

跆拳道品势的文化内涵与传承发展研究

尹瑞强

咸阳师范学院, 中国·陕西 咸阳 712000

摘要: 在全球体育文化多元交融的时代背景下, 跆拳道品势日益受到关注。其不仅是一项体育运动, 更承载着深厚的文化内涵, 体现了东方文化中对身心协调、礼仪修养的追求, 还融合了现代体育的竞技精神。然而, 在当今社会的快速发展中, 跆拳道品势面临着传承主体流失、文化内涵被忽视、商业化过度等诸多挑战。本研究旨在深入探究跆拳道品势的文化内涵, 通过对其传承发展现状的全面剖析, 揭示现存问题与挑战, 旨在让跆拳道品势在传承传统文化的基础上, 适应时代需求, 实现可持续发展。

关键词: 跆拳道品势; 文化内涵; 传承发展

Research on the Cultural Connotation and Inheritance Development of Taekwondo Style

Ruiqiang Yin

Xiayang Normal University, Xiayang, Shaanxi, 712000, China

Abstract: In the context of the diverse integration of global sports culture, the quality of taekwondo is increasingly receiving attention. It is not only a sports activity, but also carries profound cultural connotations, reflecting the pursuit of physical and mental coordination and etiquette cultivation in Eastern culture, and integrating the competitive spirit of modern sports. However, in the rapid development of today's society, taekwondo is facing many challenges such as the loss of inheritors, neglect of cultural connotations, and excessive commercialization. This study aims to explore the cultural connotation of taekwondo style, and through a comprehensive analysis of its inheritance and development status, reveal existing problems and challenges. The goal is to enable Taekwondo style to adapt to the needs of the times and achieve sustainable development on the basis of inheriting traditional culture.

Keywords: taekwondo style; cultural connotation; inheritance and development

1 引言

作为一项广受欢迎的全球性体育运动, 跆拳道不仅具有强身健体、防身自卫的实用价值, 其品势更承载着深厚的文化底蕴与独特的价值^[1]。品势作为跆拳道的重要组成部分, 是跆拳道练习者在固定的套路中, 通过身体的动作、姿势和呼吸的协调配合, 展现出跆拳道的精神、哲学和价值观^[2]。

跆拳道品势的文化内涵源远流长, 融合了东方哲学的智慧, 如儒家的“仁爱”“礼义”思想, 道家的“无为而治”“顺应自然”的理念, 以及佛教的“慈悲”“平和”的精神。这些文化元素在品势的动作、节奏和呼吸中得以体现, 使品势成为一种独特的身体语言, 传递着人类对道德、伦理、秩序 and 和谐的追求^[1]。

然而, 在时代浪潮中, 跆拳道品势面临着诸多挑战和机遇。一方面, 随着社会的快速发展和人们生活方式的改变, 传统的文化传承方式受到冲击, 跆拳道品势的文化内涵在传承过程中可能出现淡化或扭曲的现象; 另一方面, 现代科技的进步和文化交流的频繁为跆拳道品势的传播和发展提供了新的平台和渠道, 如何充分利用这些有利条件, 推动跆拳道品势的创新发展, 使其更好地适应时代的需求, 成为重要课题。

2 跆拳道品势概述

跆拳道品势是跆拳道练习中的重要内容。它由一系列固定的动作组合而成, 注重姿势、力量与节奏的协调。通过品势训练, 可提升技巧、修养和专注力, 展现跆拳道的精神内涵与艺术美感。

2.1 跆拳道品势的定义与特点

跆拳道品势是指练习者按照一定的规则和要求, 将各种攻防动作进行组合编排而形成的固定套路。它具有以下显著特点: ①规范性: 品势中的每个动作都有严格的标准和规范, 包括姿势、发力点、动作轨迹等, 要求练习者精确掌握。②系统性: 品势的套路通常由一系列相互关联、层次分明的动作组成, 具有清晰的结构和逻辑。③综合性: 融合了踢、打、摔、拿等多种技术, 全面展现了跆拳道的技术体系^[3]。

