

# 极限熨烫运动研究

张健<sup>1,2</sup> 张建华<sup>2</sup> 侯海燕<sup>3</sup>

(1. 西北民族大学体育学院, 兰州 730124; 2. 西北师范大学体育学院, 兰州 730070; 3. 江门职业技术学院体育教研室, 广东江门 529090)

**摘要:** 运用文献资料等方法分析极限熨烫运动的起源、发展历程, 并预测其未来发展趋势。研究发现: 极限熨烫运动发源于20世纪末的英国, 其中社会学基础、文化学基础、心理学和休闲学基础是该项目产生的主要动力机制。目前极限熨烫运动在组织管理体系、制度保障以及安全防护体系等方面尚不完备, 随着管理、运行机制的不断完善, 极限熨烫必将进入世界主流极限运动项目之列。

**关键词:** 群众体育; 极限熨烫; 休闲; 新兴体育项目

## 1 极限熨烫运动概念解析

极限熨烫(Extreme ironing)作为极限运动的一种具体表现形式, 它在西方近几年颇为流行。极限熨烫是一种颇具危险性的新式运动, 它是指参与者携带熨斗、烫衣板和衣服潜入海底, 登上险峻的山峰、大树以及进入沙漠、雪地等危险地点所进行的熨烫活动, 这种新式运动融合了户外极限运动的挑战性以及家庭劳动的温馨感, 使参与者可以有效地体验到挑战的乐趣和参与家庭式劳务的成就感。

## 2 极限熨烫的起源

18世纪后半叶, 英国在工业生产中出现并开始使用机器, 这标志着工业革命的开始。在80年代, 由英国人自主研发的蒸汽机投入使用, 并迅速扩展到各个生产部门, 实现了工业革命的伟大变革——由农业国向工业国的跨度。正是英国人的这种创新精神, 顺利实现了国家转型, 增强了国家的国际影响力。目前流行于世界各地的许多

运动(Sports)项目和游戏(Games)的玩法最先都是由英国人发明的, 例如足球、板球、台球、网球以及英式橄榄球都起源于英伦三岛。但是, 这并不能说明英国人只热衷于主流运动, 相反, 大不列颠岛和爱尔兰岛同样是不断兴起奇异运动项目的温床, 在这里每周都开展许多离奇的运动和比赛。威尔士村的特兰乌尔提井每年都举办沼泽潜水世界锦标赛, 在比赛过程中, 参赛者被要求佩戴面具, 身穿配备通气管的紧身潜水衣, 纵身潜入填满水的壕沟, 获胜者要在承受精神和肉体的双重压迫下坚持到比赛结束, 可以说这是一项考验参赛者毅力和耐受力比赛。另外, 在英格兰西南部的Marshwood村也定期开展世界吃荨麻冠军赛, 该项比赛规则要求参赛者在1小时内尽可能多吃荨麻, 突破一年度冠军纪录, 才能成为今年的冠军, 这同样是对参赛者的考验, 让每一个参赛者努力探寻自身的意志极限。

随着这些极限运动的开展, 极限熨烫应运而生。极限熨烫是在1997年由英国纺织工人菲尔·肖

**基金项目:** 西北师范大学“知识与科技创新工程”科研骨干培育项目资助(NWNU-KJXGC-SK0302-30)

**第1作者简介:** 张健(1984-), 男, 山东潍坊人。讲师, 硕士, 主要从事新兴体育项目开发研究。

Tel: 15117235839, E-mail: zhangjian061013@126.com。

发明的,从1999年开始,菲尔·肖周游世界,并大力宣传这项运动,在他的努力下,这项运动的开展现已成为一个全球性的普遍现象。极限熨烫参加者试图在海底、高山顶部、高空跳伞降落过程等一些奇怪、陌生和危险的地方进行活动。英国极限熨烫参赛者曾经深入海底126米成功开展并创造了该项目的世界纪录。因此,英国作为这一新兴运动项目的发源地,参赛者创造了该项目的首个世界记录。

