

中日太极拳爱好者属性的比较

孙金蓉

(武汉理工大学 体育部, 湖北 武汉 430070)

摘 要:通过对中日太极拳爱好者的问卷调查,对其年龄、性别、职业、运动经历、练习次数及时间进行分析比较。

关 键 词:太极拳爱好者;爱好者的属性;中国与日本

中图分类号:G852.113 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2004)02-0075-02

Comparative study on the actual state of the Chinese and Japanese Taijiquan enthusiasts

SUN Jin-rong

(Department of Physical Education, Wuhan University of Technology, Wuhan 430070, China)

Abstract: This article conducts a survey about Chinese and Japanese enthusiasts. Through the questionnaires about their ages, sexualities, professions, sports experiences, and frequencies and periods of practice, the author puts forwards some suggestions on how to promote Taijiquan.

Key words: Taijiquan enthusiasts; attribute of enthusiasts; Chinese and Japanese

由于政策的制定和实施都必须适应国民或地区居民的实际状况需求,因此,对所制定政策的对象应尽可能准确地把握翔实的资料和更多的信息。本文基于对中日太极拳爱好者进行的实际调查,考察、研究中日两国太极拳运动的情况。

本研究在2002年3月对中国武汉市太极拳爱好者217人,2002年5~6月对日本东京都和埼玉县春日部市的太极拳爱好者107人进行问卷调查,根据所得到的数据进行考察和分析。

(1) 习拳者年龄分布

从20岁起,按每5年为一个年龄段,到45~49岁年龄段止,中方百分比始终大于日方,在50~54岁年龄段日方稍超过中方(10.28%对9.72%),在55~59岁年龄段,日方百分比突升至33.55%,然后回落至60~64岁年龄段的23.36%,65岁以上的19.57%,整条曲线是一快速起落的峰型。而中方曲线是随年龄增加而逐渐上升的缓坡型。就此不同,本文认为,日方习拳者多出现在中年以后,而中方在青年时期就有人选择了太极拳,较日方为早,可能与中日文化背景的不同有关,中国是武术太极拳的发源地,人们受武术太极文化现象影响,较早地接触到太极拳。其次,中国人走向社会参加工作之后,工作上的压力、工作的负担以及同事之间的竞争远没有日本严重;旧的分配体制使得不少中国人悠哉游哉,无所事事,可以很轻松地打发一天美好的时光(这种现象

正逐年得到改观)。日本则不然,无论蓝领或白领职员,受工作岗位激烈竞争和升职的影响,他们的加班时间远在世界平均水平之上,每年至少要多干200~400h。工作时的高度紧张、全神贯注,耗费了极大的脑力、体力,因此,日本的中青年就不太可能有时间选择他们认为是慢吞吞的太极拳,而选择了其他体育项目或放松方式。

中日双方习拳者的年龄分布曲线的高峰都是在50岁以后。据此,本文认为,太极拳更受到中老年人的欢迎,因为太极拳外静内动,运动强度适中,并可由习拳者自己控制;强调心理调适,没有情绪上的波动,故有效而又安全,因而成为中老年人健身的首选项目。

(2) 习拳者性别分布

数据统计表明,习拳者中男性中方(74.54%)多于日方(42.06%)。

(3) 习拳者职业分布

中方习拳者以老年离退休者居多,占49.07%,而日方则以主妇居多,占43.93%,这两个大群体有更多的休闲时间,可以成为解释性别分布中为什么中方的男性居多,日方以女性居多的原因。应该注意,中国人离退休之后,无须继续工作,他们中的不少人不用为生计而发愁,基本上是衣食无忧,可以享受生活、颐养天年了。日本女人结婚生子之后,一般都会退辞在家,相夫教子,主持家务。由于她们生养的孩子比较少,加之家务劳动电器化程度也较高,孩子长大之后,她

收稿日期:2003-04-15

作者简介:孙金蓉(1962-),女,副教授,硕士,研究方向:中日大众体育的比较及其振兴方略。

们的负担更轻,因此学习兴趣不断提高,她们有更多的时间和机会去接触和选择太极拳运动。据调查,在开设的各种讲座之中,妇女参加的人数最多,其比例达到 75%,而且其中绝大多数为中老年年龄段的妇女。