2.2 跆拳道品势的分类

跆拳道品势可以从多个角度进行分类。按级别划分: 初级品势通常较为简单, 动作基础, 适合初学者; 高级品势则技术难度增大, 对练习者的身体素质和技术水平要求更高。按技术难度分类: 可分为简单品势、中等难度品势和高难度品势。难度的递增体现在动作的复杂性、连贯性和对力量、速度、精度的要求上。按演练目的分类: 有些品势侧重

于展示技术技巧,有些则更注重体现精神内涵和文化特质。

2.3 跆拳道品势与竞技跆拳道关系

跆拳道品势与竞技跆拳道既有联系又有区别:技术基础共通性:品势中的许多动作和技术在竞技跆拳道中同样被运用,两者都依赖于跆拳道的基本动作和发力原理。训练方法互补性:品势训练有助于提高练习者的动作规范性、节奏感和身体协调性,为竞技跆拳道的实战应用提供良好的基础;竞技跆拳道的对抗训练则能够增强练习者的应变能力和实战经验,反过来促进品势技术的精进。竞赛规则差异性:竞技跆拳道强调在实战对抗中得分取胜,规则围绕有效击打和得分判定;而品势的竞赛则主要依据动作的准确性、表现力和精神风貌进行评判。目的侧重不同:竞技跆拳道更侧重于培养运动员的竞争意识和实战能力,追求比赛的胜利;品势则更注重传承和弘扬跆拳道的文化内涵,通过规范优美的动作展示跆拳道的精髓。

3 跆拳道品势的文化内涵

作为跆拳道运动的重要组成部分,跆拳道品势蕴含着丰富而深厚的文化内涵,这些内涵不仅体现了其独特的哲学思想、道德观念,还彰显了其卓越的审美价值。

3.1 哲学基础

跆拳道品势深受东方哲学的影响,其中阴阳学说的体现尤为显著。在品势的动作和套路中,刚柔并济、动静结合,充分展现了阴阳相互依存、相互转化的理念。例如,出拳时的刚猛有力与收拳时的柔顺含蓄,前进时的积极主动与后退时的沉稳防守,都体现了阴阳的平衡与协调。这种阴阳的和谐统一,教导练习者在生活中追求平衡与适度,避免极端和过度。

此外,跆拳道品势也蕴含着对“道”的追求与领悟。“道”在跆拳道中代表着一种至高的境界和真理,通过不断地练习品势,练习者能够逐渐领悟到超越技术层面的精神内涵。品势中的每一个动作都要求精确、专注和内心的宁静,这种修炼过程有助于培养练习者的专注力和洞察力,使他们在追求技术精进的同时,也能够内心深处探寻到关于人生和宇宙的真谛。

3.2 道德观念

跆拳道品势将礼仪规范的培养置于重要地位。从踏入道场的那一刻起,练习者就需要遵循严格的礼仪准则,向教练、同伴行礼,这种礼仪不仅是外在的形式,更是内心尊重和谦逊的表达。在品势的演练过程中,每一个动作的起始和结束都伴随着特定的礼仪动作,这强化了练习者对礼仪的重视和习惯养成。忍耐克己是跆拳道品势所倡导的另一种重要精神。面对困难和挑战时,练习者需要克制自己的情绪和冲动,以坚韧的毅力和耐心去克服。品势的训练往往是艰苦而漫长的,需要不断地重复和磨练,只有具备忍耐克己的精神,才能在这个过程中不断进步,超越自我。百折不挠的意志塑造也是跆拳道品势道德观念的核心之一。无论在训练中遭遇多少次失败和挫折,练习者都应坚定不移地继续前行,不被

