逆的,一旦发生,便标志着技术的飞跃和提升。因此,技术积累的量化过程和质变瞬间的辩证特征共同揭示了技术突破的本质:它是通过长期的量变积累,最终达到质的变化,这一过程既是渐进的,也是突变的,体现了量变质变规律的深刻内涵。

(三) 否定之否定规律与技术演进

否定之否定规律在足球动作技术发展体现为技术的不断革新与升华。初始阶段,运动员掌握基本技术,这是技术的肯定阶段。随后,随着比赛需求提升,原有技术被运动员和教练否定,通过训练和创新,发展出更高效的技术动作,这是技术的否定阶段。最终,这些创新技术经过实践检验和优化,形成更为成熟的高级技术形态,实现了否定之否定。这一过程使得足球技术不断循环上升,从简单到复杂,从低效到高效,推动了足球运动的整体发展。

(四) 科技人才观突破人才的堵点

自然辩证法视角下,足球人才发展遵循矛盾运动规律,技战术素养积累与赛事突破体现质量互变。面对技术传承与人才断层、训练科学化与基层保障不足的矛盾,需构建辩证统一的培养体系。民间足球生态需改善物质条件,实现人才培育的螺旋上升。足球人才培养是系统工程,需统一主体能动性、与客观规律性,融合传统与现代,建立全面培养机制,激活足球人才的特殊生产力。科技人才观提到,“要深化教育改革,推进素质教育,创新教育方法,形成创新人才成长的育人环境^[5];为营造人尽其才的政策环境,国家在足球人才培养和保护中应差异化满足人才需求,实行具体问题具体分析。首先,培养中不仅要提升思维,还要深化足球内涵,塑造运动员的“形”与“神”。其次,对民间足球俱乐部和培养基地,应提供物质支持,确保资源充足。便于让他们能全身心投入足球人才培养工作中,才能更好的发展足球技术^[6-7]。

七、结语

自然辩证法作为揭示自然界与人类社会发规律的哲学武器,为解析足球技术动作演进提供了深邃的

理论框架。本文通过解构对立统一、量变质变、否定之否定三大规律在绿茵场上的具象化呈现，揭示了足球技术发展的内在动力：攻防矛盾的对立转化推动战术革新，量变积累的持续深化催生技术质变，否定之否定的螺旋循环实现风格跃迁。足球技术动作绝非孤立存在，而是生理机能、心理特质、训练体系、装备科技与社会文化多重因素辩证作用的结果。运动员本体要素的辩证运动，生理条件的物质支撑与精神意志的能动突破，构成了技术发展的双螺旋结构。量变积累的微观迭代与质变飞跃的宏观突破，则共同绘制出技术演进的动态轨迹。面向未来，足球技术动作的发展需遵循“守正创新”的辩证原则。既要传承经典技术的精髓，更要以开放姿态拥抱科技革命带来的训练范式革新。通过构建“科研-训练-比赛”三位一体的发展体系，实现技术积累从量变到质变的跨越。唯有把握自然辩证法的理论精髓，方能在全球化竞技浪潮中，推动中国足球技术实现真正的凤凰涅槃。

参考文献：

- [1] 贾子明.从自然辩证法视角谈运动竞技与训练[J].体育视野,2023,(07):116-118.
- [2] 邓岚,沙爱龙.对立统一规律在高中生物学教材中的体现及教学运用[J].生物学教学,2025,50(02):83-85.
- [3] 贾丽民.进一步全面深化改革的唯物辩证法意蕴探赜[J].长白学刊,2025,(01):20-30.
- [4] 肖剑.“否定之否定规律”研究再反思[J].黑河学院学报,2024,15(08):44-46.
- [5] 叶婷,谢相和.从自然辩证法的角度来看待体育观的发展[J].体育风尚,2021,(03):143-144.
- [6] 刘佳月.透过自然辩证法解析体育教学[J].当代体育科技,2021,11(08):36-38.
- [7] 刘真.用自然辩证法的角度看待校园足球开展中所存在的问题[J].当代体育科技,2018,8(05):255-256.
- [8] 刘世宇.《自然辩证法》的自然观对黑格尔自然观的继承与超越[J].今古文创,2025,(11):79-81.
- [9] 《自然辩证法研究》2025年重点选题[J].自然辩证法研究,2025,41(02):146.
- [10] 刘凯亚.恩格斯辩证法思想的哲学内蕴与价值重估[J].内蒙古社会科学,2024,45(05):109-116.
- [11] 黄蓝敏,甘建宇,孔凡明,等.成熟度与青少年足球人才识别:方法、影响与展望[J].中国体育科技,2024,60(06):10-20.

A Brief Discussion on the Development of Technical Movements in Football from the Perspective of Dialectics of Nature

Mei Run¹ Yang Lin² Yang Zhaokun¹

1. Nanning Normal University, Nanning, Guangxi 530199

2. Beibu Gulf University, Qinzhou, Guangxi 535011

Abstract: Football is one of the most popular and widely spread sports worldwide. Regardless of nationality, race, religion, or cultural background, football can cross boundaries and connect people together. Dialectics of nature is an important component of Marxism. It is a science that studies the general and specific laws of development in nature and human society, guiding us to study the objective world and its laws of motion from the perspective of the world itself. In football technical movements, dialectics of nature analyzes the development stages and laws of football technical movements, understands the process and direction of football technical movement development, and enables us to better grasp football technical movements. This article combines dialectics of nature to analyze the phenomena presented in the development process of football technical movements, aiming to provide certain help and reference suggestions for football players and enthusiasts.

Keywords: Dialectics of Nature, Football, Sports Techniques, Actions