### 3 极限熨烫运动发展简况

极限熨烫自20世纪末在英国诞生以来,在不到20年的时间内,迅速蔓延世界各地,并被不同国家的极限运动爱好者所熟悉,参加该项活动的人数在不同地域不断上升。在他们的共同努力下,国际极限熨烫协会在新西兰成立,世界各地的极限熨烫分会也相继成立,这为该项目的后续发展奠定了坚实的组织基础。在国际极限熨烫协会的努力下,首届世界极限熨烫冠军赛在2002年如期举行,并创造了部分世界纪录,其中来自阿根廷的极限运动爱好者在Aconcagua山顶成功实施熨烫,创造了该项目首个世界极限高度纪录。2008年由72人组成的水下熨烫队,在海底成功开展了极限熨烫运动,这一举动轰动了全世界,并创造了新的世界纪录。英国作为极限熨烫运动的发明地,为了向世界和国内公众推广该项运动,媒体曾制作了极限熨烫:专题宣传片,在媒体传播与渲染下,该项运动受到国际极限运动爱好者的关注,越来越多的年轻人开始参与,为该项目在世界范围内的推广奠定了坚实基础。这项运动随之在美国、南非和斐济等地也有了分赛场,参与群体不断扩大,赛事影响不断增强,最终家喻户晓。

#### 3.1 极限熨烫运动特征

极限熨烫作为一种挑战性活动,其比赛地点可以是马路、水底、悬崖峭壁之间的钢丝绳上、滑板上、空中等,而且比赛形式也是多种多样,可以是小组赛,也可以是单人赛,还可以是团队之间的对抗赛。

极限熨烫开展之前,参与者必须携带规定器械(熨斗、衣服、熨衣板)按时到达预定地点,同时比赛地点对于参赛者的人身安全可能会造成

一定的影响,也就是说,参赛者在比赛时处在一种比较危险或非常危险的环境中。在现代社会高压力的生活节奏下,所有人都希望找到一种释放压力的有效运动方式,而极限熨烫恰恰可以使参与者在活动过程中随时体验到新奇、危险、刺激、洒脱的感觉,所有这一切正是我们当前现实生活中不具备的,也是极限熨烫运动的独特之处。因此,该项运动的特征主要表现在以下方面:首先,参与者参加该项运动必须有必要的器械;其次,极限熨烫运动进行过程中,参与者必须置身危险或非常危险的环境中;最后,极限熨烫的所有参与者,可以随时体验自然、感受自然、回归自然。

#### 3.2 极限熨烫面临的问题

菲尔·肖在20世纪末发明了极限熨烫这项运动,该项运动在不同国家内并没有形成统一完善的比赛规则、规程、组织保障体系和制度体系。目前大部分比赛都是由参与者自愿组织发起的,比赛过程中缺少规则的约束,容易使比赛失去公平性,极易挫伤参与者的积极性,这对一个新兴体育项目的健康发展会起到负面影响;另外,极限熨烫运动是一个具有危险性的体育项目,这就要求在比赛过程中,必须为参与者配备安全保障措施及医护人员,以应对危急事故的发生。赛前必须拟定具体的比赛计划和安全、急救预案,确保比赛过程中参与者的人身安全,保证比赛的正常进行。在资金保障方面,当前该项运动并没有固定的资金支持,大部分费用仍由参赛者承担,缺乏吸收赞助资金的有效策略,制约该项运动的健康持续发展。

### 4 极限熨烫运动兴起的动因分析

#### 4.1 社会学基础

##### 4.1.1 功能主义视角下的极限熨烫运动

社会系统中的每一个组成部分都发挥着正反面作用,当极限熨烫运动在消除人体身心压力,缓解紧张情绪时,就在发挥着它的积极作用;但是,参与这项活动对每一个人来说又是危险的,它又有自己的负面影响,同样需要指出的是,极限熨烫运动发挥的功能并不局限于“正式的”或“预期”的功能,除了已意识到的显功能之外,它还具有尚未意识到的或者是未预料到的潜功能。

