

竞技武术套路发展与创编研究

陈尔静

(乐清市业余体育学校, 浙江 乐清 325600)

摘要: 竞技武术套路的发展逐渐趋向“高、难、美、新”的标准,这对套路创编提出了更高的要求。本文通过梳理竞技武术套路的发展历程,分析了其在萌芽、强盛和转型阶段的特点,并指出当前存在的主要问题,包括武术本质特征淡化、比赛内容单一化以及观众市场冷落等。针对这些问题,本文提出了竞技武术套路创编的优化建议:一是注重连接动作,增加难度级别,提升套路的流畅性和技术含量;二是渗透地域文化,丰富动作素材,增强竞技武术的文化内涵;三是挖掘武术本质,创编动作组合,确保竞技性与传统技击含义的有机结合;四是融合美学元素,完善武术内容,提升套路的艺术表现力和观赏性。研究表明,科学的创编方法不仅能提升竞技武术的技术水平和艺术价值,还能为观众带来视觉、听觉和知觉上的多重享受,进而推动武术文化的传承与传播。本文的研究旨在为竞技武术套路的创新与实践提供理论参考。

关键词: 竞技武术; 套路发展; 套路创编; 文化传承; 艺术表现力

引言

竞技武术套路是在传统武术基础上,经过现代化发展而形成的一种新型武术表现形式,既体现了武术的传承,也展现了创新。自上世纪五十年代以来,竞技武术套路在我国政府的大力支持下逐渐规范化,并在统一竞赛规则的框架下,衍生出长拳、南拳、太极拳等多种形式。随着时代的发展,竞技武术套路在动作难度、艺术美感和技术表现力等方面不断提升,逐渐朝着“高、难、新、美”的方向迈进。本文首先梳理了竞技武术套路发展的主要阶段,分析了当前存在的问题,并提出了促进其进一步发展的具体思路,以期为竞技武术套路的创新与实践提供参考。

一、竞技武术套路发展

1. 萌芽阶段

宋代是中国历史上经济、文化和教育高度繁荣的时期,堪称封建社会的鼎盛阶段。漆侠曾指出:“在两宋统治的三百年中,我国经济、文化的发展居于世界最前列,是当时最为先进、最为文明的国家。”在这一背景下,宋太祖通过“杯酒释兵权”削弱武将势力,推行文臣治国,以和平手段取代战争,为社会带来了长达百年的安定局面。经济的繁荣与社会的稳定为文化娱乐活动的发展提供了坚实基础。都城商贸空前兴旺,遍布各地的“瓦舍勾栏”成为百姓日常娱乐的重要场所,标志着娱乐业已深入民间生活。每逢传统佳节,全国各地都会举办形式多样的庆典活动,包括游戏娱乐、祈福祭祀等,内容丰富多彩。在这样的社会环境中,武术的功能逐渐从单纯的军事防御向娱乐和观赏转变。武术的技击性为其观赏性提供了基础,使其成为庆典活动中的重要表演内容。尽管这一时期的武术娱乐化尚处于萌芽状态,但已为竞技武术的发展埋下了种子,成为武术功能演变和文化传播的重要推动力。

2. 强盛阶段

2.1 明代武术套路技术内容的丰富

明代是中国武学发展的关键时期。朱元璋通过一系列军事行动推翻了元朝统治,建立了明朝,并废除了元代的“禁武”政策,为武学的蓬勃发展创造了条件。明代是中国历史上战乱频发的朝

代之,从早期与蒙古残余势力的战争到后期与后金的冲突,武术在军事中的应用贯穿了整个朝代。为适应治国需求,明朝统治者采取了一系列措施加强武学的地位,推动了武术技术的系统化和规范化发展。这一时期,武术不仅在技术上更加精进,在数量上也显著增加。例如,《纪效新书·拳经捷要篇》中记载了宋太祖三十二势长拳、六步拳、猴拳等多种拳法,显示出明代武术套路的多样性和技术内容的丰富性。

