

# 太极拳实战技击在邯郸市中小学的传播现状与对策研究

◆ 黄海 陈军 刘章娟 徐伟龙

**[摘要]** 邯郸是杨、武式太极拳发源地，其中杨式太极拳在国内外传播最为广泛。本文采用文献资料、问卷调查、数理统计等研究方法对邯郸市中小学太极拳教学和比赛现状等方面进行对比分析研究，探索其中存在的问题和改善太极拳现存状态的策略，以期找到推广太极拳切实可行的途径方法，为科学普及推广国家非遗项目太极拳文化尽微薄之力，同时研究成果将为进一步发展太极拳文化提供借鉴。

**[关键词]** 太极拳；实战技击；邯郸市中小学

**[中图分类号]** G40 - 013. 9

**[文献标识码]** A

**[文章编号]** 1002-4808 (2018) S1-0159-03

古城邯郸被国家命名为“太极圣地”，太极拳是其文化名片，拥有广泛的群众基础，由市政府主办的“邯郸国际太极拳运动大会”，有许多国内外的太极拳运动员参加。邯郸市教育局每年都组织中小学太极拳比赛，让太极拳项目步入校园、登上课堂，国家花大力气来推动太极文化的传承与发展，但太极拳项目在校外业余时间却很少见到中小学生自主练习。

通过查阅相关资料得知在相关部门政策的指导下，邯郸市经常参与课余太极拳活动的中学生比例为 6.4%。<sup>[1]</sup>这与邯郸市中小学太极拳比赛的参赛人数与总人数比例大致相当，有关参加太极拳比赛的中小学生校内练习太极拳及校外自主练习情况如何，目前研究尚不多见。当今韩国的跆拳道项目，某市中小学生在校外自主练习跆拳道的人数比例为 17.2%，很多儿童少年从五六岁就花钱去学习跆拳道，造成其他孩子不练跆拳道都显得落伍。跆拳道项目如此火爆的场面是如何造成的？这值得我们在推广太极拳项目时深思。

从实战技击层面上看，跆拳道的实战对抗性不如我国的许多武术项目，包括太极拳。武术的本质是技击，如果太极拳项目去掉对抗搏击的属

性，强化表演的属性，势必会走向武舞的阶段，对于太极拳的本质发展是毁灭性的。先祖杨露禅先生在北京授拳时，是从实战比武中打出来“杨无敌”的名号。而如今的“太极大师”的名号，大都是自封或相互吹捧封号的，很难经得起实战技击场面的印证。中小学生练习太极拳是学校强迫的，怎会被青少年真心喜欢？《健康中国 2030 规划纲要》由中共中央、国务院 2016 年 10 月 25 日印发实施，其中第一篇第六章第二节点名提道：扶持推广太极拳、健身气功等民族民俗民间传统运动项目。在笔者看来，太极拳到了需要扶持才能生存的局面，因此真心担忧太极拳运动的发展。太极拳实战技击的方法，在百年战乱中少有留存，又在长期的教育理念的摒弃下，已经很少有人熟知，几乎没人会实战技击。

本文针对太极拳的实战技击项目在中小学开展情况进行现状调查，希望找到方法打开太极拳的传播之门。

## 一、研究对象与方法

### (一) 研究对象

调查对象为参加邯郸市教育局 2017 年太极拳

黄海/邯郸学院体育学院讲师，硕士（河北邯郸 056005）；陈军/邯郸学院体育学院讲师，硕士（河北邯郸 056005）；刘章娟/邯郸市邯山区胜利街小学教师，硕士（河北邯郸 056005）；徐伟龙/邯郸学院副教授，硕士（河北邯郸 056005）。

比赛的 58 所小学、75 所中学的学生。

## (二) 研究方法

### 1. 文献资料法

通过学校图书馆在中国知网对“太极拳技击”“中小学”等关键词搜索查阅了近五年来与邯郸市太极拳中学生有关的文献资料 7 篇，杨式太极拳技击的文献资料 5 篇，为研究提供了理论参考依据。