困难所打倒。这种意志品质的培养,不仅有助于在跆拳道的训练中取得进步,更能在日常生活中面对各种困境时保持积极乐观的态度,勇往直前。

3.3 审美价值

跆拳道品势的动作具有独特的韵律与节奏美。品势的套路编排犹如一首优美的乐章,动作的快慢、高低、轻重都有着精心的设计和安排。在演练时,练习者身体的移动、姿势的变化以及呼吸的配合,共同构成了一种和谐的韵律和节奏,给人以美的感受。身体姿态的形态美是跆拳道品势审美的重要方面。练习者在完成品势动作时,要求身体保持正直、挺拔,姿势舒展、优美。从站立的姿势到出拳踢腿的动作,每一个细节都展现出身体的线条美和力量美,体现了人体的健康与活力。此外,跆拳道品势所蕴含的精神气质也具有深刻的内涵美。练习者在演练过程中所展现出的专注、自信和坚定的神情,以及对品势内涵的深刻理解和表达,都赋予了品势更高层次的审美价值。这种内涵美不仅仅是外在动作的表现,更是内心精神的流露,让观众能够感受到练习者的内心力量和修养。

4 跆拳道品势的传承现状

现今,跆拳道品势的传承与发展呈现出多样化的态势,受到多种因素的影响,既有积极的推动力量,也面临着一些严峻的挑战。

4.1 全球范围内的传承情况

跆拳道作为一项全球性的运动,品势在世界各国和地区都得到了一定程度的推广和传承。

在韩国,跆拳道的发源地,品势始终是跆拳道训练体系的核心组成部分,拥有完善的教学、训练和竞赛机制。从专业的道馆到学校体育课程,品势教育深入人心,培养了大批优秀的品势选手和爱好者。

在欧美国家,跆拳道的普及程度较高,品势也逐渐受到重视。许多专业的跆拳道俱乐部和培训机构将品势纳入教学内容,通过举办各类比赛和交流活动,不断提升品势的技术水平和影响力。然而,与韩国相比,欧美国家在品势的文化遗产和技术深度方面仍存在一定差距。

在亚洲其他国家,如日本、泰国等,跆拳道品势也有一定的受众群体。这些国家在借鉴韩国经验的基础上,结合本国文化特点,对品势进行了本土化的创新和发展^[1]。

4.2 中国的传承状况

在中国,跆拳道运动自引入以来发展迅速,品势也逐渐受到广大爱好者的青睐。

青少年是主力军,他们通过参加跆拳道培训班和学校社团来学习品势。同时,成年人中的爱好者也在逐渐增多,他们更多地将品势作为一种健身和修身的方式。此外,中国已形成较为完善的跆拳道培训市场,各类道馆和培训机构遍布各地。然而,培训质量参差不齐,部分机构存在师资不足、教学方法不科学等问题。一些优秀的教练能够将品势的技术

和文化内涵传授给学员,但仍有部分教练过于注重技术动作的传授,而忽视了文化教育。虽然中国定期举办各类跆拳道品势比赛,为选手提供了展示和交流的平台。但与韩国等跆拳道强国相比,中国的竞赛水平和赛事影响力还有待提高。

4.3 传承过程中面临的问题与挑战

尽管跆拳道品势在全球范围内取得了一定的发展成果,但在传承过程中仍面临着诸多问题与挑战。在文化内涵方面,由于部分教练和学员对跆拳道的历史和文化了解不足,导致品势在传承过程中出现文化内涵的曲解和缺失。一些人仅仅追求技术动作的标准,而忽略了品势所蕴含的哲学思想、道德观念和审美价值。商业化的过度发展也是一个不容忽视的问题。在市场经济的驱动下,一些培训机构过于追求经济效益,导致品势教学功利化倾向严重。为了迎合市场需求,缩短培训周期,降低教学质量,从而影响了品势的长远传承。师资力量的不足与专业素养欠缺也是制约品势传承的重要因素。优秀的品势教练不仅需要具备高超的技术水平,还应精通跆拳道的文化内涵和教学方法。然而,目前市场上符合要求的教练相对较少,这在一定程度上影响了品势教学的质量和效果。

此外,在传统与创新之间的平衡把握上也存在难题。一方面,要坚守品势的传统精髓和核心价值;另一方面,又要结合时代发展进行创新,以适应现代社会的需求。如何在传承中创新,在创新中传承,是当前品势发展面临的一个重要课题。