2.2 清代武术套路理论与数量的增长

清代是武术套路理论与技术进一步发展的时期。明代武术的多样化趋势在清代得到了延续和扩展,拳种流派逐渐形成规模。例如,少林寺棍法、青田棍法、巴子拳棍等技术民间广泛传播,标志着武术套路的进一步分化与成熟。然而,清代武术的发展也面临新的挑战。随着火器在军事中的广泛应用,传统武术在战场上的作用逐渐减弱,其技击性和对抗性开始弱化。尽管如此,武术在民间的影响力并未减退,反而因其文化价值和健身功能得到了进一步传播。

2.3 转型阶段

清末,随着火器技术的普及,战争方式发生了根本性变化,传统武术在军事中的地位进一步下降。1901年,清政府宣布“停废武举”,标志着武术正式从军事领域转向体育化发展。这一转型使武术逐渐脱离了实战功能,转而注重竞技性和艺术性,为现代竞技武术的形成奠定了基础。

二、存在的问题

1. 武术的本质特征被淡化

在竞技武术的发展过程中,动作规格逐渐成为评分的主要依据,导致套路训练过于注重功架练习,而忽视了武术的本质特征。套路创编更多地考虑演练者的身体条件和比赛名次,而非传统武术所强调的“精、气、神”以及威猛、敏捷、灵动等特质。这种趋势使得竞技武术在技术规范 and 训练水平上虽有提升,但在文化内涵和传统特色方面却逐渐弱化,未能充分展现中华武术的独特魅力。

2. 武术比赛的内容单一

竞技武术的快速发展得益于比赛的引导作用,但也带来了内容单一化的问题。许多地区和流派为迎合比赛需求,逐渐抛弃传统武术的特色,转而模仿竞技武术的模式。这种现象虽然在一定程度上推动了竞技武术的普及,但也导致传统武术的多样性和文化价值被边缘化。长此以往,中华武术的博大精深可能仅局限于竞技武术的框架内,难以全面传承和发展。

3. 观众市场的冷落

在体育项目日益市场化的背景下,武术作为最具民族特色的运动,其市场化进程却相对滞后。与足球、篮球等热门项目相比,武术比赛的观众吸引力明显不足。尽管套路演练具有独特的美感,但重复的动作设计和缺乏创新的表演形式容易使观众产生审美疲劳,丧失新鲜感。若不及时对比赛内容和表演方式进行改革,并积极开拓大众市场,武术的可持续发展将面临严峻挑战。

三、竞技武术套路创编

1. 注重连接动作,增加难度级别

在竞技武术套路演练中,动作的连贯性和流畅性是评判的重要标准,而难度级别的提升则是竞技武术发展的核心方向之一。高质量的套路创编应注重动作之间的衔接,避免因过渡动作过长而影响整体效果。例如,在2018年全国武术大赛中,部分选手因难度动作前的停顿时间过长,导致动作连贯性不足,影响了最终得分。而排名靠前的选手则通过缩短过渡动作、优化难度衔接,显著提升了演练效果。为增加套路难度,创编时应尽量减少过渡动作的冗余,使难度动作之间形成直线衔接。同时,运动员应根据不同级别的跳跃难度,灵活调整行进方向和路线,以增强动作的流畅性和观赏性。例如,可以在套路中融入更高难度的旋转、翻腾动作,或结合多方向的位移变化,使动作组合更具挑战性。此外,创编者还需根据运动员的身体条件和技术水平,合理设计难度级别,确保动作既具有竞技性,又能在比赛中稳定完成。这种创编方式不仅能提高动作的技术难度,还能进一步提升演练的整体表现力,为竞技武术的发展注入新的活力。

