

# 关于开展非体育类大学生散打竞赛的可行性探讨

刘志华

(湖南司法警官职业学院 湖南 长沙 410131)

**[摘 要]** 散打作为中国武术的重要代表之一,主要形式是两人根据一定的比赛规则,运用踢、摔、打等武术技法制服对方的徒手对抗的比赛项目。针对非体育类大学生展开散打竞赛项目能够帮助当代大学生在提升身体素质的同时树立坚定的意志,对培养我国身心全面发展的高素质综合人才具有重要意义。

**[关键词]** 非体育类大学生;散打竞赛;可行性

## 一.我国非体育类大学生散打竞赛的现状

散打又称散手,是具备中华民族特征的优秀传统体育项目。长期以来散打被视为中国武术的精华。当前散打在我国民间不断流传发展并得到广大人民群众的喜悦,但在我国的非体育类高校内,大学生对于散打竞赛项目的认识普遍不足、校内的相关课程有所缺失,这不利于在我国青年一代中弘扬和传承我国优秀的传统武术文化。当前在我国非体育类大学生中散打竞赛项目的缺失有以下几点:

### (一) 普遍认识不足

散打竞赛项目作为华夏民族光辉文化遗产的重要瑰宝,它与中华民族的历史沿革息息相关。在现代散打竞赛项目根据制定的规则不断传承和发展,通过学习散打竞赛项目能够促进力量、耐力、灵敏等身体素质的全方位发展,还能够帮助人们树立起坚韧的精神。对于我国当代大学生来说散打竞赛项目能够发展他们的心智,让大学生的身心得到全面发展。但目前在我国非体育类高校中大学生对散打竞赛项目的认识普遍不足,许多大学生还误以为散打竞赛项目就是打架,认为长时间训练散打竞赛项目会滋生打架,斗殴等现象。因此对散打竞赛项目普遍兴趣不高,值得关注的是这样的观点不仅在大学生中普遍存在,在非体育类高校的教师中同样存在,这样的观点不利于散打竞赛项目在高校中的健康发展。

### (二) 缺乏相关课程

现代的武术散打在规则制定,实战招式等方面都有明确的规定,然而在我国非体育类高校中,关于散打竞赛的相关课程普遍较少。导致这一现象产生主要原因有高校中的部分领导认为散打有可能不利于校园的和谐健康,还可能会导致学生受伤。其实科学合理的散打竞赛课程不仅不会让学生受伤,反而会有效帮助学生正确的学习散打技术,能够帮助大学生在必要的时候进行自我保护。同时散打源于我国的优秀传统文化,通过散打竞赛课程的学习可以帮助大学生在锻炼身体的同时学习传统文化中的优良内涵形成勇敢、顽强、机敏等优秀的精神,这对于促进大学生的身心全面发展具有积极的作用。

### (三) 人员设施缺失

合规足量的训练设备和训练有素的指导人员,是保证散打竞赛项目在非体育类高校中安全开展的重要保证。然而当前值得注意的是在我国非体育类高校中,普遍缺乏相应的训练设备以及针对散打竞赛进行指导的专业训练人员。这就导致有散打训练兴趣的大学生无法得到专业人员的指导,同时由于缺乏相应的训练设备,导致想要训练的大学生也无法得到安全保障。造成这一现象的主要原因在于,非体育类高校对于散打竞赛项目地重视普遍不足,相应的资金提供较为匮乏。由于缺乏相应的指导以及对应的器材,这不利于在非体育类大学生中科学健康的开展散打竞赛项目,长久以往就形成了恶性循环。

## 二.开展非体育类大学生散打竞赛的可行性

### (一) 多样化宣传增强学生认识

增强非体育类大学生对散打竞赛项目的认识,是在我国众多非体育类大学内开展散打竞赛项目的关键一步。因此可以通过校

内外宣传的方式,帮助学生认识和熟悉散打竞赛项目。改变大学生对散打竞赛项目的错误观念,消除他们的担忧和陌生感,从而帮助散打竞赛项目在非体育类高校中顺利展开。针对大学生进行的散打竞赛项目地宣传是至关重要的,在校内可以通过举办相关的活动进行宣传。例如:可以通过有奖竞猜、知识宣讲、散打表演等多种方式让大学生认识和了解散打竞赛项目,还可以通过邀请学生观看散打竞赛相关的电视节目,让大学生感受到我国传统武术的独特魅力,从而在观念上率先推广散打竞赛项目,为在非体育类大学生中顺利开展散打竞赛打好基础。

### (二) 科学开展相关课程

在非体育类高校中科学的开展散打竞赛的相关课程,是开展散打竞赛的首要前提。通过专业的课程训练可以让学生了解到武术散打的历史渊源,以及现代散打竞赛的比赛规则和战术特点,还可以让学生掌握武术散打的具体招数和使用方法。在散打课程中科学的教授方法和专业的训练技巧,可以让非体育类大学生在强身健体的同时,学习和了解到我国传统散打竞赛项目的魅力。散打竞赛项目是以两人对抗为运动形式的一种竞技比赛,这就要求大学生能够掌握散打的基本动作和专业技术,能够在长期的训练中掌握到进攻与防守的时机,建立合理的条件反射。同时还要能够根据对手的行为动作进行思考和制敌,这对大学生身体素质和心理健康的全面发展都具有重要的价值。

### (三) 积极引入项目基础设施

任何一门体育竞技项目都存在一定的风险性,因此为了降低比赛和训练的风险。散打竞赛项目的所有硬件设施都应符合比赛要求,以保证大学生运动员的人身安全,也为散打竞赛的公平竞技提供保障。在非体育类大学生中顺利开展散打竞赛,需要积极引入必要的基础设施。例如:垫子、地毯、棕垫等基础的比赛用具应当齐全。同时为了保证大学生在比赛和训练过程中的人身安全,还应有配套的医疗设施和护具以供使用。这些基础的设施可以申请学校拨款进行购买,也可以通过与校外企业合作赞助的形式,为学生的日常训练提供保障。具体而言可以通过开展校内散打竞赛项目,吸引校外的相关企业或体育用品经销商进行比赛赞助。

## 结束语

综上所述,散打竞赛项目作为我国优秀的传统武术竞技项目,对大学生的身心健康发展具有重要的价值。然而,当前在我国非体育类大学生中散打竞赛的开展普遍较少,这就需要我们通过多种方式增强大学生对散打竞赛的认识,通过开展科学的课程训练,积极引入相关的基础设施为开展非体育类大学生散打竞赛做好准备。

## 参考文献

[1]崔哲瑞;关于开展非体育类大学生跆拳道竞赛的可行性研究[J];搏击(体育论坛);2012年05期

[2]黄春林;江西省高校武术散打运动研究[J];哈尔滨体育学院学报;2000年01期

## 作者简介:

刘志华,男,1972.12—,汉族,湖南长沙人,湖南司法警官职业学院,硕士研究生,研究方向:民族传统体育。