

武术的美学特征及讲授方法

吴必强

(重庆大学 体育学院, 重庆 400045)

〔关键词〕 武术; 美学特征; 素质教育

〔摘要〕 武术套路运动的艺术美和散手实践的技击美是武术的美学特征。通过教学, 使学生对武术运动的优美形态、鲜明韵味、谐极神韵、形式技艺和技击搏斗的体验, 感受自己在武术套路运动中表现、创造的艺术美, 欣赏教师示范、同伴演练的技击美, 充分享受在武术中的美好感觉、陶冶情操, 掌握技艺, 这是大学生选修武术的重要因素, 也是导致学生对武术的间接兴趣转变为直接兴趣的认识过程。

〔中图分类号〕 G852-42

〔文献标识码〕 A

〔论文编号〕 1005-2909(2001)04-0055-03

Aesthetical feature of Wushu and teaching methods

WU Bi-qiang

(Faculty of Physical Education, Chongqing University, Chongqing 400045, China)

Key words: Wushu; aesthetical feature; quality education

Abstract: The art aesthetics in Wushu set and the art aesthetics of attack-defence in Wushu Sanshou are the aesthetical feature of Wushu. After teaching, this is an important factor for the students that is affected by the graceful form, the bright charm, the harmonious charm, the form skill and the art of attack-defence. Feeling oneself expression in Wushu set, create art aesthetics, enjoy teacher's example, schoolmate drill the art aesthetics of attack-defence, full enjoy glorious feeling in Wushu, mould temperament, master skill. This is also the process of cognition that the students' immediate interest changed into indirect interest.

中华武术除了练以健身、用以自卫外, 还具有极为丰富的美学因素。在高校开设武术选修课, 讲授武术的美学特征, 就是为了满足大学生对美的追求和实现终身体育、素质教育的目的。

一、武术的美学特征

武术套路运动的艺术美与散手实战的技击美共同构成武术的美学特征, 这也是大学生选修武术课的兴趣所在。

1. 套路运动的艺术美。武术套路的艺术美在于演练过程中所表现出优美的形态、鲜明的韵味、谐极的神韵以及形式与技艺美。这独具特色的美, 一方面来自表演者对动作攻防含义的理解与身形姿态的高度配合、节奏的处理以及艺术表现手法, 另一方面来自武术套路那浑厚、雄壮的气势和身体运动的特殊形式。

①优美的形态。武术套路中的形态包括动态和

静态两个部分。动态指套路在运动过程中肢体在空间完成动作时的瞬间形态或构成的各种图形, 包括弧线、折线和直线。静态是指套路中动作与动作之间那短暂相对静止的定势造型。动态有快慢之分, 大小之别; 静态有高低之分, 俯仰之异。形态在动或静的表现过程中能够塑造出千姿百态的艺术形象, 使观赏者产生愉悦的心态。

②鲜明的韵味。韵是一种和谐、整齐、具有节奏的美, 似那乐曲的高低、轻重、长短、强弱、间歇、停顿的有规律的和谐组合。韵味就是使各类矛盾表现充分激烈化, 给人以变化清晰、层次分明, 做到韵厚味醇, 这样才能给观赏者一种美的感受。如: 旋风脚劈叉这个动作比较典型地反映了高与低的空间层次, 在腾空纵起的一瞬间, 如若龙卷旋风直冲云霄, 空中完成击拍后转接低姿造型, 犹如矫健的雄鹰俯冲而下, 这种瞬息之间的时空变化, 充分展示了醇厚的韵

〔收稿日期〕 2001-10-30

〔作者简介〕 吴必强(1958-), 男, 重庆人, 重庆大学副教授, 本科, 从事体育教学研究。

律。

③谐极的神韵。神韵乃是表现表演者意向情趣的高层次,一拳一腿,一招一势,无不以神相配合。神者,乃眼神也。形是神生存的物质基础,神是形的统帅和灵魂,形其而神生。在套路演练中,神随形转,形随意动,存在于含而不露的舒展的神态之中,使整个套路协调而富有生气,成为击是本、神是情、形是意的高度统一。缺乏神韵的运动只能使人看到一个躯壳和皮囊在运动,而看不到其思想和感情,这样的套路运动是不会给观赏者以美感,而欣赏艺术美,就是对人类生命活动的召唤。

