



高校体育研究成果丛书

Series of College Research Results in Physical Education

弘扬求是精神，打造学术研究精品
提升创新能力，促进学术交流发展

安徽省武术运动发展的探索 ——基于非体育人口转化的研究

ANHUI SHENG WUSHU YUNDONG FAZHAN DE TANSUO
——JIYU FEITIYU RENKOU ZHUANHUA DE YANJIU

杨中皖 著



中国书籍出版社
China Book Press



高校体育研究成果丛书

Series of College Research Results in Physical Education

弘扬求是精神，打造学术研究精品
提升创新能力，促进学术交流发展

安徽省武术运动发展的探索 ——基于非体育人口转化的研究

ANHUI SHENG WUSHU YUNDONG FAZHAN DE TANSUO
——JIYU FEITIYU RENKOU ZHUANHUA DE YANJIU

杨中皖 著



中国书籍出版社
China Book Press

图书在版编目(CIP)数据

安徽省武术运动发展的探索：基于非体育人口转化的
研究 / 杨中皖著. —北京：中国书籍出版社，2015.6
ISBN 978-7-5068-5002-5

I. ①安… II. ①杨… III. ①武术—发展—研究—
安徽省 IV. ①G852

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 143796 号

安徽省武术运动发展的探索——基于非体育人口转化的研究

杨中皖 著

丛书策划 谭 鹏 武 斌

责任编辑 吴化强

责任印制 孙马飞 马 芝

封面设计 崔 蕾

出版发行 中国书籍出版社

地 址 北京市丰台区三路居路 97 号(邮编：100073)

电 话 (010)52257143(总编室) (010)52257140(发行部)

电子邮箱 chinabp@vip.sina.com

经 销 全国新华书店

印 刷 三河市铭浩彩色印装有限公司

开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张 16.75

字 数 217 千字

版 次 2016 年 11 月第 1 版 2016 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5068-5002-5

定 价 50.00 元

前 言

传统武术是中华民族国粹,是中国悠久历史文化的精髓之一,它以其鲜明的特点及价值受到各个年代人们的欢迎和喜爱,不断得到传承与发展。在全球一体化发展的今天,受西方竞技体育的冲击,民族传统体育的发展受到了严峻的考验,如何在夹缝中求生存,就成为我国传统武术发展的一个重要的研究课题。总体来看,相较其他民族传统体育运动项目来说,我国传统武术的发展形势还是不错的,在世界上的影响力也逐步扩大,在新时期如何进一步加强传统武术的宣传与推广,促进其国际化发展是传统武术未来发展的一个方向。安徽省作为我国武术发展状况良好的省份,其发展水平的高低将直接影响到我国整个传统武术的发展,因此加强安徽省武术运动发展的探索与研究具有非常重要的意义。

在传统武术发展的过程中,参与武术人口的多少对武术运动发展水平来说是一个具体的量化指标,因此,加强对非体育人口向体育人口的转变将是一个重要的举措。因此,本课题关于安徽省武术运动发展的探索就是基于非体育人口转化方面的研究,在此基础上对安徽省武术运动的发展现状、教学与训练体系、后备人才的培养及武术套路的创新等展开具体地研究和分析,以促进安徽武术乃至我国整个武术运动的可持续发展。

本书共分为八章,第一章为传统武术的基本概念及相关理论研究,主要阐述了传统武术的起源与发展、概念及内涵、分类及流派、特点及作用等内容,以帮助武术运动爱好者及参与者深刻地了解传统武术的基本内涵。第二章为安徽省武术运动发展的现状,在调查了安徽省目前武术运动发展现状的基础上,对发展中存在的问题展开具体地探讨和分析。第三章为安徽省非体

育人口转化的研究,在调查了安徽省体育人口与非体育人口基本情况的基础上,对偶尔参加或不参加体育活动人口的结构特征及影响因素做出了具体分析。第四章为安徽省非体育人口转化与武术运动发展关系的研究,其研究的重点集中在非武术人口向武术人口转化的策略上。第五章为高校武术运动发展的探索,武术运动的发展离不开学校的推动,因此加强学校武术教学与训练、竞赛体系等的研究至关重要,本章对此做出了深入地研究和分析。第六章为安徽省竞技武术后备人才发展的探索研究,重点探讨了安徽省武术人才的培养现状及策略。第七章为武术套路的创新发展探索,重点研究了传统武术的创新编排。第八章为传统武术的传承与可持续发展研究,在研究了传统武术体系构建基础上,重点研究了传统武术的竞技化、产业化和可持续发展。

