

# 武汉体育学院中国式摔跤学科现状及发展研究

张子昂, 袁 点, 朱 磊

武汉体育学院, 湖北 武汉

收稿日期: 2021年10月26日; 录用日期: 2021年11月26日; 发布日期: 2021年12月6日

---

## 摘 要

目的: 为打造一流的中国式摔跤学科建设而献言献策, 从实际出发, 提升中国式摔跤的课程质量。方法: 本文尝试以武汉体育学院为例, 通过专家访谈法、文献资料法、问卷调查法、逻辑分析法对中国式摔跤专业学科教程、课程模式、授课内容等多个方面进行探讨研究。结果: 近几年来中国式摔跤在武汉体育学院的推广形势良好, 要继续完善中国式摔跤的理论研究, 改善不利的教学设施和条件, 提升师资力量和素质, 培养一专多能的中国式摔跤复合型人才, 使中国式摔跤受到更多人的关注。结论: 武汉体育学院对中国式摔跤专业训练较为重视, 积极在校开设各类中国式摔跤课程, 培养了大批中国式摔跤专业人才, 发挥了体育院校主阵地作用。

## 关键词

武汉体育学院, 中国式摔跤, 学科现状, 发展研究

---

# Research on the Status Quo and Development of Chinese Wrestling in Wuhan Sports University

Zi'ang Zhang, Dian Yuan, Lei Zhu

Wuhan Sports University, Wuhan Hubei

Received: Oct. 26<sup>th</sup>, 2021; accepted: Nov. 26<sup>th</sup>, 2021; published: Dec. 6<sup>th</sup>, 2021

---

## Abstract

**Objective:** To propose some suggestions for the construction of first-class Chinese wrestling dis-

cipline, and to improve the quality of Chinese wrestling course from the actual situation. **Methods:** This paper attempts to take Wuhan Sports University as an example, through expert interview, literature, questionnaire survey, logical analysis method of Chinese wrestling professional course, course mode, teaching content and other aspects of the discussion. **Results:** In recent years, Chinese wrestling has been popularizing well in Wuhan Sports University. It is necessary to continue to perfect the theoretical research of Chinese wrestling, improve the unfavorable teaching facilities and conditions, enhance the quality of teachers, cultivate specialized and versatile Chinese wrestling compound talents, and make Chinese wrestling attract more people's attention. **Conclusion:** Wuhan Sports University paid more attention to the professional training of Chinese style wrestling, actively opened various Chinese style wrestling courses in school, trained a large number of Chinese style wrestling professionals, and played the role of the main position of sports colleges.

## Keywords

Wuhan Sports University, Chinese Wrestling, Subject Status Quo, Development Research

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 前言

在新时代体育强国战略背景下,民族传统体育是中国体育强国梦发展兴盛的发力点,中国式摔跤是我国民族传统体育项目的优秀代表之一,由最初的军事训练活动逐渐走向民间,演变成娱乐活动,最终成为我们今天的民族传统体育项目。面对中国传统的民族体育项目,仍然在危难中求生存,虽然现阶段下的中国式摔跤与以往相比,取得了很大的进步,但是这种进步的速度仍是缓慢的,各个学校、地方的中国式摔跤运动现状都面临者或多或少的困境,遇到各种阻碍,想要中国式摔跤运动有一个长足的发展,是要靠社会各方力量都出力解决。本文尝试以武汉体育学院为例,探讨中国式摔跤专业学科教程、课程模式、授课内容等多个方面进行研究,为武汉体育学院中国式摔跤学科建设献言献策,从实际出发,提升中国式摔跤的课程质量,为中国式摔跤学科建设与发展提供有价值的参考。

## 2. 文献综述

刘海鹏在《中国式摔跤在西安市区的发展现状与对策研究》中指出:第一,中国式摔跤在西安以大学和民俗的形式发展;第二,西安高校中国式摔跤的发展存在范围狭窄、师资薄弱、课程持续性不够等问题;第三,中国式摔跤分散在西安的民间进行,俱乐部和摔跤场的交流和协作不足,继承方法传统而保守,普及范围有限[1]。梁剑飞在《全国七所体育院校开展中国式摔跤课程现状研究》中讲到:中国式摔跤在教师指导方面,教师的数量明显不足。关于学生的数量,并不是要助长系统化、组织化的教育。在教材的开发方面,中国式摔跤的教学还没有全国统一的中国式摔跤教材。体育院校的理论教学大多采用自编自教的教学方法,部分体育院校没有实施理论教学,或者说很少进行理论教学,导致中国式摔跤学生在理论、科研方面有所欠缺[2]。盛泽堂在《淮北市体校“中国式”摔跤运动现状及发展对策》中指出,在2000年全国体育大会的山东省中国摔跤预选赛中,淮北市再次获得小组第一名。但其竞赛水平却一届比一届退步,过去那种“刚柔相济,四两拨千斤”的漂亮摔法却不见了,对此开展研究,中国式摔