它还有开发运动项目、刺激体育产业发展的潜功能。因此,参与者在综合考察、权衡利弊的基础上,已然选择了该项目的“积极作用”和“潜在功能”,而且随着时间的推移,这些功能会被越来越多的人认可,极限运动的参与者也会不断增多。

#### 4.1.2 冲突论视角下的极限熨烫运动

极限熨烫运动就是在资本主义社会加速发展、工作效率不断提高、生活节奏跳跃式发展的大前提下产生的,他的起因就是社会化大生产条件下人们寻求释放压力,回归自然、感受自然的方式。这一运动的形式是多样的,活动地点灵活、多变。这一运动的制约因素就是参与者的安全问题,但是,运动过程中所感受到的刺激、洒脱丝毫没有阻止极限运动爱好者前行的脚步。

#### 4.1.3 互动论视角下的极限熨烫运动

极限熨烫运动的参与者在比赛前后,通过语言、心灵和行为的互动,相互交流感想,增进不同人群之间的交往。在比赛过程中,他们可以用自己的实际行动在团队之间或向外部受众传达他们的内心感受,在互动的过程中感染所有爱好者与观赏者,而观赏者的赞同、支持与鼓舞对于极限运动参与者来说是一种肯定。

### 4.2 文化学基础

英国是一个富于创造性的多民族国家,同样英国的文化也含有创造性元素,为极限熨烫运动萌芽、成长创造了良好地环境。任何事物的产生、发展都必须有合适的条件,否则等待它的只能是夭折。极限熨烫运动自从在英国诞生以来,就作为一种特色文化存在下来,随着时间的推移,逐步扩展到世界各个角落,并成为一种主流户外活动形态延续至今,足以说明此项运动具有巨大的文化融合力。

### 4.3 心理学基础

现实生活中,每一个人都要与外界联系,与他人交往,生活在人际关系网中的我们时刻都在感知不同的事物,来自客体的各种信息使认识主体产生不同的情感体验,迫使主体做出相应行动。极限熨烫就是在认知主体感受到来自外界的压力和自身内部强烈的运动欲望的前提下产生、发展起来的。

### 4.4 休闲学基础

从16世纪初的宗教改革运动一直到18世纪末的工业资本主义出现,休闲一直潜伏在社会经济基础的内部。休闲不是因为它为众多的工人带来利益而存在,相反,它是对工业资本主义制度的作用而存在。直至20世纪,在工业社会发展到一定阶段后,休闲的合理性才得到显露,不仅为劳动阶级,也为资本占有阶级所认识,成为整个社会的一个合理驱动力。伴随着休闲被社会不同阶级的逐步认可,人们逐渐认识到休闲娱乐是人类自然情绪的有意识流露,是心灵情感的激奋反映。这种宽松的大环境为极限运动产生、发展创造了前提。

## 5 极限熨烫运动发展前景预测

极限熨烫运动作为一种具有休闲吸引力的新兴运动项目,只有经过合理的规划开发,才能发挥其功能。体育休闲资源开发是实现极限熨烫运动资源价值的有效途径和前提条件,在首度开发和深度开发的基础上,不断扩展极限运动市场,并辅以科学管理,使参与者在比赛过程中严格遵守比赛规则,按竞赛规程参加比赛。极限熨烫协会同赛事举办方一起制定完备的赛事安全、资金、制度保障方案,促使极限熨烫运动健康发展。在不久的将来,极限熨烫运动必将成为世界主流极限运动项目之一。

### 参考文献:

- [1] 张建国.现代汉语词典[M].北京:商务印书馆,2010:241.
- [2] 什么是极限运动?[N].甘肃经济日报,2000-12-23(2).
- [3] 王玉德.文化学[M].昆明:云南大学出版社,2006:3-6.
- [4] 李荣善.文化学引论[M].西安:西北大学出版社,1996:27.
- [5] 庞晓东.心理学是什么玩意儿[M].武汉:华中科技大学出版社,2012:1.
- [6] 极限熨衣[EB/OL].[2010-10-08].<http://www.hudong.com/>.