### 2. 问卷调查法

采用特尔菲法对邯郸市中小学太极拳学习现状进行问卷调查，问卷的调查时间为 2017 年 11 月 26 日至 11 月 29 日比赛现场。其中发放学生问卷 450 份，回收 395 份，有效问卷 377 份，回收率为 87.78%，有效率为 83.78%（见表 1）。发放教练问卷 26 份，回收 26 份，有效问卷 24 份，回收率为 100%，有效率为 92.3%（见表 2）。

表 1 学生问卷发放情况统计表

| 发放份数 | 回收份数 | 有效份数 | 回收率 (%) | 有效率 (%) |
|------|------|------|---------|---------|
| 450  | 395  | 377  | 87.78   | 83.78   |

表 2 教练问卷发放情况统计表

| 发放份数 | 回收份数 | 有效份数 | 回收率 (%) | 有效率 (%) |
|------|------|------|---------|---------|
| 26   | 26   | 24   | 100     | 92.3    |

### 3. 数理统计法

利用 SPSS. 16.5 软件对问卷调查所获得的数据进行统计分析，对得出的邯郸市太极拳实战技击的情况进行分析总结。

### 4. 逻辑分析法

将问卷整理归纳，运用相关知识对调查结果进行分析。

## 二、研究结果与分析

### (一) 邯郸市中小学生参与太极拳项目训练的现状与分析

表 3 所示为邯郸市中小学生对太极拳认识情况统计表。

表 3 学生对太极拳认知情况统计表

| 太极拳<br>不能技击 |       | 校外不练习<br>情况 |       | 老师选中<br>参加比赛 |       | 为不上课<br>而练习 |       |
|-------------|-------|-------------|-------|--------------|-------|-------------|-------|
| 人数          | 百分比   | 人数          | 百分比   | 人数           | 百分比   | 人数          | 百分比   |
| 366         | 97.1% | 371         | 98.3% | 370          | 98.2% | 141         | 37.4% |

由表 3 通过对学生问卷调查可知，在参加太极拳比赛的中小学生里面，有 97.1% 的学生认为他们学的太极拳不能技击打人，有 98.3% 的学生在校外时间不会练习太极拳，有 98.2% 的学生练太极拳是因为被教师选中了要参加比赛才练的，有 37.4% 的学生喜欢太极拳的原因是可以不用在教室上自习课学习。通过调查得知，学生对太极拳的认知、认可程度存在问题，思想意识存在偏颇，认为太极拳是老年人的锻炼项目，导致目前的太极拳套路项目不利于在中小学开展，政府和学校的努力推广是在极力挽留即将流逝的太极拳文化，但是事与愿违。

### (二) 邯郸市太极拳实战技击内容的现状与分析

表 4 所示为邯郸市中小学开设太极推手情况统计表。

表 4 学校开设太极推手情况统计表

| 开设教学 |     | 未开设教学 |     |
|------|-----|-------|-----|
| 人数   | 百分比 | 人数    | 百分比 |
| 16   | 65% | 8     | 35% |

通过教师问卷调查，在邯郸市中小学的太极拳教学内容主要是竞赛套路，太极拳实战技击内容在中小学几乎没有开展。有 65% 的学校开展了太极推手，但是教练都表示这种推手更像徒手游戏，不能用于实战对抗。不安排实战技击的原因，首先是学校害怕学生会受伤，其次是害怕学生学会了打架。其中一些学校安排了太极推手的内容，但是实战性很弱，表演的成分居多。

太极拳实战技击方法是太极拳项目的核心本质，如果要发展和推广太极拳项目，要在发展太极拳套路竞赛项目的同时，更要大力发展太极拳实战技击竞赛项目，这是必要的措施。儿童少年时期是对美好未来之探索学习的最好时期，少年

强则中国强，太极拳实战技击竞赛在少年时期发展是最好的阶段，而太极拳健身养生的功效等到而立之年后再推广也来得及。

### (三) 邯郸市太极拳实战技击教练的现状与分析

表5所示为邯郸市中小学任课教师练习实战技击情况统计表。

表5 学校任课教师练习实战技击情况统计表

| 不会实战技击 |     | 能够实战技击 |     |
|--------|-----|--------|-----|
| 人数     | 百分比 | 人数     | 百分比 |
| 22     | 94% | 2      | 6%  |

