



创新发展的武术兵道 塑造中华优秀传统文化新载体

李金霞文/图

无论是在校园中、武术队或是在赛场上，每当武术兵道的队员穿着仿古盔甲的护具相向而立，各自手持一柄被海绵包裹的短兵器械准备进行对打时，眼神流露出的不是害怕退缩，而是跃跃欲试的兴奋，他们脚下步伐灵活，时而闪躲腾挪，时而冲刺进攻，一个转身跳打，尽量力量和速度之美，器械打在护具上发出的“啪啪”声，更是令人热血沸腾、催人奋进。在武术兵道的管理者、推广者、练习者看来，这也是武术兵道的独特魅力所在。

武术兵道原名“武术短兵”，是1979年和武术散打同时立项的竞技武术项目之一，发展已逾40年，是从传统武术提炼、传承出的重要内容。套路以徒手和器械演练为主，散打是徒手格斗，短兵则是器械格斗，3个竞技武术项目组成了传统武术精髓的完整版图。国家体育总局武术运动管理中心相关负责人表示，中国武术兵道承载着中华优秀传统文化文化，是中国武术协会整体发展战略的一个样板，是提升文化自信和国际传播力建设的有力抓手。

凝练精粹 创新发展

短兵项目从1979年开始已经发展了40余年，但由于规则、装备器材等方面的制约，造成项目门槛较高，不易于广泛推广和普及，而其所蕴含的传统武术技法又具备了很高的传播价值，是竞技武术版图的重要一块，体育总局武术运动管理中心认为应该加以系统地改造和创新。2020年，体育总局武术中心在充分调研短兵项目发展现状的基础上，经过充分论证，决定开展武术短兵项目的改革工作。

2020年下半年，体育总局武术中心组织全国武术短兵的业内专家在天津霍元甲武校召开了全国武术短兵规则研讨会，并以国家武术短兵队集训的形式启动了对武术短兵项目的改革和创新工作。通过近一年的研究论证并广泛征求全国武术界的意见，于2021年初正式推行了新的规则、器材装备体系，并将武术短兵更名为“武术兵道”，在短兵的基础之上，加入了长兵、暗兵、软兵和投射兵共5个器械格斗内容，进一步丰富了武术器械格斗的内容。

体育总局武术中心相关负责人表示，此次改革首先是大大降低了习练、参与武术兵道的门槛，使武术兵道项目沿着“易学、易练、易赛、易评价”的“四易”方向发展，更加有利于普及和推广，尤其是青少年群体；其次，大大提升了项目的安全性；第三，完善了项目的礼仪礼节标准，更加突出了中华优秀传统文化的特色和属性；第四，补齐了竞技武术的内容，套路、散打、兵道这一竞技武术三驾马车齐头并进的发展模式基本形成并互为补充，使竞技武术的内容更为丰满，受众群体更为广泛；第五，为现代竞技体育贡献了中国标准的体育项目，作为东方器械格斗项目的代表，未来将与西方的击剑竞速器械格斗的大舞台。

传承经典 文武相彰

手中有兵，心中有礼。武术兵道的吸引力不仅在于让武术回归对抗的本质，还在于它将中国传统人文精神与现代体育价值观在武术中巧妙融合。国家武术兵道队总教练、湖州师范体育学院教授文善恬说：“武术兵道是中国武术以持兵器为特征的现代武术项目，既能学习武术的经典动作，又能展现中国文化，使得文武两道相得益彰。”为了体现出中国传统，体育总局武术中心在兵道器材、装备及礼仪文化方面做了大量革新和探索。

文善恬说：“赢了承让，输了受教，赢也赢得起，输也输得起。兵道比赛礼仪贯穿始终。”在传统武术抱拳礼的基础上，结合兵道项目持械技击的特点，设计推出了兵道项目“抱兵礼”，突出了中国文化内涵。这种中国特色还体现在装备器材上，比如手持兵器器械来源于中国古代的短剑式样，而对打时队员所戴护具，也是仿古代盔甲样式。

