

民族传统体育

文章编号:1001-747 (2005)06-0046-04 中图分类号:G852 文献标识码:A

提高竞技武术套路比赛观赏性的对策研究*

马云慧

(宝鸡文理学院 体育系, 陕西 宝鸡 721007)

摘要:采用文献资料法和逻辑分析法,从影视作品对武术运动的正负面影响、运用音乐伴奏、套路编排创新、引入“淘汰制”的竞赛方法等四个方面阐述了提高竞技武术套路比赛观赏性的对策,为更好地将竞技武术套路比赛推向市场提供理论参考。

关键词:武术套路;比赛;观赏性;对策

Countermeasure of Competitive Martial Arts Routine Appreciation

MA Yun-hui

(Department of Physical Education, Baoji College of Arts and Sciences, Baoji 721007, China)

Abstract: By refer to literature and information, the author of this paper makes a study of the competitive martial arts routine appreciation through the aspects of martial arts film, music accompaniment, new technology style, routine arrangement, modern spirit, introduction of elimination system for the purpose of promoting competitive martial arts to the market.

Key words: martial arts routine; competition; appreciation; countermeasure

武术是融技击、健身、娱乐、修身、养性等为一体的民族传统体育项目,在我国有着悠久的历史 and 深厚的群众基础,近几年套路比赛中观众太少,2004 年全国武术锦标赛上观众寥寥无几,相反,武术圈外则是热火朝天,全国有 6 500 万的习武者,武术馆校蓬勃发展,大有方兴未艾的趋势。“圈内圈外,一热一冷”反差如此强烈,不能不引起关注^[1]。另一方面,武打片《英雄》、《十面埋伏》的票房收入均已超过亿元,具有很高的观赏性和艺术性,这也是一个不争的事实。如何提高竞技武术套路的观赏性,以人民群众喜闻乐见的形式出现在赛场上是值得研究的问题。

1 消除影视作品对武术的负面影响,提高大众的武术欣赏水平

在影视武打片、武侠小说对武术运动的宣传普及起到了推动作用的同时,对竞技武术套路比赛也产生了负面的影响。影视武打片中武术的某些内容是经过加工、提炼并适用于影视艺术表现的,这就和武术的本质有着很大的差异。也使得武术在人们心中的形象成了艺术化了的表演武术,对武术带来的视觉享受期望值很高,而当看到真正的武术比赛和表演时,反倒觉得不是武术了,这使人们对武术套路

的认识有了偏差。

竞技武术套路内容丰富,动作结构复杂,形式多样,有单练、对练、徒手、器械,运动负荷也有所不同,表现出较强的个体性。在生理特点上,武术动作复杂多样、不对称,因此要求协同肌与对抗肌各肌群的大脑皮层相应的运动中枢之间具有高度的精确性和协调性,这就对练习者的协调性、柔韧性、灵敏性等素质要求很高;另一方面,竞技武术套路的特点是“三多”,即动作数量多,方向路线变化多,每一个动作所包含的技术要素多。不仅注重“手眼身法步”的外部形态,更强调“精气神力功”的内在要求,“神形兼备”是中国武术运动区别于其他竞技项目的一大特点。学习的长期性和运动水平的难保持性也影响着竞技武术套路的普及。

因此,推广武术套路,要有面向基层群众、面向未来的长期规划,重视武术后备力量的培养,把武术纳入完善的正规的教育体系,让武术真正进入各级学校的课堂。希望体育部门与教育部门能加强合作,加大各级各类学校内高水平运动队的建设,从小学、中学到大学形成一条龙的体育教育机制,将一线队办进大学、二线队办进中学、三线队办进小学,变过去体育部门一家包揽后备人才培养的模式为体育、教育两家资源共享、责任共担。

