

從武術競賽的演進看影響現今武術 競賽技術導向的歷史因素

唐人屏 李志明

論文提要

武術於1990年首度踏入國際競技體壇，在亞運會上出現，這代表我中華民族傳統的體育文化活動成為國際競技運動的開始。但亞運武術的推展，在台灣激起了國術界對中華武術文化發展走向的爭議，認為亞運武術追求「高、難、美、新、快」的走向，將使武術學習者失去了對傳統武術文化的認知。

規則是運動技術改進的導向，造成亞運武術追求「高、難、美、新、快」的走向，應該可以由規則的探討中看出，但考查亞運武術規則，並無此一趨向。由於亞運武術源於大陸競技武術，故由大陸歷年武術競賽規則的沿革，應該可以看出造成現今亞運武術競賽不當的技術導向與發展方向歷史根源。

觀察歷年大陸武術競賽規則，的確可以看到這種趨向是由1973年的兩條規則所產生：（一）完成套路結構和難度動作（跳躍、翻騰、平衡）時，表現突出的技術分別給予0.1到0.4的加分。（二）運動員在自選套路中，突破了歷屆武術競賽中的難度，而出現了新穎的難度動作，應給予0.1到0.3的鼓勵分。這兩條規則，一條求難，一條求新，正是現今「高、難、美、新、快」之技術導向的起因。這使得當時的武術工作者在求新，求難上大下功夫，隨著求新、求難，也開始求高、求快、求美，並在同屬肢體表現活動的舞蹈、國劇與體操動作中找尋可以運用的動作。而武術所應重視的基本規格、功架、勁力、攻防的技擊特點等訓練反倒被忽略了，而造成這一規則的歷史因素，在於文化大革命。

1966年至1976年中國大陸文革時期，傳統武術活動被當作「封建糟粕」，進行文革批判，傳統武術家被批鬥，武術器械與文獻被推毀，武術不准談論「技擊」、「攻防方法」，這使武術走向只講表演效果，追求動作、組合、佈局上的造形美，不講武術防技擊特點的發展，以致於產生1973年求新、求難的規則，並造成武術學習者朝「高、難、美、新、快」去發展。

從1979年起《規則》取消了「難度動作」加分規定，強調武術動作規格、基本功、攻防意識，並對一些非武術動作做了限制，也給套路完成時間作了限制，但由目前武術的發展現狀來看，似乎並沒有發生甚麼影響。這可能是在文革陰影的影響下，儘管規則已有所改變，而武術教練對選手的訓練仍不敢有所改變，以免政策一旦改變，淪為受害者。

由規則史的演變可以看出，真正造成目前亞運武術追求「高、難、美、新、快」的原因，不在於亞運武術規則，而在於1973年的規則對訓練工作所造成的影響，故對亞運武術追求「高、難、美、新、快」的原因，應轉由從武術訓練史來看。

1986年大陸全國武術訓練工作座談會推出「強化攻防意識」與「高、難、美、新」等技術發展方向，這表示1979年的《規則》所強調的攻防意識，在教練的鄉愿態度之下與武術學習者積習已深的情況下仍無進展，而「高、難、美、新」的技術導向卻又使動作規格、基本功、攻防意識受到忽略，走向1973年的兩條求難、求新的規則所形成的訓練要求。1994年年底大陸的全國武術訓練工作會議更確定了「高、難、美、新」的發展方向。由此可知，大陸全國武術訓練工作所要求的「高、難、美、新」與伴隨著「高、難、美、新」要求所產生的「快」，所形成的「高、難、美、新、快」，已成了武術訓練的訴求重點與評分的指標，也形成了亞運武術與傳統武術的對立與矛盾。

ABSTRACT

In 1990, Wushu appeared in the Asian Athletic Meet which meant the beginning of traditional Chinese sports would become Olympic Games' sports events, but the extension of Asian Athletic Meet Wushu of in Taiwan derived a big discussion about the development of Chinese martial arts. Chinese martial artists in Taiwan think Asian Athletic Meet Wushu emphasize Hs being-high, difficult, beautiful, new, fast.- this would make the learners fail to understand traditional Chinese martial arts' culture.