5 跆拳道品势的传承发展策略

跆拳道品势的传承与发展需要多方面的努力和策略,以适应现代社会的需求,并充分发挥其文化和体育价值。

5.1 加强文化教育

文化教育是传承跆拳道品势的基石。首先,应将跆拳道品势纳入学校体育课程体系。学校作为教育的重要场所,对于传承和推广一项运动具有不可替代的作用。通过在学校体育课程中设置专门的跆拳道品势教学单元,能够让更多的学生接触和了解这一文化瑰宝。同时,深化文化内涵教学,不仅仅教授动作技巧,更要阐释品势背后所蕴含的哲学思想、道德观念和审美价值。此外,定期开展跆拳道品势的专题讲座与培训活动,邀请资深的教练和专家进行讲解和示范,提升学员对品势文化的全面认知。

5.2 优化培训体系

一个科学完善的培训体系是保障跆拳道品势传承质量的关键。培训体系如同大树的枝干,支撑着整个传承发展的架构。一方面,规范师资认证制度至关重要。建立严格的师资考核标准,确保教练具备扎实的专业知识、高超的技术水平和良好的教学能力。只有经过专业认证的教练,才能从事跆拳道品势的教学工作。另一方面,编写科学系统的教材也必不可少。教材应涵盖品势的历史渊源、技术要领、训练方法、文化解读等内容,为教学提供全面、准确、权威的指导。

5.3 推动创新与融合

创新与融合是跆拳道品势在当代发展的动力源泉。时代在不断发展进步,跆拳道品势也需要与时俱进,不断创新以保持活力。结合现代科技手段,如运用虚拟现实(VR)、增强现实(AR)等技术,创新教学与训练方法。通过虚拟场景的模拟,让学员更加直观地感受品势的魅力,提高学习兴趣 and 训练效果。同时,积极与其他武术项目进行交流融合。借鉴其他武术的优点,丰富跆拳道品势的内涵和表现形式。例如,融合中国传统武术的某些动作元素和训练理念,使品势更加多元和富有特色。

5.4 强化竞赛组织与管理

竞赛是推动跆拳道品势发展的重要途径。精彩、公平、有序的竞赛活动能够激发运动员的积极性,提高项目的社会关注度。首先,完善竞赛规则,确保比赛的公平公正。根据品势的特点和发展趋势,不断修订和优化规则,减少评判的主观性和不确定性。其次,增加竞赛频次,举办各级各类的比赛,包括校内赛、地区赛、全国赛甚至国际赛。通过多样化的赛事,为运动员提供更多的展示平台,同时也吸引更多的人参与到跆拳道品势运动中来。最后,应提高赛事的组织和管理水平,加强对裁判员的培训和监督,营造良好的竞赛氛围。

5.5 加强宣传推广

有效的宣传推广是扩大跆拳道品势影响力的重要手段。利用多媒体平台,如社交媒体、视频网站、移动应用等,展示跆拳道品势的精彩表演、训练过程和文化内涵。制作高质量的宣传视频、图文资料,吸引大众的关注。同时,举办主题活动,如品势公开赛、文化节、体验营等,让更多的人有机会亲身参与,感受品势的魅力。此外,与企业、社会组织合作,开展公益推广活动,提升跆拳道品势的社会形象和知名度。

6 结语

跆拳道品势蕴含着深厚的文化内涵,其哲学基础、道德观念和审美价值具有独特的魅力与重要意义。未来,还需持续深入研究其文化内涵的挖掘与拓展,不断创新传承发展的模式与方法,以适应时代需求,使跆拳道品势在世界范围内绽放更加绚烂的光彩,使其在传承人类优秀文化、促进国际交流、提升个人素质等方面发挥更大的作用。

参考文献:

- [1] 赵辉.从跆拳道文化看跆拳道的传播[J].科技信息,2009(26):119-121
- [2] 曹耀丹.现代非奥运会项目的发展现状与对策研究——以跆拳道品势项目为例[J].拳击与格斗,2017(20):53.
- [3] 程娜,杨楷玥.域外套路比较研究——以跆拳道品势、太极拳为例[J].当代体育科技,2014(21):11.

作者简介:尹瑞强(1983-),男,中国河北河间人,硕士,讲师,从事运动训练与体育教育研究。