表6 学生参与搏击类项目训练情况统计表

| 跆拳道训练 |       | 摔跤训练 |      | 拳击训练 |      | 散打训练 |      | 田径训练 |      | 舞蹈训练 |      |
|-------|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 人数    | 百分比   | 人数   | 百分比  | 人数   | 百分比  | 人数   | 百分比  | 人数   | 百分比  | 人数   | 百分比  |
| 60    | 15.7% | 2    | 0.3% | 1    | 0.2% | 1    | 0.2% | 25   | 6.5% | 12   | 3.1% |

通过学生问卷调查，在参加太极拳比赛的中小学生里面，有15.7%的学生参加过跆拳道的训练，0.3%的学生参加过摔跤的训练，0.2%的学生参加过拳击的训练，0.2%的学生参加过散打的训练，6.5%的学生参加过田径的训练，3.1%的学生参加过舞蹈的训练，参加太极实战技击的为零。其中学生参加跆拳道项目的人数最多，问他们喜欢跆拳道的原因，能防身自卫排在第一，锻炼身体排在第二。与参加过实战技击的教师沟通得知参加武术训练队练习的原因也是如此。

中国古代军事家戚继光对武艺的要求是“打练合一”，纵观世界搏击之术拳击、泰拳、摔跤、柔道等，都是在实战对抗之中获胜，来博得世人的青睐。拳术本无优劣之分，只有练习者才有强弱之别，太极拳也同样适合此实战价值的本质。当今国家大力推广武术太极拳项目，不能只发展套路表演的形式，要考虑其自身的实战技击的本质属性，在擂台上用实力告诉世人，展现太极拳实战技击的魅力。

经过调查研究发现：邯郸市中小学生练习的基本都是太极拳套路，对太极拳实战技击没有认知也没有接触；学校教学任务只是单纯的太极拳套路教学，担任太极拳教学的教师几乎没有练过实战技击；仅有个别学校有太极拳推手教学内容。因此，

通过教师问卷调查，有94%的教练不会实战技击，他们学的是太极拳套路动作，不知道如何实战；有6%的教练能实战，但是用于实战的动作多是拳击、散打动作，没有太极拳的特点。笔者在调查中某个学校教练说，他们学校一位学生是太极推手邯郸市冠军，但有一次却被学练跆拳道的同学欺负哭了。这说明太极拳实战技击方面在学校没有普及推广发展，应该加大力度或政策支持。

### (四) 邯郸市中小学生参与搏击类项目训练的现状与分析

表6所示为邯郸市中小学生参与搏击类项目训练情况统计表。

学校应加强中小学生对传统太极拳有关方面的知识学习和掌握了解，同时管理部门应加大扶持太极拳的政策导向；对太极拳教学教师应加强实战技击技术方面的培训，树立太极拳以实战技击为主的观念；太极拳实战技击方法的研究也势在必行，应多举办太极拳比赛并积极鼓励学生参赛，提升学生太极拳套路及实战技击方面的能力。

### [参考文献]

- [1]李荣薇.太极拳在邯郸市中学生学习现状与对策研究[J].当代体育科技 2014: 11.
- [2]虞文敏.邯郸市太极拳文化普及推广模式研究[J].济南:山东体育学院 2015.
- [3]靳周祥.关于太极拳技击的思考[J].焦作大学学报, 2009: 10.
- [4]牛一凡.客观地看待传统太极拳的技击性:以陈式太极拳为例[J].学术探讨 2015.
- [5]张志勇.太极散手的技术演绎与太极拳技击功能的弱化[J].体育学刊 2011: 11.
- [6]刘章娟.邯郸永年县太极拳文化产业现状与发展研究[D].石家庄:河北师范大学. 2014.
- [7]黄海.武术散打比赛中对峙、攻防、间歇三种状态时间划分与特征的研究[D].石家庄:河北师范大学. 2008.
- [8]徐伟龙.杨式太极拳的普及现状及发展对策研究:以邯郸市为例[J].国际会议 2011.