

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 武術 來源 聯合報 日期 97. 5. 01 版面 C 四版

武術 擬列中小學課程

【記者薛荷玉／台北報導】教育部正在研擬各級學校「武術運動推廣方案」，將為中小學校擬訂一套包括「五步拳」在內的武術基本教材，並增設武術專業運動教練，希望台灣學生在跳健康操之餘，也能學習傳統武術，甚至是具本土特色的「宋江陣」及雲林西螺七坎「金鷹拳」。

教育部體育司長簡明忠表示，在與各縣市開會時，經常有學校

建議運動項目中可多推廣武術，因此，才請學者擬訂推廣方案，增加學習武術的人口；未來武術將不會強制納入體育課程，而是融入早自習、聯課或課後活動等加強運動時段，學生可自由選擇要跳健康操、跳繩或學習武術。

為教育部草擬「武術運動推廣方案」的文化大學國術系主任李志明表示，傳統武術分為少林、峨眉等眾多門派，且各有獨特的

功法，要選哪一派都容易引起爭議；因此，未來在學校推廣的將以「競技武術」為主，它雖源自傳統武術，卻是融合各種基本功的「套路」，適合推廣、比賽。

以「五步拳」為例，共有拗弓步沖拳、彈踢沖拳、馬步架打、歇步蓋打、提膝仆步穿掌、虛步挑掌等6式動作，包括了傳統武術中基本的弓步、馬步、虛步、仆步、歇步、插步等步法，是適

合小學生的入門教材。

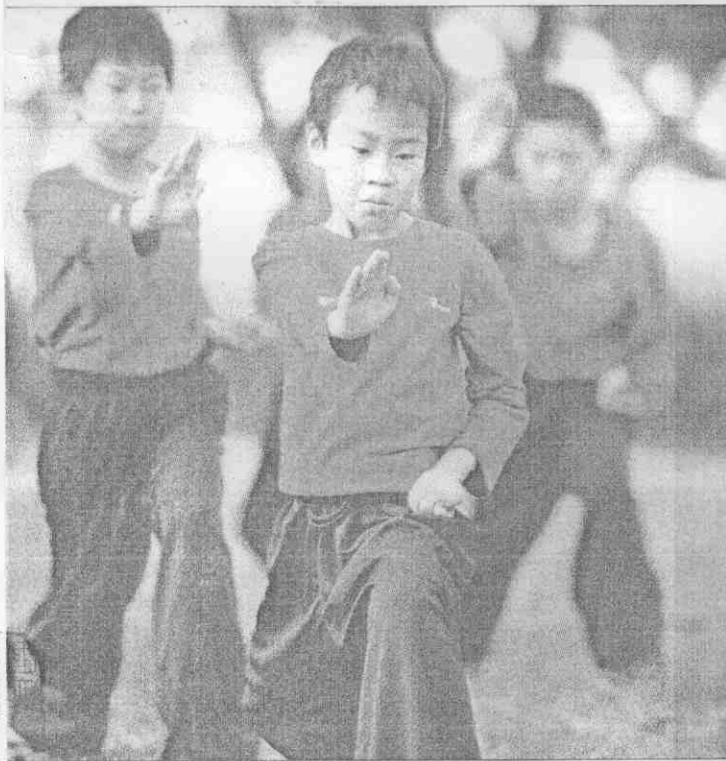
李志明說，一套「五步拳」只要花100分鐘，即兩堂課的時間就可以學會；學會後還可進階再學8式、9式的五步拳，或者學習刀、棍等兵器。

李志明表示，未來武術基本教材除了五步拳這樣的一般武術，還將包括舞龍、舞獅、宋江陣等「國術遊藝」，氣功導引、太極等「武術養生」，及按摩推拿等

「武術身心整復」。

教育部指出，未來推廣方案還包括研議開辦武術聯賽，分國小、國中、高中3級，規畫融入現代的創意武術比賽、表演賽等。

據了解，目前各縣市以台北市教育局對武術的推廣最積極，台北市還舉辦教育盃中小學校際武術錦標賽，比賽項目包括北拳、南拳、內家拳、長器械、短器械、雜器械等分組。



諾瓦武術課 每周兩堂

【記者薛荷玉／台北報導】學武的孩子不會變壞？少林武僧林勝傑在桃園諾瓦小學教授武術已有2年時間，他表示，武術已融入學生的生活中，不只更注重道德、紀律，就連玩捉迷藏、官兵抓強盜等遊戲時，都不知不覺地用武術的步伐移動，還會使出擒拿、掙脫等招式，很有趣。

諾瓦是位於桃園龍潭渴望園區的新設私立小學，執行長曾雅盈說，她為籌辦小學到日本參觀時，就發現很多具特色的學校都很注重文化傳承，有的小學學太鼓，有的習茶道；諾瓦則決定將我國傳統武術列入必修課程，從小一開始，學生每周兩次武術課。

「許多有過敏體質、常感冒的小孩，學武之後都改善很多，連氣喘都很少發作。」曾雅盈說，家長因此也都支持孩子習武。

教練林勝傑也是台灣小孩，7歲起就隨父親學習氣功，大學畢

業後，到大陸的嵩山少林寺學武，成為少林武僧。回台後，林勝傑也陸續在不少小學教武術，但多數學校受限經費、課程分配等問題，常不易持續，家長往往碰到武術課與英文、鋼琴課衝突時，就放棄學武，也很可惜。

林勝傑說，時代已經改變了，現在把武術當運動來推廣，也必須讓孩子產生興趣、覺得好玩；他教小孩常先從遊戲開始，再學基本的五步拳、八步連環拳，學2-3年後，再依個人資質，開始學刀、棍等兵器；但為安全起見，教孩子的劍都是他用保麗龍泡棉條編成的。

林勝傑說，比起跑步等運動，大部分的孩子都更喜歡學武，每當他說，「我們今天來學一招新的吧！」孩子們都很興奮，下課後，學生們還會互相比較誰的筋比較軟、誰蹲馬步蹲得久。

桃園諾瓦小學把武術納入必修課程，學生從小一開始就習武。

照片／諾瓦小學提供