2. 渗透地域文化,丰富动作素材

竞技武术套路的发展应注重地域文化的融入,以丰富动作素材并增强文化内涵。例如,南拳作为起源于福建和广东的地方拳种,在长江以南地区广为流传,具有鲜明的地域特色。在套路创编中,除了规定的必选动作外,还应深入挖掘地方拳种的技术特点和风格,将其融入自选动作的设计中。通过结合地方拳种的攻防意识和演练风格,创编者可以设计出独具特色的套路内容,既丰富了竞技武术的表现形式,也增强了其文化传承功能。这种创编方式不仅有助于提升套路的艺术价值,还能为竞技武术注入更多的地域文化元素。

3. 挖掘武术本质,创编动作组合

竞技武术与传统武术的最大区别在于其竞技性和观赏性。竞技武术更注重比赛与表演,其动作设计追求高难度与视觉效果;而传统武术则更注重实用性、文化传承与身心修养。尽管两者在表现形式上有所不同,但其创编仍应以武术的本质为基础。陈平

教授指出,武术套路中的“技击含义”是可解释的,其具体表现方法和力量运用应体现在运动员的动作中。脱离实战的“技击含义”往往缺乏明确的技术依据,容易导致训练方式的偏差。在套路创编中,应基于可解释的“技击含义”设计动作组合,同时结合竞技体育的发展趋势,适当增加动作难度。例如,前扫腿从360度到720度的技术突破,既体现了竞技武术的难度追求,也保留了武术的技击本质。这种创编方式既能满足竞技需求,又能确保武术的文化内核不被弱化。

4. 融合美学元素,完善武术内容

竞技武术套路的创编应注重美学元素的融入,以提升其艺术表现力。创编者需将动作组合有机结合,既保留武术的技术特点,又突出运动员的动作美感。例如,通过高潮波动的韵律与手、眼、身、法的协调配合,设计出具有独特风格的套路内容。此外,音乐和美术元素的运用也能增强套路的观赏性。在音乐设计中,可遵循“黄金分割律”,将动作高潮点与音乐的黄金分割点相对应,以增强节奏感和感染力。这种创编方式不仅能提升裁判和观众的观赏体验,还能为竞技武术注入更多的艺术价值。

结束语

竞技武术的发展历经漫长历程,在不同历史阶段呈现出鲜明的时代特征。尽管其在技术规范和竞技水平上取得了显著进步,但仍存在本质特征淡化、内容单一化以及观众市场冷落等问题。这些问题的解决需要相关机构、研究人员和从业者的共同努力,同时也离不开国家政策的支持与引导。本文通过梳理竞技武术的发展历程,分析了当前存在的主要问题,并提出了以下创编建议:一是注重连接动作,增加跳跃难度,以提升套路的流畅性和技术含量;二是渗透地域文化,丰富动作素材,增强竞技武术的文化内涵;三是挖掘武术本质,创编动作组合,确保竞技性与传统技击含义的有机结合;四是融合美学元素,完善武术内容,提升套路的艺术表现力和观赏性。希望本文的研究能为竞技武术的创编与发展提供理论参考,同时也为武术文化的传承与传播贡献一份力量。

参考文献:

- [1] 滕希望,郭玉成.“文斗”到“武斗”的层层深入:礼法约束下海阳大秧歌“斗秧歌”的田野调查报告[C]//第十一届全国体育科学大会论文摘要汇编.2019.
- [2] 刘锦文,权黎明,李洁.非遗视角下地方性拳种传承困境与发展路径研究——以左家拳为个案[C]//第十二届全国体育科学大会论文摘要汇编——专题报告(武术与民族传统体育分会).2022.
- [3] 尹志鹏.不同等级女子跆拳道运动员前侧腿踢技术运动学及相关肌肉肌电特征研究[D].沈阳体育学院,2022.
- [4] 董栋,冯本余,庞祥晨,等.优秀男子蹦床运动员自选动作位移特征与评价标准研究[J].体育科技文献通报,2021,29(6):5.
- [5] 周朝霞.基于CSSCI数据库“太极拳”学术主题计量特征,热点共现及文献共引研究[D].吉林体育学院,2021.