跤在淮北市开展业余队以来练习者人数近年来有所增长，中国式摔跤的参赛经费体育局给予的支持远远不够，主要靠民间的企业和爱好者的赞助。这给中国式摔跤的发展带来了一定的制约[3]。

综上所述，面对中国传统的民族体育项目，仍然也在危难中就生存，虽然现阶段下的中国式摔跤与以往相比，取得了很大的进步，在宣传力度上，曝光量上有了明显的进步，但是这种进步的速度仍是缓慢的，各个学校、地方的中国式摔跤运动现状都面临着或多或少的困境，遇到各种阻碍，想要中国式摔跤运动有一个长足的发展，是要靠社会各方力量都出力解决。

### 3. 研究对象与方法

#### 3.1. 研究对象

本文以武汉体育学院武术学院中国式摔跤选修课、必修课为研究对象(其中包括中国式摔跤教学大纲及课程设置情况；分管教学领导老师、教练员、本科学生、专业运动员等)。

#### 3.2. 研究方法

##### 3.2.1. 专家访谈法

通过面对面的采访、电话和网络，采访了武汉体育学院的武汉体育学院的教练、中国式摔跤的老师、教练、国家级裁判员，了解了中国式摔跤现在的惩罚措施、武汉体育学院的中国式摔跤开发计划等。

##### 3.2.2. 文献资料法

根据本论文的研究需要，查阅了武汉体育学院图书馆以及武术学院资料库的大量资料。同时，利用计算机网络进行文献的获取和数据的收集，可以详细了解我国大学中国式摔跤领域的建设现状。文章被收集和分类，形成了这篇论文研究的理论基础。

##### 3.2.3. 问卷调查法

根据一定的研究目的和搜集而来的相关资料，根据学科建设相关方面内容拟定出调查问卷，对有中国式摔跤学科学习经历的学生进行问卷调查，探讨在当下教学过程中存在的还有哪些问题，以及有哪些亟需整顿的部分。共发放 200 份，收 196 份，回收率 98%。

##### 3.2.4. 逻辑分析法

将在图书馆、网络上查询的理论文献、以及与专业老师、教练员和同学之间的访谈，做成记录，对这些有关信息进行分类，运用归纳、分析等思维架构，总结出具体学科教学现状情况。

### 4. 结果与分析

#### 4.1. 武汉体育学院中国式摔跤学科发展现状

我国教育部颁布、实施了《普通高等学校本科专业目录》，指出体育学的范畴应该包括的包括社会体育，民族传统体育，体育教育，运动人体科学和运动训练 5 个类别。这个专业的目录非常符合现在的国内形势和市场需求。武汉体育学院对于中国式摔跤学科发展非常重视和与持，1995 年开设中国式摔跤普修课程；1998 年开设中国式摔跤专选班，对于学生的专业训练较为重视，极大程度上满足了广大学生学习中国式摔跤的需要。在此基础上还于 1999 年成立了中国式摔跤代表队，并在众多全国赛事中取得优异成绩，扩大了中国式摔跤在学校的影响力，企图培养出以社会需求为导向，以学生全面发展为根本，打造“德正学笃、技实艺精、专能一体、体武共通”的人才模式，吸引更多的中国式摔跤爱好者投身于中国式摔跤的专业训练中。

#### 4.1.1. 武汉体育学院中国式摔跤师资状况

根据调查得知, 武汉体育学院现有中国式摔跤专业教师两名, 其中中国式摔跤专修班由朱磊指导, 中国式摔跤专业队由郭阔带领。从这个角度来看, 武汉体育学院的中国式摔跤师资仍然严重不足, 有待加强。根据我国大学教师与学生的比例, 相对于武汉体育学院中国式摔跤专业学生的数量, 教师的数量严重缺乏。