在技术层面，与剑道和击剑不同，武术兵道的进攻方要巧妙使用劈、砍、斩、刺等招数的组合，连续攻击对手身体；防守一方要用架、格、卸等招数避免被对手击中头部、躯干、小腿等得分区域。这里既强调个人智慧和才能，又必须讲究战略战术。看似简单的“劈、砍、斩、刺”四个动作，却是传承自传统武术经典。

力劈华山（劈），源自形意六合刀，技术表现为弓步劈刀；石破天惊（砍），源自南刀，技术表现为震脚砍刀；苍龙探爪（斩），源自青萍剑术第一路第五十三势，技术表现为并步平斩；仙人点画（刺），源自青萍剑术第一路第四十四势，原名“仙人画图”，技术表现为弓步探刺。兵道项目的技术日臻完善，展现了中国武术的经典动作，技术逐渐成熟，达到了总结经典、传承经典的目的。

植根青少年人群 着眼未来

武术兵道将武术基本功、武术竞技、技能训练、兴趣培养、提高体能等融合为一体，形成一个以武术为核心的运动系列，增强学生体质健康的同时培养学生对武术的兴趣点，确保在练习者不受伤的前提下，体验对抗性的自由搏杀。目前国内32个省级单位均开展了武术兵道的赛事、培训活动，尤其在中小学领域，推广形势迅猛。

体育总局武术中心相关负责人介绍，从2021年初起至今，武术兵道项目全国基层教练员人数达到10000余人，在超过3000所中小学、武馆武校和俱乐部等业余训练机构广泛开展，练习人口已超过30万。2023年在河北保定举办的首届全国武术兵道青少年锦标赛，参赛人数就超过800人。河南周口扶沟作为早期在校园开展武术兵道项目的地方之一，有8人参加了这次比赛，并拿到了儿童组不错的成绩。

2021年，河南周口扶沟县陈炳太极院教练刘军伟，从全国武术兵道（短兵）教练员、裁判员考核培训班武当山站满载而归，回到扶沟那天正值下午，他连家都没回就直接去太极院，想把学到的新项目、新技术展示给学生。“我很激动，觉得这个项目太好了，非常适合青少年练习，很适合在校园推广。”

从此扶沟陈炳太极院里，常能看到学员们一动一静两种武术模式交相练习。为了尽快把武术兵道在扶沟县里铺陈开，也为了广大学生能尽早从中受益，感受到中国传统武术的魅力，刘军伟主动联系学校，开展义务教学。他先是走进金海路实验小学，开展每周两节的兵道社团课，后又觉得自己的力量太小，需要培训一批体育老师当兵道教练，借助他们的力量，让兵道扎根校园。

在当地体育中心、体育总会的支持下，刘军伟对扶沟县韭园镇中心学校的11名体育教师进行兵道培训。体育老师梁婷婷在练习过后直呼“过瘾，解压”，非常看好兵道在校园的发展。她说：“很符合青少年的好动天性，虽然是格斗项目，但是却很安全，老师也不用担心学生会受伤。而且通过练习兵道，不仅能增强学生们的身体素质，同时又引导了同学们继承中国传统武术文化，弘扬民族精神。”

武术兵道目前正在上合组织、中拉、中国东盟等合作框架内积极开展普及推广工作。2022年，体育总局武术中心在北京大学、武汉大学、暨南大学、西安交通大学、湖州师范学院开展了“在华留学生武术训练营”活动，主要以武术兵道为主要训练内容，得到了参与留学生的一致好评。2023年，武术兵道承接的中宣部“Z世代”宣传推广项目也将全面启动。

