

# 浅析太极拳动漫作品对太极拳在青少年群体中推广的作用

李旗

广州体育学院研究生院, 广东 广州 510000

[摘要] 文章采用文献资料法、问卷调查法, 以太极拳动漫作品对太极拳在青少年群体中推广的作用为研究对象, 分析太极拳动漫作品对青少年习练太极拳的产生的影响, 并提出太极拳在青少年群体中推广的策略。

[关键词] 太极拳; 动漫作品; 青少年

DOI: 10.33142/jscs.v2i6.7509

中图分类号: G852.1

文献标识码: A

## Brief Analysis of the Role of Taijiquan Animation Works in Promoting Taijiquan among Teenagers

LI Qi

Graduate School of Guangzhou Sport University, Guangzhou, Guangdong, 510000, China

**Abstract:** Using the methods of literature and questionnaire, this article takes the role of Taijiquan anime works in promoting Taijiquan among young people as the research object, analyzes the impact of Taijiquan anime works on young people's practicing Taijiquan, and puts forward strategies for promoting Taijiquan among young people.

**Keywords:** Taijiquan; animation works; teenagers

### 引言

太极拳作为世界非物质文化遗产, 是我国民族传统体育项目的杰出代表, 有着悠久的历史 and 深厚的文化积淀。研究从青少年所喜爱的太极拳动漫作品角度, 结合太极拳与青少年价值取向的特点, 分析和阐述太极拳动漫作品对太极拳在青少年群体中推广所能发挥的作用和效果, 旨在探索以太极拳动漫作品为突破口引导青少年群体丰富对太极拳的认知, 进而培养其崇尚习练太极拳的可行性与实施路径。

### 1 研究缘起

#### 1.1 太极拳的特点

##### 1.1.1 太极拳的普适性

太极拳具有普适性, 不同年龄段、体质的人均能练习太极拳。太极拳的架势可高可低, 发劲动作可藏可显, 动作幅度可小可大, 又因太极拳本就是快慢相间的运动, 同样是一套拳, 用高架势、不发劲、小幅度、慢动作打下来, 与用低架势、发劲、较大幅度、快慢相间的速度打下来相比, 其运动量差异巨大。因此, 对很多中老年人, 尤其是做不了剧烈运动的中老年患者, 用意不用力的简化 24 式杨氏太极拳是比较合适的运动; 而对于精力充沛的青少年, 更适合习练发力动作保留较多、技击性强的陈氏太极拳。并且, 无论是哪一派系的太极拳, 都兼具养生与健身的双重功能。

##### 1.1.2 太极拳的教育性

太极拳综合性的继承和发展了诸家武学技法, 结合古代腹式深呼吸的吐纳术和俯仰屈伸以运动肢体的导引术, 吸取古典唯物哲学阴阳五行和八卦学说, 运用中医养生理

论的经络学说, 是民族传统体育文化中的杰出代表。除了作为拳术的技击价值, 太极拳还蕴含丰富的哲学理念。太极拳所体现的人与自然和谐的哲学观、人与人和谐的伦理观以及追求自身和谐的养生观, 可以令青少年一生追求, 玩味不尽, 成为一种终身体育的运动方式。

#### 1.2 太极拳的发展困境

太极拳具有全面锻炼、内外兼顾、趣味浓厚、陶冶性情、人人可练、强身健体等特有的价值与功效, 在新时代全民健身浪潮中具有不可替代的重要作用。“健康中国 2030”规划纲要提出, 要大力发展群众喜闻乐见的运动项目, 鼓励开发适合不同人群、不同地域特点的特色运动项目, 扶持推广太极拳、健身气功等民族传统运动项目, 并制定实施青少年、妇女、老年人、职业群体及残疾人等特殊群体的体质健康干预计划。

然而当前太极拳运动的普及程度参差不齐: 从年龄构成看, 青少年群体的参与度还很低; 从兴趣爱好看, 青少年对于太极拳的关注度远低于中老年人; 从价值效果看, 人们更注重太极拳的养生效果而忽视太极拳作为传统武术的实战作用与文化传承。这与太极拳“人人可练”、“全面锻炼”的特点极不相符, 同时也对中华民族传统体育文化的传承有很大的制约和影响, 改善太极拳在青少年群体中的普及状况迫在眉睫。

### 2 提出设想与可行性分析

#### 2.1 提出设想

从青少年喜爱的动漫作品出发, 文章探寻是否可以通过在青少年群体中推广太极拳动漫作品来引导、丰富青少年对太极拳运动的认知, 进而激发其崇尚、习练、传承太

极拳运动的内在动力,从而进一步促进太极拳运动的发展,从根源上解决其传承断层问题。

## 2.2 可行性分析

(1) 由于年龄和认知原因,青少年群体喜爱动漫作品,尤其是热血、冒险类的体育动漫作品,更是热爱有加。而体育动漫作品则借助精彩且丰富的情节,以一种自然的手法充分展示了在团体性竞技运动中,团队合作所具有的崇高价值以及无限魅力,不但可以帮助青少年树立正确的体育意识,掌握科学的体育文化知识以及规范的体育技能,还可以培养青少年的体育兴趣,有助于青少年养成良好的锻炼习惯。