#### 4.1.2. 武汉体育学院中国式摔跤课程设置及教育教学设计情况

##### 1) 课程设置情况

由表 1 可知, 武汉体育学院武术学院开设中国式摔跤专业课及选修课程, 竞技体育学院成立中国式摔跤代表队。从武汉体育学院中国式摔跤的课程内容来看, 教师主要教授中国式摔跤的技战术, 相关理论课程较少, 上课时间也过短, 一学期下来学生还没有对中国式摔跤产生强烈兴趣。课程主要就是就是从对技能的机械性学习到对评价, 没有上升到能动性学习的阶段。让学生从机械性学习转向能动性学习的最有效的方法, 就是利用文化来影响他们。对文化意识形态的认识, 可能比单纯的身体行动更能给人们带来影响。所以选择合适的教学内容纲要与安排合理的教学时间是非常重要的。

**Table 1.** Investigation on the professional status of Chinese-style wrestling in Wuhan Sports University

**表 1.** 中国式摔跤在武汉体育学院专业地位调查

单位	专业课	选修课	代表队	其他
武汉体育学院	√	√	√	

##### 2) 教育教学设计情况

通过武汉体育学院中国式摔跤课程教育教学, 让学生了解中国式摔跤的基本理论知识, 学会该项目的身体训练方法, 发展学生的身体素质; 掌握一些技术动作及运用方法, 提高和增强学生的防卫技能, 培养学生刚强、勇敢、有血性的果敢意志品质; 通过中国式摔跤的指导、训练、裁判方面使其具有一定的实践能力; 培养学生的机智、勇气、灵活性、礼仪等优秀资质。

### 4.2. 武汉体育学院中国式摔跤学科建设面临的困境

#### 4.2.1. 国家以及学校领导重视程度不足

由图 1, 调查显示, 有 64% 的学生认为国家以及学校领导重视程度不足, 也就是说有大部分的学生都认为国家和领导对于中国式摔跤学科建设不够重视。

中国式摔跤是一项文明而优雅的运动。在中国式摔跤“冷”期前景不佳的时候, 一些大学开辟中国式摔跤发展的园地, 让这一古老的体育项目复活了生命。但是随着奥运战略的实施, 中国式摔跤于第七届全国运动会取消比赛项目, 这给中国式摔跤运动的存续和发展带来了不利的影响。由于不是全运会项目, 大部分省、市纷纷砍掉了中国式摔跤专业队, 而由民间组织自行发展, 对中国式摔跤学科建设及发展造成了很大阻碍, 这是每一个喜爱中国式摔跤的人们所不愿意看到的。

#### 4.2.2. 中国式摔跤教材内容陈旧

在调查过程中发现, 2004 年以前相关的中国式摔跤教科书上的训练方法大多已经落后于时代, 比赛规则在现在的中国式摔跤比赛中已经不适用。同时, 2020 年新规公布后, 还有很多不再适用的技术理论, 教材没有及时的更新。旧的教科书至今仍在课堂教学中使用, 竞技体育的新研究还没有理论支持, 可供参考的训练方法的没有编辑进去, 这些都对中国式摔跤的发展造成了阻碍。

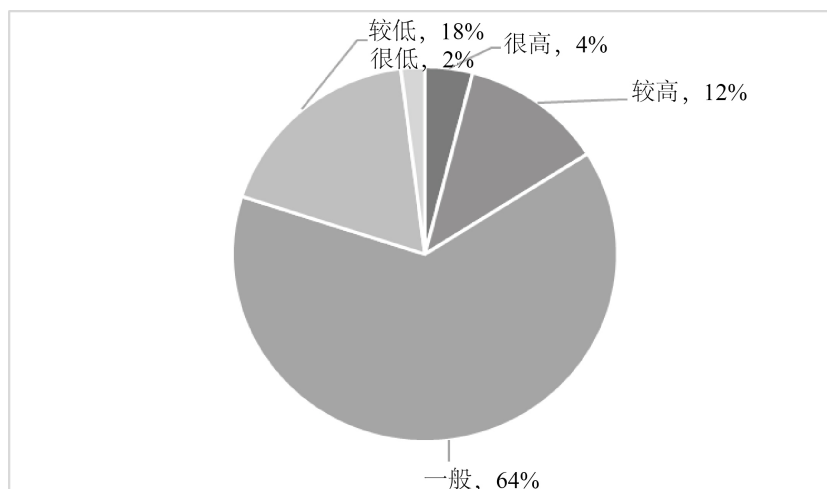


Figure 1. Survey on the degree of importance (n = 200)