作为一本关于传统武术运动可持续发展及安徽省武术运动发展概况的学术著作,作者对其内容丰富、逻辑清晰、结构完整,集理论性、系统性、科学性为一体诸方面做了努力。

本书在撰写的过程中,参考和采纳了大量的关于武术运动方面的书籍和资料,在此向有关专家及学者致以诚恳的谢意。由于时间仓促及精力有限,书中难免存在不足之处,恳请广大读者批评指正。

作者

2015年4月

目 录

第一章	传统武术相关概念辨析及理论研究	1
第一节	传统武术的起源与发展	1
第二节	传统武术的概念及内涵	13
第三节	传统武术的分类及流派	15
第四节	传统武术的特点及作用	27
第二章	安徽省武术运动发展的现状分析	37
第一节	我国武术运动发展的概况	37
第二节	安徽省武术运动发展的现状	49
第三节	安徽省武术运动发展中存在的问题分析	54
第三章	安徽省非体育人口转化的研究	68
第一节	体育人口与非体育人口的研究	68
第二节	安徽省体育人口与非体育人口的基本情况调查	74
第三节	安徽省偶尔参加体育活动人口的结构特征及影响因素分析	75
第四节	安徽省不参加体育活动人口的结构特征及影响因素分析	85
第四章	安徽省非体育人口转化与武术运动的发展	102
第一节	非体育人口转化对武术运动发展的影响	102
第二节	非武术运动人口向武术人口转化的策略	110

第五章 高校武术运动的发展探索·····	131
第一节 高校武术教学及课程设置分析·····	131
第二节 高校武术训练与竞赛体系的构建研究·····	157
第六章 竞技武术运动后备人才的发展探索·····	163
第一节 安徽省竞技武术运动队的发展情况·····	163
第二节 安徽省竞技武术后备人才的培养现状·····	166
第三节 安徽省竞技武术后备人才培养的策略研究·····	185
第七章 武术套路的创新发展探索·····	194
第一节 传统武术套路概述·····	194
第二节 传统武术套路创新编排·····	206
第三节 套路创新发展中面临的问题及对策·····	224
第八章 武术运动的传承与可持续发展探索·····	228
第一节 武术运动传承发展体系的构建·····	228
第二节 武术运动的竞技化发展·····	235
第三节 武术运动的产业化发展·····	240
第四节 武术运动的可持续发展·····	247
参考文献·····	260

第一章 传统武术相关概念辨析及理论研究

武术是在悠久的历史潮流中逐渐形成的一种运动形式,它充分反映了中华民族传统文化。作为中华民族文化遗产中的珍宝,传统武术在现代社会得到了进一步的发展。本章主要对传统武术的起源与发展、概念及内涵、分类及流派、特点及作用等分别进行了研究。

第一节 传统武术的起源与发展

一、传统武术的起源

传统武术的起源可以分为两个时期,即萌芽时期与形成时期。

(一)萌芽时期

传统武术的雏形在原始社会时期就已经形成了。原始社会时期,社会生产力水平十分低下,人们处在恶劣的环境下,必须与大自然进行不同形式的斗争才能获得生存。人们在长期的生产活动当中,通过一些徒手动作(拳打、脚踢、躲闪等)和原始工具(石头、木棒、兽骨等)来抵抗野兽的进攻,并且对基本搏斗技能(劈、砍、刺等)也有了一定的掌握。传统武术基本动作的原型都源于这些技能。所以,传统武术的发源通常被认为是原始社会的简单搏斗技能。但是,这种原始的、基于本能的技能依旧属于生产技能的范畴的,所以不能将其作为武术的萌芽。只有

人与人之间的斗争才具有攻守矛盾的存在,才符合技击的逻辑本质。必须承认的是,传统武术技能的形成是建立在人与大自然进行抗争的过程中所积累并逐渐演化为系统的技能方法的一系列动作形式的基础上的。