④形式与技艺美。纵观武术套路运动中各种拳术、器械以及对练的演练形式,在技术特点和风格趣味上各具有技术和艺术的表现特征。在拳术中,那刚劲有力、深厚沉稳的南拳具有阳刚之美,飘洒大方、气势奔放的通臂拳具有气势之美,丝丝如扣、园活走转的八卦掌具有阴柔之美,造型舒展、方法清晰的自选长拳具有造型之美,还有形、法、势融为一体的象形拳具有诙谐之美,行如流水、连绵不断的太极拳具有逍遥之美等等。它们都以丰富多彩、神奇变化的运动特点,把武术套路的艺术美表现出来。武术套路运动依赖于武术实用技击术的积累,在表现攻防方法上借助于“舞”的演练形式,不同的攻防方法和实战技能便产生了不同的套路风格,从而比较完善地使技术特点在纷繁众多的套路演练中表现出来。也就是说武术套路的演练形式是夸张了的技击术的艺术化过程,因而具有较高的艺术欣赏价值。

2. 实战中的技击美。技击,这个带有一种激烈厮杀、格斗含义的运动项目,自古以来都为练武的人们所重视。武术运动中技击术在冷兵器时代发挥了主要的战斗作用,热兵器的出现在很大程度上削弱了技击的实用价值,它的使用范围逐渐从战场上退下来,在民间成为一种健身、娱乐、显示功力的有效手段。

武术的技击法则在运用中更注重对动作美的追求,它在内意上仍保留了技击法则的实用价值的精髓,在外形上则进行修饰和创新。在实战中,蛮倔粗野的动作已不符合现代规则的要求,巧远心力、招势转化、灵活多变、虚实难料才是制敌的高招,这当中无不体现出肢体的灵巧性和协调性,使动作具有一种精致、准确、和谐的美。在技击技术的训练过程中,为了增强身体技能技巧,进行有目的、有意识的体能练习,使整个身体变得强壮有力,从而呈现出肌肉丰满、粗犷雄健的发达身躯,这就表现出了健壮之

美。

二、武术美学特征的讲授方法

在武术美学特征的教学中,无论是相击形式的搏斗运动还是舞练形式的套路运动的教学,攻防技术、动作路线、行进方向、动作力点、动作定势和运动节奏都是教学要点。只有抓住这些要点,进行准确、清晰、优美的动作示范以及生动形象的讲解,才能提高武术选修课教学质量。

1. 攻防技术。教师首先要完整地演练教学动作,重点演示进攻或防守方法,并辅以简短、形象的术语、拳谚或词汇讲解,然后再带领学生学做动作。例如:讲授马步架打,教师做示范动作后,请一学生做劈头进攻动作,教师架掌防守、冲拳还击,演示攻防动作要领,同时讲解架掌为防守,出拳为进攻,马步要平稳站桩,眼视进攻方向等内容。

2. 动作路线。教师教学时一定要放慢动作速度,一边演示一边讲解。如:讲授右弓步推掌,教师从并步抱拳开始,将动作速度放慢,边做示范边语言提示,指出:右脚向前迈出一大步,同时右掌从腰间向前推出,成右弓步握掌,掌心向前,指尖朝上,两眼平视前方。并将复杂的动作分成若干部分,最后将动作串连到一起练习。

3. 行进方向。教师一定要按学生自身的体位或其它标志确定前后左右四个方位,再以时钟运行方向指出动作行进角度。如:讲授太极拳中的转身推掌,就要以学生的胸为前,背为后,两臂分左右,这样才能为学生学习动作明确方位,掌握正确的行进方向。

4. 动作力点。教师要讲解动作力点在何处,发力顺序怎样,使学生明白“运动在梢,机关在腰”,“长一寸,强一寸”的原理。例如:讲授散手中的直拳,就要强调教师蹬地转髋,拧腰催肩,力达拳面的发力顺序,使冲出的拳头具有较大的攻击力度。

