

# 泰拳与中国散打技术特点比较

王 维

(华中师范大学 体育系,湖北 武汉 430079)

**摘 要** 通过对泰拳的有关资料的研究,对泰拳的技术体系进行了初步分析,并与中国散打进行比较,以推动中国现代散打运动的纵深发展,逐步使其国际化。

**关 键 词** 泰拳;中国散打;拳术比较

中图分类号:G852.4 文献标识码:A 文章编号:1006-7116(2002)03-0052-03

## Comparing Thai-boxing to Chinese Sanda about the feature of skill

WANG Wei

(Department of Physical Education, Central China Normal University, Wuhan 430079, China)

**Abstract** The essay, through research into materials on Thai-boxing, makes a rudimentary analysis of technological system of Thai-boxing, and compares with Sanda, so as to promote the modern Sanda exercises to develop gradually in depth and to be internationalization.

**Key words** Thai-boxing; Chinese Sanda; comparison boxing

泰拳作为泰国的传统搏击项目,近几年在世界范围内得以迅速传播,许多国家均不同规模地举办了泰拳比赛,其成功经验值得我国借鉴。泰拳古朴纯真,注重实效,反映了泰文化的源流。<sup>[1]</sup>而中国武术博大精深,来源于实践又高于实践,中国数千年的灿烂文明,使其深受文化、道德、伦理的约束。<sup>[2]</sup>2001年9月、12月中国散手与泰拳进行了较量,各有胜负,表现出各自的特点和生命力,由于规则和训练方法不同,难以评价谁更为优秀。重要的是,两种搏击技术在不断交流过程中,可以相互借鉴和学习,并得到共同提高。2008年北京奥运会,中国武术有望成为正式的比赛项目或表演项目,吸收国外技击的精髓,对其进行改革尤为迫切。本文通过对参加全国泰拳教练员培训班的泰国教练及来自全国各地的49名散打教练员和有关专家进行访谈交流,对泰拳和散打的有关比赛情况进行技术分类统计,并根据已有的资料,对泰拳和中国散打的技术特点进行了比较分析,旨在为今后中国散打的改革发展提供参考。

## 1 泰拳与中国散打技术特点的比较

### 1.1 泰拳与中国散打的技术体系相似

泰拳与中国散打属于同一项群的对抗性搏斗项目,具备技术的同源性,<sup>[3]</sup>都与冷兵器时代的战争有着密切的关系,

是在各自的文化土壤中培育成长起来的民族传统的技击项目。由于文化的差异,制订的竞赛规则有所不同,它们的技术特点各有偏重,中国散打注重“点数获胜”,要求快速灵巧,战术组合灵活多变,泰拳则注重“能够削弱对手的能力”,技术更为直接简练,硬打硬攻的战术意图明显,随机变化较少,崇尚进攻,将防守寓于进攻之中。

在攻防技术运用过程中,泰拳更加注重进攻,而其防守主要是为了更好地进攻。其主要技术手段有:腿踢、拳击、肘击、膝击,各级别的拳手运用腿法、拳法、肘法、膝法进攻的比例均不等,防守技术有:截击、格挡、阻击等手段,注重直接对抗,需要运动员具有较强的抗击打能力。泰拳在进攻技术的组成中,腿法成了主要的进攻手段,其次是拳法、膝法和肘法,这一点我们可以从近年来的有关泰拳的各类比赛的技术统计中得以验证。<sup>[4]</sup>而中国散打的主要技术手段有:快摔、腿踢、拳击,快摔技术进攻较其他技术的运用为多,肘、膝技术的运用则十分少见,防守技术以距离防守和躲闪较为常见,直接对抗相对较少,运动员的抗击打能力不强。

### 1.2 泰拳动作简练,注重实效

泰拳竞赛规则规定“能够削弱对手的能力”的进攻才能得分,由于受到规则的制约,泰拳的技术及竞技能力的培养更加倾向于简练实用,与其他搏斗性项目相比更加崇尚进攻

的力度与强度<sup>[4]</sup>。另外,从泰拳的技术结构看,它的腿、拳、肘、膝的进攻凌厉干脆,防守多以阻截为主要方法,防守反击硬打硬攻是其主要的战术意图,这也决定了泰拳技术动作简练、注重实用。中国散打由于受到“点数获胜”规则的限制,更加强调技术的战术组合运用,以灵巧变化为主,缺乏激烈的对攻场面,动作的简练实效相对不足。