要尽快建立一只普及武术的师资队伍,增大在

* 收稿日期:2005-04-10;修回日期:2005-07-04

作者简介:马云慧(1968-),女,回族,陕西宝鸡人,讲师。

大、中、小学体育课中武术教学的比重(现仅占各总时数的 5.7% - 8%),选择一些有代表性的、简单的、实用的、易于掌握的、便于记忆的武术套路动作,在课堂内外的体育活动中积极开展武术运动,利用各种机会进行武术表演,活跃学生学习武术的兴趣,带动武术的普及和发展,在群众中形成一个学武术、练武术、爱武术的良好氛围,从而提高大众的武术欣赏水平。

2 运用音乐伴奏,创造和谐意境

《中国武术百科全书·中国武术》一文中写道:武术“主要是以套路和对抗的形式和表现”,而其中的套路价值是,“套路运动把技击方法合理的串连起来,并根据人们的审美情趣加以美化,注重韵律节奏的变化。”古代就有“武舞”的娱乐表演,孔子《世家》中记载“子路戎服见孔子,拔剑而舞之”;《史记·项羽本纪》中记载的鸿门宴,“项庄入为寿,宴会时以舞剑为乐”;从杜甫的《观公孙大娘弟子舞剑器行》的千古佳句也可见一斑。武术套路技术虽然是紧密围绕攻防格斗技术而发展起来的,但是他们的演练形式、演练风格却吸取了舞蹈的精华。武术套路中的结构、布局等也吸收了舞蹈的表现形式,在表演技巧的步与腰、手与脚的配合上也多有借鉴,武术与舞蹈具有同源性、交融性和影响性,武术与舞蹈始终存在着不可分割的联系^[2]。

此外,竞技武术套路的节奏美、形态美和富有艺术表演性的一面恰恰与音乐的表现形式(韵律、节奏等)和作用相通的,配乐是完全可行的。

2.1 借鉴技能类难美项目,运用音乐伴奏

竞技武术套路的比赛既有竞技性,更有表演性。它同艺术体操,花样游泳,花样滑冰,健美操等项目一样,都属于技能类难美项目。艺术体操,花样游泳,花样滑冰,健美操等项目的比赛中,都有音乐的伴奏,并且音乐与动作之间都有具体规则的要求,如花样游泳中要求动作与音乐同步,在艺术印象评分中应体现音乐的表现方式和音乐的运用;艺术体操规则要求运动员在做动作时必须遵守音乐的韵律结构,对音乐伴奏独创性有 0.1 加分;健美操的竞赛规则对音乐的节奏,节拍做出了具体的要求,这些项目通过动作与音乐的协调,表达了各自运动项目的艺术特色,体现了美的价值^[3]。竞技武术套路与以上技能类难美项目运动形式相似,吸收相近的其它体育项目和文化形式中有用的内容,在它的套路演练中,如果也配以音乐,把套路演练与音乐演奏融为一体,来表现套路的特定意境,就能够充分发挥运动员的技术特长和风格,最大限度地发挥人体的潜

能,烘托整套动作的效果和赛场气氛,使观众得到更大的精神享受。况且太极拳早已用音乐伴奏,如北京万人太极拳、澳门庆回归《千人南拳》等,气势恢宏、赏心悦目,均获圆满成功,体现出中华民族的英豪气概,弘扬了中华民族精神。

2.2 音乐为套路增加亮点,与观众产生共鸣

音乐是借节奏的强弱与快慢来表现感情的起伏和主题思想的,通过音乐的表现力,对武术动作的特点和演练起到渲染的作用,从而烘托整套动作的效果和气氛。

音乐的旋律、节奏、强弱、特殊的音响效果等有助于运动员更快地掌握难度动作,音乐对运动员的影响还体现在运动员动作的到位程度、动作的感染力、动作的协调性、动作的节奏、可赋予动作的内涵等几个方面。音乐可以及时地转移运动员的紧张注意力,创造良好的心理环境,放松运动员在比赛中过度紧张的情绪。音乐还可以美化运动员的动作表现。运动员可以根据音乐的节奏来控制整套动作的速度与表现。恰到好处的音乐伴奏能激发运动员的情感,调动运动员的想象力和表现力,提高动作的协调能力,增强运动员对套路的领悟能力,使动作完成得富有情感与韵味,提高表演水平。