到了旧石器时代晚期,大量石器工具(石器、石球、石斧、石铲等)不断出现,而且快速发展起来;新石器时代,石刀、骨制的鱼叉、箭簇、铜钺、铜斧等工具的出现使人们的生产、狩猎水平进一步得到提高。一系列生产、狩猎工具的发展和创新使人类的砍、劈、击、刺等技术不断走向成熟。也就是在这一时期,武术开始形成雏形。因此,可以说,这些工具的产生在一定程度上促进了武术的雏形的形成。

人与人之间的战争是武术运动真正萌芽的土壤。在原始社会末期,大规模的部落之间的战争开始出现。对此,《吕氏春秋·荡兵》有相关的记载:“未有蚩尤之时,民固剥林木以战矣。争斗之所自来者久矣,不可禁,不可止。”^①从这一记载中可以看出,在客观方面,人与人之间的搏杀与格斗促进了器械的制作以及技击技术的产生及发展,对此有相关的记载还有《世本》,书中写道:“蚩尤作‘五兵’:即戈、殳、戟、酋矛、夷矛。”兵器的发展对于人们使用兵器技术的提高与进步起着积极的促进作用,原始生产劳动中人类的格斗技能通过战争而逐渐分离出来。因此可以说,这一时期,作为一种独立的社会技能,武术已经开始逐渐形成并发展起来。

由上述可知,技能方法的发展和器械的创造对武术的起源奠定了基础。除此之外,“武舞”在一定程度上也为武术的产生与形成起到了促进作用。原始社会时期,人们进行狩猎与战事活动前后都会表演“武舞”,这对传统武术动作套路的诞生有着积极的促进作用。史籍记载:“大禹时期三苗部族多次反叛,部落间战争不断,后来,禹停止战事,让士兵持盾斧操练‘干戚舞’

① 蔡仲林,周之华. 武术. 北京:高等教育出版社,2009

请三苗部族的人观看,三苗部族被慑服而臣服于大禹。”^①“武舞”中的舞蹈种类是多种多样的,“干戚舞”就是其中的一种。具体来说,“武舞”主要是通过对狩猎或战争场景的模拟,来使族民得到鼓舞或着对敌人产生震慑效用;从现实意义的层面来看,武舞是对搏杀技能的一种操练,按一定的程序对将要用于实战斗争的经验进行的一种演练。一些丰富的知识、技能、身体活动和风俗习惯等都蕴含在武舞中。武舞的出现,反映出古代人们对武术的认识开始由感性向理性不断升华,同时也为武术套路的形成奠定了一定的基础。

至此,传统武术的雏形已经形成,武术雏形的出现为传统武术的正式形成奠定了坚实的基础。

(二)形成时期

原始社会末期,部落战争频繁爆发,武术便随之而萌芽。但是,由于这一时期的武术还不属于有目的、有计划、有组织的体育活动范畴,所以,其并不能被称为是真正意义上的武术。事实上,到了阶级社会,武术才逐渐形成起来。

进入阶级社会后,在不断发生的部族战争和家族内部斗争中,比较简易的击、刺、出拳、踢腿等技术动作不断被人们模仿、练习和传授。如此,不仅使人们的搏斗经验得到了丰富,而且还促进搏斗技能规范化和实用化的进一步增强。在此基础上,兵器得到了进一步的发展,这些都为武术体系的形成奠定了基础。

到了奴隶社会,统治阶级开始加强对武术的利用来进行军事统治。随着生产力和生产方式的不断进步,奴隶社会的矛盾不断加剧,奴隶主贵族在军队和教育方面对武技进行垄断的局面因奴隶制的崩溃而从根本上得以打破。这时候,社会上开始出现“士”阶层和“游侠”,这两个阶层自出现后逐步活跃,这为武术不断走向民间、形成民间武术提供了有利的条件。民间武术

^① 蔡仲林,周之华. 武术. 北京:高等教育出版社,2009

的基本特征是其具有个体性,在此基础上武术出现了多样化的发展特性。练习武术的人不断钻研与尝试不同的武术技法,并对其进行比较。人们对武术的攻防技巧和多样化的战术打法(如进攻、防守、反攻、佯攻等)也开始有了讲究,这些都在很大程度上使武术技能水平得到了一定的提高。随着武术技能的丰富和发展,武术理论在人类社会开始逐步萌生。