Scoring method is the direction to improve sports skills, so looking the scoring method should find the requests of high, difficult, beautiful, new Unfortunately, there are no requests like these found in the Asian

Athletic Meet Wushu Scoring Method. Since the Asian Athletic Meet Wushu is from Wushu in the Main and China, checking the history of Wushu Scoring Method may find the reason to make people's misunderstanding of Asian Athletic Meet Wushu.

There were two rules adding extra points to the athletes who complete new or difficult movements in Scoring Method of 1973 which is the origin to cause the skill training direction of 'high, difficult, beautiful, new, fast'. The two rules made athletes train more on how to make movements new and difficult, and ignore Chinese martial arts' traditional requests. For example, the quality of movements, the concept of fighting, force, etc.. The historical reason to form the rules is the Main China's culture revolution between 1966 to 1976 which tried to destroy all the traditional culture.

Scoring Method in 1979 deleted the adding points for completing new or difficult movements, and emphasized the quality of movements, the concept of fighting, but it did not have any influence, Coaches and athletes still have the same training as before, due to the shadow of the culture revolution.

From the history of Scoring Method, it is known that it is not the scoring Method which required Asian Athletic Meet Wushu to be high, difficult, beautiful, new', but the training work influenced by the Scoring Method in 1973. So the research should turn to the history of training work.

In 1986, the Main China's National Wushu Training Work Conference declared the skill developing direction: to enhance the concept of defense and offense, 'high, difficult, beautiful, new'. It meant that although Scoring Method in 1979 emphasized the concept of fighting, coaches and athletes did not improve, and the new skill direction-'high, difficult, beautiful, new' would make the quality of movements be ignored again. National Wushu Training Work Meeting in 1994, reconfirmed 'high, difficult, beautiful, new' as the developing direction. Hence, 'high, difficult, beautiful, new, fast' becomes the majority of

Wushu's training and standard of scoring, and it also causes the controversy between Asian Athletic Meet Wushu and traditional Chinese martial arts.

第一章 緒論

1990年屬於中華民族的傳統運動競賽項目－武術，首度踏入國際競技體壇，出現於亞運會上。這不但給武術邁向奧運帶來努力的希望，更代表我中華民族傳統的體育文化活動成為國際正式運動競技的開始。但亞運武術的推展，在台灣卻激起了國術界對中華武術文化發展走向的爭議。傳統武術家認為亞運武術違反了傳統的武術規範，強調「高、難、美、新、快」¹使用不實際的輕巧兵器²，忽略了武術的身體文化與技擊的本質，並限制了武術的學習人口。亞運武術的推展，會使武術學習者失去認知傳統武術文化的能力，並誤導觀眾對武術鑒賞的觀點，進而影響武術界對武術的觀念。這對於中國武術的發展有極大的妨礙。其實這不僅是臺灣的武術學者有這樣的觀點，連大陸與國外的武術家們也有相同的認同³。

亞運武術以傳統武術為基礎，以裁判規則為依歸，一般認為規則造成了傳統武術與亞運武術的差異。一個公平、公正、條文清楚的裁判規則，是一個傳統運動項目成為運動競技項目的首要因素。中國武術要進入國際體壇，必然要競技運動化，而為符合運動競賽的規範，必須要有一公平、公正且條文清楚明確的競賽規則。傳統武術競賽的判定，並無明列的條文，而以裁判的傳統武術修養為主要依據，是一種主觀性極強烈的判分方式，極易造成不公平的現象，而裁判給分標準也沒有明文規定，經常造成競賽的困擾。是以將武術動作規格與要求，予以明文規定，使裁判對選手在運動場上表現，有一定的判定依據，使比賽達到客觀、公平的原則，是使武術競技運動化的第一步。

武術家們認為規則使武術競技運動化，達成武術進入國際體壇的目的，但亞運武術強調「高、難、美、新、快」的原則，也扼殺了傳統武術的生命，並使亞運武術的發展受到限制。由此可知，成也規則，敗也規則。由於規則是技術導向的依據，故針對武術規則詳加研究，應能對此一問題找到解決的方法，使武術在競技運動化之餘，不失傳統的內涵。然而考查亞運武術競賽規則，竟然找不到武術們所認為的，造成亞運武