从表1的技术统计资料来看,泰拳腿法进攻技术使用频率占48.8%,其次是拳法占28.3%,第三是膝法占15.5%,第四是肘法占7.4%,这与比赛选手及对手的具体情况有关。腿、拳进攻均在双方有一定的距离时运用,实战中双方从对峙到进攻的情况最多,这决定了腿、拳的进攻次数。在比赛中,双方贴近或缠抱的情况相对较少,膝、肘的进攻亦相对较少。泰拳的这种缠抱后肘、膝攻击被称为“内围”技术,

表1 1999年泰王杯泰拳手各级别进攻技术分类统计

级别	进攻总次数	腿法		拳法		膝法		肘法	
		次数	比例/%	次数	比例/%	次数	比例/%	次数	比例/%
中量级(72.5 kg)	129	82	63.6	11	8.5	20	15.5	16	12.4
中量级	154	99	69.3	42	27.3	11	7.1	2	1.3
次中量级(69.8 kg)	175	74	42.3	82	46.9	6	3.4	13	7.4
次中量级(66.6 kg)	201	60	29.8	76	37.8	48	23.9	17	8.5
次轻量级(58.9 kg)	142	76	53.5	16	11.3	39	27.5	11	7.7
合计	801	391	48.8	227	28.3	124	15.5	59	7.4

### 1.3 泰拳战术意图明显

泰拳技术结构决定了战术的具体运用。相比中国散打,其战术简单、讲究实用。从表2中可以看出,在比赛中获胜赢得金腰带的拳手中有4人是泰拳手,他们的各场进攻次数为129、154、175、201,分别占各场双方攻击总次数的44.0%、40.0%、44.2%、36.1%,均不足50%,进攻次数明显少于别国选手,这显示泰国拳手进攻的实效性较高。从统计资料分析发现,泰国拳手每次进攻的力量很大,有较高的准确性。这与泰拳的竞赛规则有极大的关系,使对方能力削弱必须用较大的力量且攻击部位合理重创对手才能完成。中国散打强调技术全面,战术组合复杂多样,但是特点并不显著,由于规则规定摔倒对手得3分,所以战术组合很多都是围绕摔和防摔技术而制定的,于是抱摔与缠抱在比赛中所占比例最多,各级别平均为33.72%<sup>[5]</sup>,显得不激烈,对抗少。

表2 1999年泰王杯泰拳技术运用统计

级别	双方出击次数	泰拳手出击次数	比例/%	胜方
中量级(72.5 kg)	293	129	44.0	泰国
次中量级	385	154	40.0	泰国
次中量级(69.8 kg)	396	175	44.2	泰国
次中量级(66.6 kg)	557	201	36.1	泰国
次轻量级(58.9 kg)	597	142	23.8	日本

从表1、表2和有关资料可以看出泰拳的战术意图十分

明显,一种是运用重力击打来取得胜利,一种是奋力贴近对手运用“内围”技术重创对手来取得胜利,而且泰国拳手多采用对攻的形式进行比赛,很少出现距离防守的情况。泰国拳手的身材较欧洲选手矮小,从统计的数据看攻击次数明显少于其他国家的选手(见表2),采用硬打硬架与对手对攻以重力击打对手来取得胜利,显示出雄厚的功力。在72.5 kg的比赛中,荷兰选手最终被踢断手臂而不能再战。而中国散打更注重战术组合的随机运用,每场比赛都预备了好几个战术组合供运动员选择运用,显得更为复杂。

在激烈的搏斗中,抗击能力强的拳手能及时反击,变被动为主动,反败为胜,抗击能力差的选手,往往是一旦被对方的重拳重腿击中,则导致技术失调,体力下降,最终一败涂地。从资料统计和比赛可以看出,泰拳手和其他国家的选手比赛,一般前两个回合在体能还没有下降时,很难分出胜负,泰拳手在一场比赛中躲闪的次数十分有限,多采用堵截或硬挡技术,并且迅速反击,与对手展开对攻,其身体被击打平均为30.8次/回合。尤其在后几回合,泰拳手越战越勇,体能没有明显下降的趋势,攻击力度仍然不减,而其他国家的选手体能下降明显,击空或无力击打次数明显增多,可见泰国拳手的抗击打能力十分顽强,这也是泰拳在世界搏击中极少落败的原因之一。中国散打的比赛很少看到激烈的对攻场面,多以避免就虚实施巧打得点获胜,反映出中国散打运动员的抗击能力比较弱。从中国散打同泰拳的较量情况也可以证实这一点,2001年12月5日在泰国的对抗比赛,中国队以1比4败北,其中3人是由于无法抗拒泰拳的重击打而