竞技武术套路比赛运用音乐伴奏,对套路配以相适应的音乐,能有效刺激观众大脑神经的兴奋中枢,调动观众的情绪,使观众的情绪随着音乐变化而激荡,与动作的动静相渲染,通过音乐的美来体现和感受武术运动员的形体美、造型美等外在的特征和“精、气、神”的内在神韵,享受武术套路所表现出来的勇武有力、起伏跌宕、刚柔相继、动静结合等特有的美学特征,满足观众的审美需要和欣赏要求。

3 套路编排创新,突出技术风格

近年来的武术套路比赛场上失去观众与套路内容的单调、技术的雷同有很大的关系^[4]。套路内容的单调、技术的雷同又与套路的编排有关,套路编排的好坏直接影响着演练效果和运动员的成绩,影响着观赏性。因此,新颖的编排是基础;独特的技术风格是魅力;高超的难度动作是绝招;只有如此,才能给人耳目一新的感觉,其效果定会让人赏心悦目。

3.1 突出运动员个人的技术风格

“所谓技术风格,是指某运动员或运动队的技术系统区别于其它运动员或运动队的技术系统的、较为成熟和定型化了的经常表现出来的特征。”^[5]技术风格是运动技术的“灵魂”,缺乏了个人技术风格,也就失去了自我,失去了观赏性。

运动心理学的研究表明,一定的气质类型适合

于一定的技术风格。每个运动员都有自己独特的个性特征和行为特征,教练员应根据运动员的个体差异和项目特点,从套路技术的运动规律出发,经过长期的运动训练实践,培养运动员独特的技术风格。“技术风格的培养从一定意义上说,也就是对运动员特长技术的训练。某个特长技术的掌握,往往使运动员或运动队的技术风格更加突出。”^[5]也就是说运动员只有拥有自己的特长技术,才能形成独特的技术风格,即特长越显著,风格就越突出。

教练员要适应时代的发展,钻研规则,分析技术发展的趋势,运用现代竞技体育理论与方法,探索训练的新方法、新手段,使传统的某些耗时、费力的训练方法有所改观,使训练更系统、更科学。在自选拳、械套路中要结合每个运动员个人的特点编排套路,扬长避短,勇于创新,善于借鉴同类其他项目,使套路的动作内容更加丰富多彩,形式多样,在训练过程中,选择适合运动员个人的技术进行反复精练,使其成为该名运动员的特长,不断提高运动员自身武术文化的修养,充分展示运动员个人鲜明的技术风格。只有套路运动技术风格上的百花齐放,精彩纷呈,套路才具有观赏性,才能使观众赏心悦目。

3.2 编排中技术的创新性和难度动作的均衡性

一个项目是通过难度动作来体现该项目的技术发展水平的,不断创新和发展动作难度,是技术发展的生命,“有创新则兴,无创新则衰”。武术技术的创新包括动作的创新、连接组合的创新等,技术的创新、多变,是竞技武术技术发展的方向。武术的难度体现在具有武术特性并较难掌握的具体动作中。2002年颁布的武术套路竞赛规则试行本新规则是对武术套路旧规则进行的一场彻底的革命,其中最明显之处在于:增加了难度动作(包括动作难度和连接难度以及器械的抛接难度)。新规则将难度动作分为A、B、C三个等级,又将连接难度分为四个分数段。主要根据连接不同的动作给予加分,并对难度动作和连接难度动作的完成情况作了严格的规定^[6-7]。规则的改革增强了比赛的可比性,体现了武术技术发展的趋势。但是,近几年的比赛中运动员一般都将难度动作集中编排在一段和二段中,这样,一段和二段几乎全部被难度动作所充满^[8]。这种高密度的难度动作堆积直接破坏了全套动作的结构,违反了艺术价值编排的要求。另外,运动员为了完成难度动作,动作之间出现较长时间的停顿以及难度动作与动作之间衔接的不和谐。由于运动员要在有限的时间内完成大量的难度动作,就迫使运动员选择那些分值高、易连接、跳跃时省力的动作,如套路中的B级动作难度、C级动作难度几乎成了规