二、传统武术的发展

关于传统武术的发展历程,通常将其分为三个时期,即古代武术的发展、近代武术的发展以及现代武术的发展。

(一)古代武术的发展

1. 先秦时期武术的发展

夏朝建立之后,标志着我国历史开始进入奴隶制社会,这一时期的奴隶主之间经常会出现战争,车战是战争的主要形式。当时的冶炼技术已经有了一定的发展,各类青铜兵器大量出现并不断得到了改进,这些也为战事的需要提供了一定的条件,如主要兵器——戟的出现就是戈与矛结合而产生的。另外,“序”和“校”等以武术为主的教育机构开始出现,在这里人们习练和传授各种武技(如“手搏”“手格”“股肱”等)。

殷商时期的奴隶社会以农业经济为主,所以,这一时期武术训练开始出现田猎这一重要手段。田猎不仅是人类维持生存的一种手段和方法,而且逐渐发展成为一项具有军事意义的集体活动,通过田猎的训练,能够达到提高各种武器的使用及士兵驭马驾车等技术水平的效果。田猎本身就融合了身体、技术以及战术等多方面的训练,制作精良的矛、戈、戟、斧、钺等青铜器在田猎中被人们大量使用,从而使武术的杀伤力得到了较大的提高。奴隶主对士兵的军事技能进行训练的重要手段中也包括田

猎,有关田猎的记录在殷商甲骨文中有大量记载。

到了西周时期,社会上对贵族子弟的教育非常重视。通过以“六艺”(礼、乐、射、御、书、数)为主的教育内容来对贵族子弟进行教育,以此来使维护奴隶主贵族专政的目的得以实现。武术文化教育气象在教育中得到了萌生。在对贵族子弟进行教育的主要内容中,“乐”“射”“御”对武术的发展都有着直接的关系。其中,“射”和“御”分别指的是射箭和驾驶战车,“乐”指的是周朝开国时期的一种舞蹈,这种舞蹈是向四方(东、南、西、北)各做四次击刺动作,这为后来的武术基础套路和武术套路中的“打四门”奠定了基础。

春秋战国时期诸侯之间展开争霸,频繁发生战事,这对工艺的铸造水平和练兵习武提出了更高的要求,也在一定程度上促进了武术的发展,诸侯各国的重要任务就是赢取战争的胜利,统治者通常选用拳技、臂力、筋骨强壮出众的人为抗击敌人的士兵。为了进一步促进武艺高强人才的挖掘,每逢春秋之际,全国性的“角试”便开始举行,通过“角试”对武艺高强的人进行选拔,将选拔出来的人才充军,以此来促进军队战斗水平的提高,从而为赢得战争胜利提供保障。另外,春秋战国时期,击剑的风气也比较盛行。有关这一历史在《吴越春秋》中有所记载:“击剑家越女剑技出众,且其技击理论系统成熟。越女认为:剑术看似浅显,实则精妙,包含开合与阴阳变化,凝动静、快慢、攻防、虚实、内外、逆顺、呼吸等为一体,十分可观。”^①

2. 秦汉与魏晋南北朝时期武术的发展

秦汉武术对于武术后来的发展有着积极的促进作用,主要是因为这一时期武术出现了武术的基本分支,如拳术、剑术、象形武术等。武术发展至汉朝,武器武备和军事训练备受统治者重视,整个社会“兵民合一”“劳武结合”,形成了全民尚武的局

^① 蔡仲林,周之华. 武术. 北京:高等教育出版社,2009

面。这一时期武术技能和理论都有了较大的发展,这主要表现在两个方面:一方面,军队中最主要的短兵器逐渐被剑取代(刀是以前的主要兵器),刀剑之术、相扑、角抵等不断被传到日本;另一方面,一些论述武术的书籍开始出现,如收录了《手搏》6篇、《剑道》38篇的《汉书·艺文志》,论述习武者“非信廉仁勇,不能传并论剑,与道同符”的《史记·太史公自序》等。习武者“武德”要求的基本形成就是以这些文献的出现为主要标志的。