图 1. 重视程度情况调查(n = 200)

#### 4.2.3. 中国式摔跤专业教师人数不足

从图 2 可以看出, 针对中国式摔跤专业教师进行教学评价的调查中, 分别有 10 和 48% 的学生认为教师的教学水平较好, 还有 3 成的学生表示一般。可见学生对于教师的教学评价并不高。进一步调研发现, 之所以会出现这种情况, 主要是因为学校中国式摔跤专业教师人数太少, 导致教师的教学任务十分繁重。而且因为可以交流的对象很少, 所以在教学知识面以及方法上面就难以得到更新, 这样就使得学生感觉到教师水平不高, 其实根本原因是教资力量不足导致的。

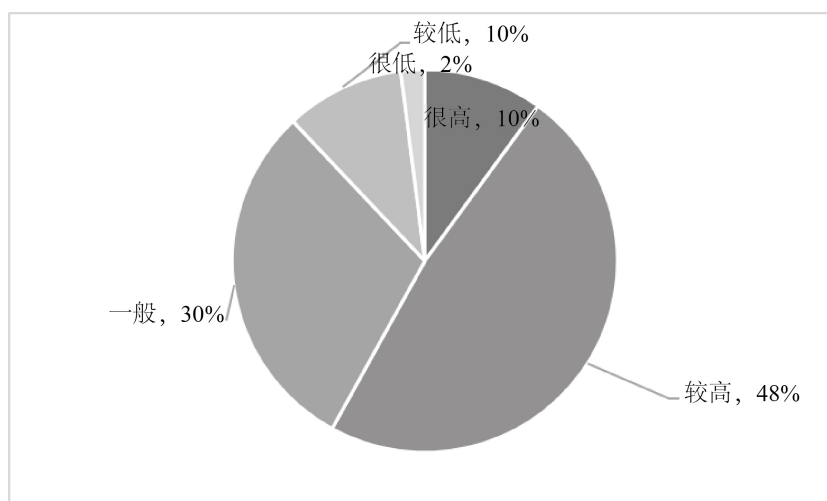


Figure 2. Evaluation survey of teachers' teaching level (n = 200)

图 2. 教师教学水平评价调查(n = 200)

调查结果显示, 武汉体育学院的中国式摔跤项目只有两名专业教师。不仅是教师的数量, 而且技能指导者和体能指导等专业教师的种类也需要加强。作为一所专业体育院校, 武汉体育学院现有的中国式摔跤教师应加强理论训练, 包括新的竞赛体系、战术安排和新的体能训练等领域。同时, 需要提高专业教师的学历, 促进中国摔跤的科学研究工作, 提高现有的中国式摔跤理论研究水平, 促进中国式摔跤教育发展。



#### 4.2.4. 招生的生源质量不稳定

在武汉体育学院招生过程中,通过与老师的对话,了解到中国式摔跤生源质量呈不稳定状态,技能水平普遍较低。出现这种状况的主要原因有三个:其一,中国式摔跤选手的就业前景低迷,因此体育院校的招生计划中会有相应的文件来减少该专业的在校生数量,这将直接或间接地影响报考人数;第二,中国式摔跤作为非奥运会项目,开设活动资金相对较少,参加该活动的年轻的运动员较少;第三,在中国开展中国式摔跤高等教育的大学寥寥无几,如果这个专业领域的招生数量较少,很多中国式摔跤专业运动员选择中途放弃或转项目,间接影响了生源质量。

### 4.3. 武汉体育学院中国式摔跤学科建设的对策

#### 4.3.1. 加强政策支持

如今,中国式摔跤已恢复成为中华人民共和国全国运动会项目,中国式摔跤管理委员会也为其制定了“十五年发展规划”,与体育协会合作推进更多的学生参加中国式摔跤运动教育。这一举措将有力地促进中国式摔跤在大学的普及和提高。希望政府和学校加大对中国式摔跤专业的投资,努力改善不利的教育设施,为教师和学生创造良好的中国式摔跤教育环境。