(4) 太极拳的运动经历

本文被调查者的习拳史,达 5 年以上者,中日方分别为 33.69% 和 57.37%, 3~5 年者分别为 34.93% 和 9.27%, 而 1~3 年者为 27.24% 和 27.71%, 上述 3 个时间段占了较大部分。而初学者,即半年至 1 年者仅为 2.87% 和 5.65%, 1 个月至半年者分别为 1.24% 和 0。随运动史的延长,人数比例增大。依笔者经验认为,初学者比例偏低,这对太极拳运动发展不利,习拳者比例应是一宝塔型,初学者越多越好,这是提高的基础,否则会成为空中楼阁,此调查结果提示我们发展太极拳运动之路并不是一帆风顺。

(5) 每周习拳次数及每次习拳时间

日方习拳者每周至少习拳 1 次者占 31.87%, 每周 2 次者占 19.78%, 依每周练习次数增多而人数呈下降趋势, 每周 3 次者降至 16.48%, 每周能习拳 4 次、5 次、6 次者相差不多, 分别为 5.49%、6.59%、6.59%, 然后, 每周坚持 7 次者上升到 13.19%。而中方曲线走势逐渐上升, 每周习拳 1、2 次者很少 (0.49%、0.99%), 坚持每周习拳 3、4 次者分别占 4.43%、9.85%, 每周 5、6 次者都为 21.18%, 曲线上升呈一平台之后骤升至每周 7 次者达 41.87% (见图 1)。

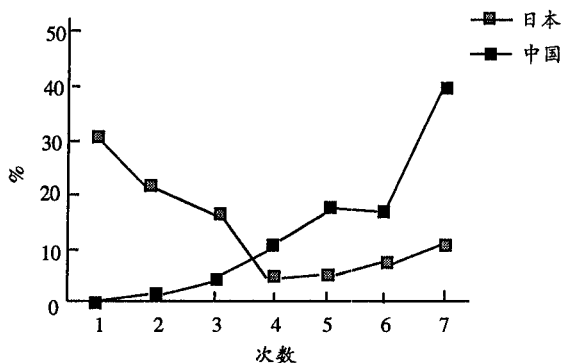


图 1 中日习拳者每周习拳次数比较

这些人认为: 每日习拳坚持不懈, 必当受益, 故每日不辍, 天天出现在公园广场, 这些人的言行必将影响带动周围的一些习拳者。而日方每周习拳曲线走势, 以每周 1~3 次者居多, 可能与太极拳俱乐部或教室课程安排次数有关, 养成了在指导者具体指导下习拳的习惯。以上可能是中日方

曲线走势存在不同的原因。中日双方曲线走势不同的客观原因, 当与两国民众的锻炼习惯和价值观有关。中国人受传统观念和经济收入的影响, 绝大多数人对付费进行体育运动这种方式难以接受, 而太极拳运动在我国有较好群众基础, 普及程度较高, 习拳者往往无须付费便能学会套路进行运动, 无论每周进行多少次锻炼均无需费用, 而日本人养成了付费运动的习惯, 他们认为只有参加太极拳俱乐部, 在高水平教练的指导下进行锻炼, 才能收到良好的锻炼效果, 由于日本民众在运动健身项目上选择范围较广, 因而, 很难使他们坚持每天进行太极拳运动。

还有关于每次习拳时间, 最多的是 1~2 h, 根据本人教学训练实际经验, 每次课时安排在 1~2 h 较为科学, 练习效果较好。

综上所述, 中日两国太极拳爱好者年龄分布曲线的高峰均为 50 岁以后, 说明太极拳运动更受到中老年人的欢迎。在性别上, 中方以男性为主, 而日方则以女性为主。另外, 在职业分布上, 中方习拳者以老年离退休者居多, 几乎占了半数, 而日方则以主妇和专门管理人员居多。通过对练习频率的进一步分析, 中方每周练习 7 次者居多, 而日方则以每周练习 1 次者居多, 且均以每日练习 1.5~2 h 最多。

所以, 在制定太极拳振兴政策时, 至少应将上述因素考虑在内。

中日两国都面临着少孩子、高龄化这一共同的社会问题。鉴于太极拳运动对于增进健康、维持体力方面日渐显露的重要作用, 两国政府应在政策的制定上加大对太极拳运动的扶持力度, 为社区场馆建设及高水平指导员方面提供方便, 使太极拳这一古老的健身运动随现代文明的进步, 得以振兴。

参考文献:

- [1] 森川贞夫, 佐伯聡夫. スポーツ社会学讲义[M]. 东京: 大修馆书店, 1988.
- [2] 林伯原. 近代中国における武术の发展[M]. 东京: 不昧堂, 1999.
- [3] 中国群众体育现状调查课题组. 中国群众体育现状调查与研究[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 1998.
- [4] 蔡仲林. 武术和全民健身[J]. 中华武术, 1997(3): 12-13.

[编辑: 李寿荣]