到了两晋南北朝时期,我国出现了民族大融合,武术的发展中也充分体现了这一特点。这一时期,无论在军中和民间,武艺都得到了进一步的发展。具体来说,其主要从两个方面得以体现:一方面,娱乐性的武术(如角抵戏、刀楯表演、刀剑表演、武打戏等)发展较快;另一方面,武术的文化内涵得到了丰富,开始与宗教思想结合起来。

3. 唐宋时期武术的发展

唐朝时期是较为繁荣的时期,这一时有开明的政治、繁荣的竞技和开放的文化,这一良好的社会发展环境对于武术的发展也是非常有利的。这一时期剑术在民间的盛行和武举制度的建立对武术的发展起着积极的促进作用,这主要表现在两个方面:一方面,剑退出战争,被刀取代,武术开始发展成为集多种功能(自卫、健身、娱乐、表演等)于一身的形式;另一方面,建立武举制后,对人才的选拔方式主要是考试,这有利于武术精炼化以及规范化的发展,也有利于形成全民习武练武的风气。

两宋时期,武术有了更近一步的发展,不断丰富的武术兵器、逐渐兴起的习武组织以及日渐成熟的武艺表演等都是武术发展的重要表现。武术在这一时期进一步发展的主要原因如下。

(1)战争促进了兵器的改革和进步,同时丰富了武术器械的类型,提高了练习武术者的技艺水平,这都为武术的发展创造了有利的条件。

(2)人民长期受到统治者的压迫,通过武艺组织与结社的建立来对统治者进行反抗。“弓箭社”“忠义巡社”“锦标社”“英略社”等都是当时比较有影响的武艺结社。

(3)这一时期开始出现了套子武艺,丰富多彩的各种武艺表演经常出现于专业的游艺场所(如“瓦舍”“勾栏”等)中,这些在很大程度上为以后武术的表演化发展奠定了基础。

4. 元明清时期武术的发展

元朝时期,民间武术的发展受到了一定的阻碍,其阻碍因素主要是强化朝廷习武练兵、严禁民间习武的规定,但是,元曲中的武打戏表明武术在舞台上的表演发展到了一个新的高度。

到了明清时期,武术与军事武艺因为火器的出现而逐渐分离,这对于武术在未来一段时期内的集成化发展有着积极的促进作用。

另外,这一时期,武术发展的一些特征逐渐呈现出来,这主要表现在以下几个方面。

(1)武术套路逐步形成。目前所见的最早的武术套路图谱即刀、棍等套路演练步法线路图出现于程宗猷所著的《单刀法选》中。

(2)武术流派逐步形成。

(3)开始出现内家拳这一反映中国哲学文化的拳术。

(4)武术内功在武术与气功导引术的结合下开始出现。

(5)对练习武术者武德的要求不断提高,而且具体到技术层面。总的来说,这一时期武术的发展为中国传统武术的发展及其重要地位的保持奠定了坚实的基础。

(二)近代武术的发展

近代武术的发展起着承前启后的作用,意义重大。这主要是由于这一时期武术表现出的武术组织的建立、武术教育形式的创新和武术观念的革新等基本特征。

1. 武术组织的建立

到了近代,由于列强入侵,西方体育文化也对我国传统体育文化造成了极大的冲击。因而在当时的一些有识之士推动下,辛亥革命后,人们开始注重武术,并且开始通过一系列的措施来促进武术的进一步发展,比如,一些北京、天津、上海等大城市纷纷成立武术组织。当时影响最大、传播最广、维持时间最长的武术组织是1910年在上海成立的精武体育会;1928年,国民党在南京成立的中央国术馆及各地方国术馆,这不仅标志着武术打破了地域、家族的限制,突破了传统的师徒口传身教,而且还使其得到了有组织的研究、整理和推广。

