武术运动训练基地布局与特点分析

◆杨洪昌

(安徽省淮南市第一中学体育组 安徽淮南 232000)

摘要:中国武术源远流长,拳种流派众多,分布于大江南北,北有少林,南有武当,全国武术之乡也不下50个之多,这就是中国几千年历史遗留下来的优秀传统文化。也正因为武术的分布广泛对今天的武术训练基地布局产生了很大的影响,本文将从武术的分布情况来探讨当今我国武术运动训练的基地布局及其特点,从而了解我国武术运动训练的基地布局,方便武术的交流,促进武术更好的发展。

关键词:基地布局;武术训练;武术之乡

中国武术的发展已有几千年的历史,分布广泛,有河南登封的嵩山少林寺、湖北的武当山、四川的峨眉山、福建的南少林、广东的佛山以及河北的沧州等等,都是有名的武术发源地,他们对武术的传承作出了很大的贡献,对中国武术的训练产生深远的影响,是我国重要的武术训练基地。就此我们探讨一下中国武术训练基地的布局与特点。

一、武术训练的基地布局

武术训练基地最受欢迎的应该是河南的嵩山少林寺、湖北的武当山,因为在历史上一直流传着“北宗少林,南尊武当”这一说法。河南也因嵩山少林寺的存在而大兴武术,特别是在李连杰的第一部电影《少林寺》的上演,使武术在中国乃至世界上很多国家风靡一时。在那个时期,河南的武术学校如雨后春笋般涌现出来,培养了很多武术运动员。现在在武当山也同样可以发现如武当山道教武术院、武当山传统武术馆、武当山武术学院、武当山精武学校等等习武基地。

二、武术训练的基地布局特点

2.1 武术训练基地分布受历史上的军事影响很大

武术与军事的联系从古至今都是无法割断的,武术的发展增强了古代战争的战斗力,而古代战争也促进了武术的不断发展,它们本身就是相互促进、相互影响的。进入氏族社会后期,随着社会生产力的发展和私有制的萌发,原始战争日益频繁起来,人与兽斗争的工具和技能开始转化为人与人斗争的工具和技能了。中国武术也开始脱离生产活动而在适应原始战争的需要下逐步转化为独立的社会活动。过去的生产工具转化为人们互相厮杀的武器,生产技能也随之转化为军事武艺。同时,原始战争不仅有力地促进了器械制作及技术的发展,对徒手的擒、拿、摔、打等战斗技能的产生也有着巨大的促进作用。

河北沧州的武术基地就有着这样的历史特色。沧州武林,根深叶茂;沧州武杰,名扬八方;沧州武术,遍及华夏,远涉亚、欧、美、非一些国家和地区。为何河北沧州的武术有如此盛誉?沧州武术又是如何发展呢而来的呢?沧州人民,自古以淳朴、刚直、勤劳、勇敢著称。由于地理、历史条件关系,强悍之武风,历年久远,素有“武建泆泆乎有表海雄风”之说。据史籍载,沧州民间武术,兴于明,盛于清,至乾隆时,武术之乡已形成,至清末,则声扬海外。今沧州“武术之乡”,含沧州市所辖县、市。历史上人民为了反对封建盘剥和压榨,沧州民间武风益盛。中华人民共和国成立后,沧州武术得以复兴与发展。

2.2 武术训练基地的分布与武术的健身养身功能是互相吻合的

从武术的重要发源地河南嵩山、湖北武当山、四川峨眉山等可以看出他们的发展环境都是远离世事和战火的山林。他们的共同特征是:空气清晰、景色优美、气候宜人、环境优雅。由此可以看出,武术并不能独自发挥它的健身养身功能,它必须与所处的环境相结合来发挥它的健身养身功能。因为从古至今中国武术都是强调阴阳协调、天人合一,只有做到这一点才能促进人们的身体健康。

武当武术以内家拳为主,讲究的是健身养身。而谈及武当山武术,张三丰所创的太极拳是无人不知、无人不晓。太极拳是尊

重自然、崇尚自然、倡导自然的拳种,其核心就是顺应自然,在人与自然的和谐中寻求科学健身和自我防御,追求的是天人合一。武当山景色优美,空气清晰,远离世事,让人心旷神怡,太极的健身养身功能与武当山的自然景观相互融合,更好的发挥了太极的健身养身功能。心态自然、松静自然、心静体松、拳法自然、呼吸自然、亲近自然这是武当太极所追求的修为境界。试问每天在如此轻松自如、安闲幽静的环境里习武又怎么可能不健身养身呢?

2.3 武术训练基地逐渐步入高校

武术发展至今,特别是改革开放的20多年的时间里,武术训练基地布局的最大特点就是武术训练已经成为很多学校的重要课程之一,如北京体育大学、武汉体育学院、上海体育学院等等。

2.3.1 北京体育大学武术系

北京体育大学武术系国家体委直属体育院校武术专业系科之一,国家体委直属重点学科,具有武术专业硕士学位授予权的单位,也是国家体育总局武术运动管理中心命名的第一批科研基地,创建于1958年8月,曾称为体操武术系、武术部,1986年夏更名为武术系。近年来,该系代表队在参加全国和国际武术套路、武术散手、太极拳、跆拳道比赛中,共获个人冠军39人次。1988、1989年获全国武术锦标赛套路比赛甲组女子团体冠军、男子团体第3名。90级学生陈超获全国南北武术擂台赛第一个武状元称号。

2.3.2 武汉体育学院武术学院

武汉体育学院武术学院渊源于1953年建校之初的活动性游戏教研室。那个时候的本科教育就开设了武术课程,1978年开始招收武术硕士研究生,1991年成立了武术系,1998年获民族传统体育专业硕士学位授予权,2003年在保留系建制的基础上更名为武术学院。国家体育总局将“全国武术散打高级教练员岗位培训基地”、“全国武术馆校人才培训基地”、“全国青少年武术散打运动员培训基地”、“中国龙狮协会科研基地”设在武汉体育学院。

2.3.3 上海体育学院武术系

上海体育学院武术系原名武术水上系,组建于1958年,系主任为南拳王周士彬教授。1988年7月,上海体育学院按武术项目划分系部,重新组建了武术系,除武术专业外,还包括重竞技和游泳专业,系主任先后为王锴镛教授和邱丕相教授。2002年9月,根据学员办学思路,原重竞技和游泳专业分别规划竞技体育系和体育教育系。武术系现有武术教研室、技击教研室、民族传统理论研究中心和中国传统文化艺术中心组成。1998年国家体育总局武术运动管理中心在我系设立武术科研基地。2005年国家体育总局社会体育指导中心在我系建立中国龙狮运动科研中心。同年上海市教委在我系设立上海大学生武术艺术实践基地。2005年我院民族传统体育学科被评为上海市重点学科。我院民族传统体育学科正在努力争取成为国家教育部重点学科。

当然,除了这三所具有代表性的高校以外,还有很多的体育学院也同样有武术训练基地,如成都体育学院、南京体育学院、天津体育学院等等。另外,全国很多师范类学校在武术方面也着很大的发展。

三、小结

我国武术历史悠久,蕴含着几千年的优秀文化传统,是我国的宝贵遗产。作为华夏子弟应继承好、发展好这一优秀的文化遗产,使武术走进奥运,走向全世界,这是历史赋予我们的使命。继承和发展武术,武术训练基地的作用不容忽视,但是单有武术训练基地还远远不够。从以上分析的武术训练基地特点来看,应该结合传统的武术训练基地与高校武术训练基地二者的优点,做好他们之间的交流与合作,以促进武术训练的更快更好的发展。