5. 动作定势。教师要强调步型正确、手型规格、神态到位。如:讲授虚步亮掌时要告诉学生做定势动作时必须做到上步勾手挑掌与转头亮相同时到位,表现出该动作的完整性,达到静如岳、落如鹤、立如鸡、站如松、折如弓、轻如叶、重如铁的效果。

6. 运动节奏。教师要根据不同的项目特点分别讲解运动节奏。如:长拳要求缓如鹰,快如风,节奏分明,动静结合,快慢相同;太极拳则是行如流水、连绵不断、连贯圆活;散手实战讲究攻防有序、勇猛果断等等。

三、结束语

大学俄语教学中翻译能力的培养

陈复光, 姜 群

(哈尔滨工业大学 外语系, 黑龙江 哈尔滨 150006)

〔关键词〕 大学俄语教学; 翻译; 翻译能力

〔摘 要〕 大学俄语教学翻译能力的培养可在听力教学、语言点教学、篇章教学中进行, 将翻译的基础理论与实践技巧融于整个大学俄语教学之中。

〔中图分类号〕 H31-42

〔文献标识码〕 A

〔论文编号〕 1005-2909(2001)04-0057-02

On the cultivation of translation competence in College Russian teaching

CHEN Fu-guan, JIANG Qun

(Department of Foreign Language, Harbin Institute of Technology, Harbin 150006, China)

Key words: College Russian teaching; translation; translation competence

Abstract: The paper raises the authors' comments on strengthening the cultivation and its methods of translation competence in College Russian teaching.

翻译是把一种语言表达的东西用另一种语言表达出来, 是使用不同语言的人进行交流的手段。翻译是语言的再创造, 是外语学习的目的与归宿。然而, 近年来, 许多教师由于片面理解交际法, 片面提倡以阅读为中心, 致使在实际教学中对学生翻译能力的培养被不同程度地忽视, 学生在实际运用语言时, 翻译水平在下降, 不能准确无误地用母语表达出外文的意思, 由此暴露出教学中语言基本功训练的一些缺陷。其实, 翻译能力的培养与听、说、读、写等能力的培养密不可分, 翻译能力的强弱是检验学生对外语掌握如何的重要标准之一。笔者认为大学

俄语教学必须加强翻译能力的培养, 强调翻译实践活动, 将翻译的基础理论和实践技巧融于整个大学俄语教学之中。

一、听力教学与翻译能力的培养

根据 1987 年国家教委颁布的《大学俄语教学大纲》规定, 大学俄语教学的目的是: “培养学生具有较强的阅读能力, 一定的听和译的能力, 初步的写和说的能力。”在交际法原则的指导下, 各高校的大学俄语将听力课的课程设置比重不断加大, 大部分院校已将其学时设置为俄语教学总学时的四分之一。鉴于听力课时比重越来越大, 将翻译理论中有关的翻

通过教授武术让学生感受武术独特美学特征的魅力, 展现习武风采, 研究武术套路运动的艺术美和散手实战的技击美, 把蕴藏其中的优美形态、鲜明韵味、谐极神韵、形式技艺和技击搏斗饱揽一身, 充分享受在武术教学中的美好感觉, 这也是学生选修武术的重要因素。这要求教师顺势引导, 熟悉专业, 知识渊博, 示范动作准确、优美, 能够充分演示武术的美学特征, 把理论与实践完美结合, 对学生终身体育思想的树立和实施素质教育会起到积极的倡导作

用。

〔参考文献〕

- [1] 体育院校教材委员会. 运动心理学[M]. 北京: 人民体育出版社, 1989.
- [2] 体育院系教材委员会武术编写组. 体育系通用教材——武术[M]. 北京: 人民体育出版社, 1985.
- [3] 吴必强. 如何进行生动形象的武术教学[M]. 体育报, 1998, 5, 20, (2)

〔责任编辑: 欧阳雪梅〕

〔收稿日期〕 2000-09-01

〔作者简介〕 陈复光(1965-), 女, 吉林永吉人, 哈尔滨工业大学副教授, 学士, 从事俄语教学法研究