2. 武术形式的创新

这一时期,武术开始逐渐进入学校体育教学中,促使这一发展的是新武术的创编。1911年,一批武术名家合作编辑了《中华新武术》一书,该书于1917年被定为军警教材,于1918年被定为全国正式体操。1915年,“全国教育联合会”在天津召开,会议通过决议:“各学校应添授中国旧有武技。”由此可以看出,这一时期,武术已经被看作是一种尚武强国的学校教育手段。1918年,教育部召开全国中学校长会议,会议通过决议:全国中学校一律添习武术。这也在很大程度上标志着武术已经正式成为学校体育课程中的一项教学内容。但是,当时学校武术的开展情况并不尽如人意,尽管如此,武术教育形式的创新为传统武术转型做了有益的尝试,为传统武术的发展创造了一定的有利条件。

3. 武术观念的革新

随着对武术认识的深入和学校武术的开展,新、旧思潮的交锋和“土洋体育”之争逐步深化,受此影响,近代开始从体育观的角度来对武术进行深入的认识、理解和解释,这为武术观念的进

一步革新奠定了基础。当时的一些有识之士开始开展武术的收集、整理和研究,进一步注重武术的健身与技击功能,由此,武术开始向着科学化的方向发展。另外,武术的发展也在一定程度上受到近代武术竞赛的举办的推动。

(三)现代武术的发展

受各种因素的影响,现代武术有了进一步的发展,这主要体现在以下几个方面。

1. 武术理论的系统化

1952年,国家体委设立民族形式体育研究会,并且对民族体育开展了深入的研究,尤其是武术。1957年的全国武术表演评比大会提出了发展传统项目的建议,自此之后,几次大型武术运动会或武术比赛中都逐渐增加了武术项目。1979年开始,国家体委在全国范围内掀起挖掘、整理武术的热潮,各地都呈现出了较高的发掘、继承武术的积极性。1997年“武术段位制”的实行在很大程度上促进了武术的进一步普及。1982年,全国武术工作会议明确指出“必须加强武术的科学研究和理论建设”。这标志着对武术理论的研究开始逐渐繁荣起来。此后经过三年努力,发掘拳理明晰、风格独特、自成体系的拳种多达129个,并出版了《中国武术拳械录》一书。至此,武术理论的研究逐渐向系统化的方向发展。

另外,传统武术理论系统化的发展还受到其他因素的推动,一方面,1986年1987年分别成立的中国武术研究院和中国体育科学学会武术学会(后更名为武术分会),为我国今后武术的科学研究提供了组织保障;另一方面,武术进入学校,培养了高层次武术研究人才,为武术的科学研究提供了人才保障。

2. 武术发展的组织化

组织化是现代体育发展的重要特征之一,武术组织化主要

表现在武术管理体制的建立、发展和完善等方面。1950年中华全国体育总会召开武术座谈会,倡导发展武术运动。1952年,国家体委成立后,设立了民族形式体育研究会,负责挖掘、整理武术。1955年,国家体委在运动司下设武术科,后又改为武术处,专门负责国家一切武术工作。这些都为武术的组织化发展创造了有利的条件。

随着改革开放深入,国家体委武术研究院成立,其主要负责统一管理、推广武术,这就使武术迅速发展的需要得到满足。1994年,国家体委增设武术运动管理中心,使我国武术的管理体制得到了进一步的完善,为我国武术的科学化、规范化管理奠定了基础。

3. 武术教育的体制化

现代武术的发展在很大程度上受到武术教育体制的发展的推动,而武术教育体制的发展也是武术发展的重要表现之一。在新中国成立初期,国家就对传统武术的发展非常重视,并通过多方面的努力将武术引入学校教育系统。

在1956年,我国教育部编订并颁布了中国第一部《中、小学体育教学大纲》,《大纲》中将武术列为学校教学内容之一。自此,各级学校对武术的教学工作开始引起高度的重视,并且开始以学生的需要和发展为中心进行武术教学。由于高校在师资、器材、设备等方面都具有良好的条件,这就为高校武术的开展提供了有利的条件,并且使武术教育的教学效果得到进一步提高。

4. 武术竞赛的科学化

国家和社会非常重视武术的发展,并且对武术的研究也越来越深入,武术竞赛体系开始发展和壮大,并逐渐走向科学化,向着与世界体育文化接轨的方向努力着。

1953年全国民族形式体育表演及竞赛大会的举行,标志着武术作为体育项目开始进入竞赛领域。1958年,中国武术协会