定动作,动作内容相差无几,造成难度动作编排雷同。动作难度的得分在最后成绩的取得上起到了至关重要的作用,许多运动员不重视动作质量和演练水平,这样就完全失去了武术的本质特征,失去了中国武术的特色和精髓,观赏性也就无从谈起。

从艺术角度讲,在套路编排中,难度动作的出现是为了发展武术的高、难、美、新,难度动作要体现套路动作的整体结构设计,布局要合理,结构要平衡,形式要多样。难度动作既要表现出运动员的技术水平,又要在整个套路中安排得恰到好处,动作选择上要新颖、独特,只有这样,难度动作才能起到较好的效果和精彩迭起的感官场面。这就要求运动员必须加强与动作难度相关的体能训练、提高耐力、提高把握全局、恰当分配体力的能力,从完善动作难度上升到演练状态,然后融合到整个套路当中,从而使整套动作的动作质量、演练水平、难度动作全面发展,增强竞技水平,提高观赏性。

3.3 突出攻击性,体现艺术性,综合创造竞技武术套路

武术缘起于狩猎和战争,在搏斗格杀中,提炼了攻防技术。攻击性是它的本质属性。武术套路技术的核心仍然离不开攻击性。武术的套路技术魅力其根本出发点是直接表现战斗、攻击,它要通过演练者的攻防技术、劲力、节奏、神采等来体现战斗的“生活”,不同于舞蹈、体操、戏曲、杂技。准确地说,武术套路的技术结构具有攻击性,而它的演练技巧(技法)则具有很强的艺术性。武术套路运动的技艺特性,在于从攻防中提炼了手眼身法步、精神气力功,对格斗技术进行了再创造和升华。

攻击性与艺术性并不矛盾,武术套路的艺术性是为了更好、更诗意地表现攻击性,但决不是真实表现实用性。实用与艺术是两个概念,实用性在套路中,尤其在竞技套路中是很难实现的。攻击性主要表现在动作基本构架、方法上,艺术性主要表现在动作的技法、技巧(如何连接,如何演练)上,要用艺术性更精彩生动地表现攻击性,决不是要放弃和弱化攻击性。只有在概念上理清了,才能放开手脚进行创造和再创造^[9]。

综合创造的竞技武术套路应该是在保留武术套路运动的基本形式和能够表现武术攻击特点的基础上,将相似或相近的项目进行综合,吸收其它体育项目和文化形式中有用的内容,以至吸收其它国家和民族武技和文化形式中有用的东西,充分发挥运动员完成各种高难动作的技能,采用最简便、最先进的规则和评分方法的新型竞技体育项目^[10]。

技术源泉在民间。传统套路中有很多可以汲取

的技术方法,这需要教练员和运动员具有创新和钻研的精神,深入传统套路中,取其精华,以创造性的思想去汲取传统中好的东西,结合竞技运动的特点进行改进和再创造,把武术竞赛的表演技巧与传统武术文化内涵、攻防格斗技法有机地结合起来,使武术套路真正承载中国传统文化走向奥运,走向世界!这样,竞技武术套路比赛自然在回归中赢得观众青睐。