落败。

#### 1.4 泰拳具有较强的观赏性

从比赛数据统计来看,泰拳比赛时双方拳手对攻次数特别多,而且使用的“进攻武器”灵活丰富,使人感觉精彩、激烈和刺激。泰拳的每场比赛双方的攻击次数比其他对抗性格斗项目比赛都要高,有的高达597余次,少的也有近300次(见表2)。泰拳立体进攻,无所不用,攻防合壁,进退如一的鲜明特点,不仅表现为进攻“武器”的多样化,而且也表现在其进攻路线的多样化,充分调动身体可利用的各个部位,参加攻防的行列。如近距离作战中,多用肘、膝,远距离对攻则以拳、腿相加;以“长程武器”控制引诱对方,最后施以短距攻击,在攻即是防,防也是攻,进攻是最好的防守的指导思想支配下,泰拳搏击即使在不利情况下依然进攻。由此可见泰拳的技术风格增强了比赛的激动程度,使比赛更加精彩刺激。比赛时激烈的对攻,能唤醒与激发人们原始的本能,宣泄某种情感,深受人们喜爱,较中国散打和其他世界搏击项目更具观赏魅力。中国散打1999年的全国武术散打锦标赛现场统计为,10个级别,19个单元,340场的比赛,参赛人次共512,各种技术包括缠抱、摔法等在内共运用12305次,平均每场为36.19次<sup>[5]</sup>,虽然中国散打的可视性较以前有所改观,但改革的力度并不大。比赛不仅是为了竞技,也应该满足观众的心理需求,使竞技与商业一体化,中国散打的改革必须向纵深发展,逐步走向国际化。

## 2 结论

(1)中国散打与泰拳具备技术的同源性,可以相互渗透、相互借鉴、相互融合,从而在各自的技术体系中取得进一步的发展和完善。散手可以借鉴泰国拳的肘、膝攻击方法,加强抗击能力的训练,加强拳腿的硬度及力量训练,增强自身的格斗对抗能力。

(2)加大中国散打的改革力度,放开规则,减少缠抱,增强对抗性,提高观赏性,突出自身的民族风格特点,逐步完善竞赛的商业化运作机制,逐步使其国际化。

### 参考文献:

- [1] D. G. E. 霍尔. 东南亚史[M]. 中山大学东南亚历史研究所译. 北京: 商务印刷馆出版, 1982.
- [2] 张耀庭. 中国武术史[M]. 北京: 人民体育出版社, 1997: 35-38.
- [3] 列·巴·马特维也夫. 竞技运动形成理论[M]. 姚颂平译. 上海: 华东理工大学出版社, 1997: 8-9.
- [4] 马学智. 规则的改动对散打运动的影响[J]. 北京体育大学学报, 2000, 23(3): 413-415.

[编辑: 周威]

·资讯·

## 中国人民大学书报资料中心 2001 年度全文转载量排名

前 20 名报刊排名

名次	单位	名次	单位	名次	单位
1	人民日报	9	情报科学	17	体育与科学
2	图书馆情报工作	10	中国档案	17	求是
3	光明日报	10	科技日报	18	体育学刊
4	中国出版	11	中国人口·资源与环境	18	环境保护
4	出版发行研究	12	档案学通讯	18	武汉体育学院学报
5	中国环境报	12	编辑之友	19	新闻记者
5	经济参考报	13	中国科技论坛	20	图书馆建设
6	情报资料工作	14	情报杂志	20	浙江档案
7	图书馆杂志	15	情报理论与实践	20	情报学报
7	中国图书馆学报	16	图书馆	20	档案学研究
8	出版广角	16	经济日报	20	成都体育学院学报

(摘录自光明日报 2002 年 3 月 5 日)