(2) 作为我国一项民族传统体育项目,太极拳拥有深厚的文化底蕴。同时,自清朝陈王庭创拳以来,太极拳的套路与散手也经历了历代传人的磨合与发展,其作为拳术的技击功能是毋庸置疑的。太极拳完全能够满足起一部动漫作品所需的各个要素。

(3) 体育类动漫作品种类繁多且都能在一定程度上促进该项运动的传播与发展,如《围棋少年》、《网球王子》、《灌篮高手》等,都极大的推动了相关体育项目的推广与普及。

## 3 研究结果与分析

通过问卷调查的形式,共发放问卷 400 份,回收 400 份,问卷回收率 100%。使用 spss 软件进行数据分析,分析结果如下。

(1) 青少年了解太极拳的渠道极少,大部分通过观看太极拳相关影视作品和具有太极拳元素的武侠小说等来了解太极拳,只有少数青少年通过太极拳赛事或者周围习练太极拳的亲戚朋友等来了解太极拳,导致部分青少年对太极拳的认知停留在艺术作品层面,而艺术作品多存在夸张的手法,导致青少年了解到的太极拳形象失真严重;

(2) 动漫作品对青少年认知、兴趣和意志的培育具有正面的促进作用。随着经济、科技的飞速发展以及体育运动日益在人们生活中

扮演越来越重要的角色,以体育项目和体育人物为题材的动漫出现并深受青少年喜爱和追捧。太极拳动漫作品将是推动太极拳运动在青少年群体中传播学习的有效途径与措施。但由于现有太极拳动漫作品质量不高且数量极少,阻滞了青少年对太极拳从了解到接受、喜欢再到参与的有效通道;

(3) 目前大众流行的太极拳影视作品与青少年喜爱并乐于接受的动漫形式差别极大,导致青少年群体不能主动接收太极拳的相关信息,由于对太极拳缺乏了解,青少年难以辨别关于太极拳的信息真假,从而导致青少年对太极拳的认识产生偏差;

(4) 随着年龄的增长,青少年的辨别能力不断提高,对太极拳的兴趣也呈上升趋势;

(5) 大多数青少年认为太极拳是一项能够强身健体,陶冶情操的全民健身运动,在熟练运用的基础上能够用于防身自卫,具备一定的攻击力,说明太极拳运动推广取得一定成效,在青少年群体中推广具备一定的思想基础;

(6) 大多数青少年认为目前流行的太极拳影视作品具有真实性的同时,存在过于夸大太极拳实战功效的情形;

(7) 动漫作品对青少年具有很强的价值引领作用,太极拳作为集健身健心于一体的拳术,其动漫作品能在引导青少年人群积极参与太极拳运动方面能够发挥独特的有效作用。

## 4 研究结论与建议

### 4.1 研究结论

青少年对太极拳认知度较低,对太极拳运动缺乏真实、全面的了解,而青少年了解太极拳的主要途径是通过观看太极拳相关的影视作品。目前流行的太极拳影视作品多具有夸张性,一定程度上误导了青少年对太极拳的认知。动漫是青少年喜闻乐见的影视作品,大力发展高质量太极拳动漫作品有利于青少年群体了解太极拳运动,引领青少年习练太极拳,传承太极文化新风尚。

### 4.2 研究建议

(1) 明确太极拳传播主体。太极拳影视作品创作应突出太极拳主体地位,尽可能以客观真实的太极拳术为基础,引导青少年群体对太极拳运动有一个全面、客观的认知;

(2) 把握太极拳传统内涵。各级学校、太极拳俱乐部、太极拳协会等要加大太极拳传统体育文化的宣传力度,营造良好的太极拳文化学习氛围,助力青少年群体更好了解太极拳;

(3) 创新太极拳推广形式。在青少年群体中推广太极拳运动要迎合青少年喜好,善于借助新媒体、可视化和动漫技术的运用,亟需一批高质量太极拳动漫作品引导青少年传承太极拳运动。

### [参考文献]

[1]高婷婷. 体育动漫对国内青少年体育意识影响的研究[D]. 西安: 西安体育学院, 2015.

[2]邱丕相, 王岗. 走进主流社会的中国太极拳文化[J]. 北京体育大学学报, 2006(12): 1603-1605.

[3]李鸿, 刘帅兵. 太极拳: 一种追求生命教化的文化[J]. 浙江体育科学, 2014, 36(1): 119-123.

[4]王宗岳. 太极拳谱[M]. 北京: 人民体育出版社, 1991.

作者简介: 李旗 (1995-), 男, 汉族, 广东广州, 硕士在读, 广州体育学院, 研究方向: 体育人文社会学体育管理方向。