#### 4.3.2. 加强教材建设

中国式摔跤教材构建需要重视加强,在中国式摔跤教学中,武汉体育学院目前使用的是通用教材,还是2004年教科书。在教科书中,很多规则都已经不满足于当下的比赛实情,对于战术也没有的详细说明。因此,不能满足增加竞技能力和实践能力的需要,需要对中国式摔跤教材内容的及时更新。建议管辖部门和相关单位协调编制一套适合中国摔跤的教科书,根据近年来的相关规则与技术研究成果,将其与教师现有的知识和经验结合,制定新的中国式摔跤教材,并给予适量的出版补贴,以鼓励认真解决实际的人。

#### 4.3.3. 改善教学师资配备

通过现状调查分析,中国式摔跤教师呈现出学历偏低的问题。在我国,中国式摔跤硕士培养课程和教学点很少,长期从事中国式摔跤训练的运动员几乎没有接受专业教育,导致出现学习能力低下的现象。还有目前中国式摔跤教学师资很多是由其它专业调配过来的,由于专业的限制大幅度降低了教学质量。因此,体育院校领导有必要定期对中国式摔跤教师进行培训,鼓励年轻教师进行进一步研究,提高自身的素质、学历和专业知识,以满足中国式摔跤教育的需要。

#### 4.3.4. 完善招生与毕业生就业机制

中国式摔跤属于传统的民族体育,但在体育院校里是一门新课。要想真正发展中国式摔跤,利用好体育学院的平台,需要从招生组织上进行完善。为了提高中国摔跤在体育院校的职业地位,国家体育总局管理的注册权限将完全下放到国家教育部门,由教育部门对学生人数、入学标准和考试进行管理。要有效解决中国式摔跤毕业生就业问题,确保毕业生的就业质量,为形成中国式摔跤的入学、培训、就业的良性循环奠定基础。如果职业通道不畅通,必然会对学生的学习和培训产生负面影响,影响学生的热情,形成恶性循环,直接影响项目的前景。

### 4.4. 中国式摔跤教学活动创新发展

#### 4.4.1. 开展多平台的教学模式

通过移动互联网在大学体育中的应用,开展多平台的中国式摔跤教学模式。学生可以利用移动终端的多平台进行中国式摔跤学习;中国式摔跤教师可以通过移动互联网来改革学科教学模式。大学体育教

师在学习资源的收集、选择和评价方面,有必要改变对课程的理解。学生参与教育应该被看作是大学体育流动的一种手段。灵活掌握教学情境和教学场景,灵活选择以“教师为中心”或“学生为中心”为基础,实现教师、学生、情境和场景的多对象匹配,以提高大学体育教学效果。移动互联网的时代,通过多平台的教学模式,体育教师的经验和职业意识可得到强化,对学生有效地指导及监督。这是从传统教育向现代教育的发展,是单一教学模式向多平台教学模式的转变,是今后学生学习需求的主要方向。体育院校体育教育模式要摆脱时间和空间的限制,使师生之间互动更加灵活,学生的学习体验更加愉快。

#### 4.4.2. 建立网上师生互动平台加强交流

建立网上师生互动平台,满足师生日常交流、研究和互动的功能,以学生为中心,全面为学生服务。体育教育网上师生互动平台具有灵活性、交互性、开放性等特点,是中国式摔跤教学资源开发、应用和共享的基础。使学生无论是在学校还是在家都能通过电脑、手机等查看体育信息资源,与老师进行交流和学习,师生可以利用该平台或电子邮件、微信、微博、QQ 等进行课前、课中、课后的交流互动,实现共同提高。

## 5. 总结

目前武汉体育学院开设了中国式摔跤专业课程,对中国式摔跤专业发展十分重视,不断增加招收名额,近年来该校中国式摔跤学生专业水平呈上升趋势。中国式摔跤教材的使用情况属于较为正规,但是教材陈旧,而且中国式摔跤师资还严重不足,有待加强。希望相关教育部门及体育管理部门加大对中国式摔跤专业的投资和管理,增强中国式摔跤理论教育,改善不利的教育设施和条件,提升师资数量和质量。依据国家的教育方针和方针,考察社会的实际需求,自主确定人才培养模式。努力实现教育模式、教学方法以及教材的现代化改革,努力培养受社会欢迎的、有特色、高素质的体育复合型人才。要想在高校中为中国式摔跤谋求更好的发展,就需要加强管理、科学研究、教育、训练、比赛等方面建设,同时有必要加强中外交流。在中国式摔跤的学科建设中,要继续保持高校,特别是体育高校的优势,积极在体育院校建设不同类型的中国式摔跤课程。