4 大胆改革现行竞赛方法,引入“淘汰制”,编排竞赛日程要符合观众的接受心理

“竞赛方法是运动竞赛过程中,为合理比较参赛者的竞技水平、公正排定参赛者的竞赛名次所采取的活动方式、程序和手段的总和。”^[11]现行的武术套路竞赛方法和规则是在一个长时间的单元里,几十名运动员依次上场的“轮空制”比赛,演练同一种套路,形式单一,内容枯燥,看过前面的,后面就不用再看了,这种竞赛方法不可能吸引观众,难怪武术比赛叫好不叫座!淘汰制是一种极为古老的竞赛方法,在古希腊奥林匹克运动会上,就已经有了淘汰制竞赛方法的雏形。“所谓淘汰制,即参赛各方按照排定的竞赛次序,两两之间捉对比赛,比赛的负者失去比赛资格,胜者进入下一轮比赛,比赛逐轮进行,直至最后一场,最后一场胜者为冠军。”^[11]武术套路作为一个技能化的表现艺术,即使水平再相近的运动员,只要是两两比赛,一目了然,裁判员仍可轻易分辨其优劣。“淘汰制”克服了现行“轮空制”比赛中裁判员操作困难的问题(“轮空制”难以客观地比较前后数十名运动员的技术水平差别),大大提高了武术套路竞赛的可比性;与当前武术套路竞赛所采用的轮空制相比,淘汰制无论在理论还是在实践上都具有明显的优势^[12]。

淘汰制比赛可根据武术套路比赛内容进行设置安排,竞赛中可全部或部分使用,淘汰制的不足,可以通过抽签、设种子、轮空、增设附加赛等措施加以弥补。淘汰制的每一场比赛对选手来说都至关重要,因此,比赛的激烈程度大增,悬念迭起,在吸引

观众方面会产生良好的效果。引入淘汰制竞赛方法能较好地解决目前武术套路竞赛中所存在的主要问题,能够充分体现竞技体育的特殊魅力,给竞技武术套路竞赛的改革与发展注入新的活力,有效地提高竞技武术套路的竞技性和观赏性,极大地满足观众的接受心理,加快武术套路竞赛走入市场的步伐。

另外还有两个值得探讨和研究的问题:(1)在比赛中,能否考虑观众的接受心理,编排竞赛日程时,能否在每一场中使各个竞赛项目都能出现,例如长拳、太极拳、南拳、剑术、刀术、枪术、棍术等的运动员各出现若干名,以提高比赛的观赏性,满足观众的欣赏需要。(2)能否借鉴花样滑冰、花样游泳、艺术体操等项目的评分标准,在规则中制定套路的艺术欣赏性的分值,从演练水平的3分中拿出0.5—1.0分来,用以提高武术套路的艺术价值,进而提高武术的观赏性,加快武术国际化的步伐。

参考文献:

- [1]陈俊梅,马学智.影响武术发展因素之探讨[J].北京体育大学学报,2004,27(2):283-285.
- [2]张云涯,杨中平.论武术与舞蹈的同源性、交融性、影响力[J].上海体育学院学报,2000,24(3):25-28.
- [3]韩雪.武术与技能类难美性项目竞赛规则的分析比较[J].成都体育学院学报,2000,26(2):92-95.
- [4]李传国,王成.关于武术套路技术内容单调、雷同倾向之研究[J].成都体育学院学报,2001,27(6):85-88.
- [5]田麦久.运动训练学[M].北京:人民体育出版社,2000.
- [6]国家体育总局武术运动管理中心.武术套路竞赛规则[Z].北京:人民体育出版社,2003,11-12.
- [7]国家体育运动委员会.武术套路竞赛规则[Z].北京:人民体育出版社,1996.
- [8]温佐惠.竞技武术套路竞赛规则的发展变化研究[J].成都体育学院学报,2004,30(1):64-66.
- [9]邱丕相.武术套路运动的美学特征与艺术性[J].上海体育学院学报,2004,28(2):39-43.
- [10]温力.论武术套路的综合创造和武术套路进入奥运会[J].武汉体育学院学报,2000,34(6):1-6.
- [11]王蒲.运动竞赛方法研究[M].北京:人民体育出版社,2001.
- [12]赵光圣,郭玉成.武术套路竞赛方法改革的新思路[J].上海体育学院学报,2004,28(1):29-32.