比赛练兵 驱动兵道精进发展

2021年才推出兵道项目，仅过一年，2022年7月便在浙江湖州举办了全国首届武术兵道（短兵）锦标赛，当时有80支队伍参加。作为一个新兴项目，这样的规模显示了兵道强劲的生命力。今年，兵道赛事更加密集，更加全面，不仅有全国武术兵道锦标赛、冠军赛，还有青少年锦标赛、青少年武术社会俱乐部联赛，时间跨度从4月到11月，举办地涉及大江南北，影响力横贯东西。

通过举办系列比赛，进一步展示兵道至高、至强、至善、至美的武术魅力，兵道项目体系也在比赛中得到不断完善，有利促进了兵道项目的进步与繁荣。内蒙古兵道队的张宇希望通过这样的实战比赛机会，了解全国不同地区的项目发展水平，给队员们带来更多对抗意识和技术上的提升。扶沟小将魏伊欣习练兵道不足一年，今年便

站上全国青少年武术兵道锦标赛的擂台，出发前她丝毫不怵，“通过几天的比赛，我学到了很多的东西，也开阔了眼界，找到了自己和别人的差距，以后我要在教练的带领下，学习好、训练好，扬长避短，勇夺第一。”

一场赛事既能练兵，检验训练成果，又能发现问题弥补不足，驱动项目健康发展。刘军伟非常积极组织学生参加全国大赛，他认为恰恰因为兵道是新兴项目，才更需要及时举办多种赛事来验证检验项目发展的情况，“比赛是最好的练兵机会，它给兵道运动员提供了广阔的舞台，练得好与坏、对与错，展露无遗。同时也能增加兵道运动员的荣誉感，吸引他们向着更好的目标奋进。随着比赛的举办，赛事中暴露出的问题，也会得到不断修正，会让兵道体系变得更成熟完善。”

多方合力 推动武术兵道高质量发展

体育总局武术中心力求走一条有中国特色、创立中国标准的体育项目发展之路。体育总局武术中心与人民体育、央视动漫集团战略合作，联合打造武术兵道项目“文化体育融合发展平台”，以“健康中华青少年动漫工程”为载体，采用文化与体育相融合的方式，开展全新的项目推广模式。

中国武术协会有关部门于2021年中启动了《武术兵道推广工作方案》，方案共分三个大的阶段来推动武术兵道项目入奥工作的开展，总体呈现“国内到国际”“竞技到大众（全民）”“发展中国家到发达国家”“青少年到各年龄段”“推广普及到繁荣”等阶段特点。根据方案总体规划与推进需要，中国武术协会与合作平台与时俱进，创新模式，共同牵头建设“人民兵道”发展大平台，作为中国武术兵道运动管理运营和服务的总平台。

平台通过制定专项联合工作机制，统筹规划制定管理和服务体系，开展中国武术兵道运动有关市场化资产的管理和运营。合作搭建武术兵道文化国际传播体系，汇聚优质武术兵道文化内容，塑造人民兵道的形象和品牌，促进中国武术兵道文化“走出去”；开展网络和数据库开发建设，为中国武术兵道赛事举办和相关运营提供官方技术平台支撑；推进人民兵道进校园，构建产业服务生态圈，打造优质供应链，促进中国武术兵道事业和产业高质量发展；为武术兵道事业和产业发展筹集资金，搭建武术兵道产业发展体系，完善武术行业新基建；落实和推进武术兵道运动商业化、市场化改革，积极协调和解决武术兵道事业发展中出现的矛盾和困难；构建人民兵道的数字经济体系，以大数据、虚拟现实、动作捕捉等新兴科技为驱动力，打造人民兵道智能管理服务平台，有效促进行业提质增效和融合创新发展。

体育总局武术中心相关负责人表示，科技赋能武术兵道也是推动武术兵道高质量发展的重要举措。目前，智能靶人科学评价体系、AR线上线下联合竞赛模式、武术兵道智能护具等科技赋能体育项目正在积极推进中，随着现代科学技术的不断引入，必将推动武术兵道实现快速健康发展，完成竞技体育的弯道超车。