## 致 谢

在此,我谨感谢在我成长历程中帮助过我的家人、老师和朋友,感谢我的指导老师朱磊对本篇论文做出的教导,以及武术学院各位领导老师对本文提供的资料与帮助;感谢我的同学、师兄弟们在百忙之中抽出时间填写调查问卷,助我获得真实支撑数据;感谢家人的养育、教导,我会谨记各位长辈、师长的谆谆教导,在今后更加努力奋斗,不忘初心,为国家做贡献。

## 参考文献

- [1] 刘海鹏. 中国式摔跤在西安市区的发展现状与对策研究[D]: [硕士学位论文]. 西安: 西安体育学院, 2014.
- [2] 梁剑飞. 全国七所体育院校开展中国式摔跤课程现状研究[D]: [硕士学位论文]. 长春: 吉林体育学院, 2015.
- [3] 盛泽堂. 淮北市体校“中国式”摔跤运动现状及发展对策[J]. 安徽体育科技, 2004, 25(2): 53-55.

## 附录

### 调查问卷

#### 1、您的性别

- 男
- 女

#### 2、您的年级

- 大一
- 大二
- 大三
- 大四

#### 3、您了解过中国式摔跤运动吗？

- 熟知
- 大致了解
- 听说过
- 完全不知

#### 4、您是否喜爱中国式摔跤这一运动？

- 是
- 否
- 没听说过

#### 5、在来到武汉体育学院之前是否接触过中国式摔跤运动？

- 是
- 否

#### 6、您学习中国式摔跤的动机是什么？（可多选）

- 成为职业中国式摔跤运动员
- 考取体育院校
- 培养兴趣爱好
- 家长要求

#### 7、您对学校中国式摔跤课堂教学满意吗？

- 满意
- 非常满意
- 一般
- 不满
- 很不满意

#### 8、您对学校中国式摔跤课程教学质量满意程度？

- 非常满意
- 基本满意
- 不太满意
- 不满意

#### 9、您对学校提供中国式摔跤场地器材满意程度？



- 满意
  - 基本满意
  - 不满意
- 10、您每次参与中国式摔跤运动的时间是多长？
- 三十分钟以内
  - 三十分钟至一个小时
  - 一个小时至两个小时
  - 两个小时以上
- 11、您每周参加中国式摔跤运动的次数
- 0次
  - 一次
  - 两次
  - 三次
  - 三次以上
- 12、您希望中国式摔跤课程安排得紧密些还是松散些？
- 紧密
  - 松散
  - 无所谓
- 13、您更希望在哪个时间段上课
- 早上
  - 上午
  - 下午
  - 晚上
  - 无所谓
- 14、开课前，专业任课教师给过学生本课程教学大纲与教学日历吗？
- 有
  - 没有
- 15、您认为本专业授课教师的教学总体水平为：
- 很高
  - 较高
  - 一般
  - 较低
  - 很低
- 16、您认为本专业授课教师的教学总体水平为：
- 很高
  - 较高
  - 一般
  - 较低
  - 很低

- 
- 17、你认为本专业老师能否把科研能力的培养融于课堂教学之中？
- 都能
  - 大部分能
  - 大部分不能
  - 都不能
- 18、如果您认为中国式摔跤专业课程设置得不合理，主要体现在哪些方面？（多选）
- 课时太少
  - 课时太多
  - 学到的知识或掌握的技能不多
  - 偏重理论忽略实践
  - 偏重实践忽略理论
  - 课程内容难度过分高于学生当前应有的知识水平
  - 课程内容难度过分低于学生当前应有的知识水平
  - 其他
- 19、您是否认为文化课学习和专业训练之间有影响？
- 非常有影响
  - 一般有影响
  - 基本没有影响
  - 完全没有影响
- 20、贵校就职于中国式摔跤相关的职业比例：
- 很高
  - 较高
  - 一般
  - 较低
  - 很低
- 21、您认为国家和领导对于中国式摔跤学科的重视程度：
- 很高
  - 较高
  - 一般
  - 较低
  - 很低
- 22、您是否为中国式摔跤专业毕业生？
- 是
  - 不是(如若不是，可忽略下列问题)
- 23、您在毕业后是否已经成功就业？
- 是
  - 否
- 23、您的工作是否为专业对口工作
- 是

- 否
- 未就业