術重大缺陷的「高、難、美、新、快」的原則。

這個發現頗耐人尋味，這表示武術家們對亞運武術規則有極大的誤解。1995年臺灣區運動會在高雄市舉行時，武術競賽場上就曾鬧過這樣一個笑話。某縣市武術教練抗議裁判判分有問題，認為他的武術三項競賽選手，跳的高、速度快、動作難度高，為何成績比跳的不高、速度慢、動作難度低的選手差。經審判委員依亞運武術規則解釋後，該教練才撤消抗議，因為亞運武術仿體操，採扣分制，裁判規則上並無跳的高、速度快、動作難度高，可以加分的條文，反而是傳統武術對動作規格的嚴格要求，可以避免扣分。

認為達到「高、難、美、新、快」的原則，就可以獲得高分並不是少數教練的觀念，事實上連大部份的裁判都有如此的錯誤觀念，這一點從臺灣武術比賽場上，經常出現五位評分裁判，判分分數的巨大差異可知。本來規則是判分的依據，裁判的評分影響教練，教練的訓練影響選手，選手的表現造成觀眾的認知。但目前臺灣亞運武術的情形確剛好相反，觀眾的取向與選手的表現，經常回過頭來影響教練的訓練走向與裁判的判分觀點，反而棄規則於不顧。

任何事物的發展與演變都有一定的因素，本論文將從亞運武術發展與演變的歷史，來探討造成目前亞運武術規則與訓練工作矛盾的歷史因素，找以亞運武術與傳統武術對立的真正原因。論文的研究僅就規則與訓練加以討論，姑且不論觀眾的取向。由於亞運武術源於大陸的競技武術，其與競技武術的不同點僅在於亞運武術專指由亞洲武術聯合所規定的比賽指定套路，故論文對亞運武術的討論將從競技武術的發展開始探討起。有關大陸武術競規則之沿革，討論的範圍從1959年首次產生的正式武術規則起，到1995年上海國際裁判複考班所使用的武術規則止。

術語釋義：

- 一、傳統武術：中國傳統的武術在臺灣稱之為國術，在大陸稱之為武術。自大陸推廣競技武術以來，原有的武術遂稱為傳統武術，以與推廣用的競技武術作區別。
- 二、競技武術：傳統武術派別繁多，造成推廣困難，競賽評分不易，使武術無法競技運動化。大陸遂於1958年起編定統一的武術教材與武術競賽套路，以利推廣，並方便評分，從此武術開始競技運動化，成為大陸的運動競技項目之一。

凡是依統一教材與套路來訓練的武術，稱之為競技武術。

三、亞運武術：1990年亞運武術比賽的指定比賽套路稱之為亞運武術套路，此套路乃大陸為適應國際武術競賽的需要，而重新整編的套路。凡是依競技武術的統一教材與亞運武術套路來訓練的武術，稱之為亞運武術。

四、高難美新：「高、難、美、新」為1986年大陸全國武術訓練工作座談會與1994年大陸全國武術訓練工作會議，所提出來的武術技術發展方向。高難，指套路內容質量要高；難，指套路運動的動作難度；美，指要能表現出武術運動特徵的肢體活動美感；新，指創新武術動作。

五、高難美新快：大陸武術訓練的重點本為「高、難、美、新」，但在實際訓練上另要求一「快」字，而且還誤解「高、難、美、新」的本義。臺灣競技武術國際裁判唐人屏先生，在其所授的亞運武術競賽裁判與相關亞運武術課程中表示，從現在的亞運武術訓練與選手的表現中來看，目前武術訓練的重點有走「高、難、美、新、快」的趨向。而這些教練與選手的觀念是：高，指跳躍的高度，難，指動作要表現的難；美，純指肢體線條美；新，在亞運套路中尚無作用；快，指動作要求一味求快。這樣的訓練與表現方式完全偏離了武術訓練要求的原則，但已成為現在亞運武術的發展趨勢。

各章簡介

本論文共分四章。首章緒論，主要內容為研究動機與目的、研究方法與程序、相關文獻探討與研究限制，為李志明啓攥。第二章討論武術競賽規則的發展與演變，為唐人屏主導。第三章探討造成武術競賽規則改變的歷史因素，由李志明分析。最後由唐人屏做總結，說明造成現今武術技術導向的歷史因素，及其對現今臺灣亞運武術發展所造成的技術導向與相關問題。

第二章 武術競賽規則的發展與演變

大陸將武術文化正式納入運動項目中，而要將武術納入運動項目之

中首先要有嚴謹的競賽規則，是以大陸早於1956年編出一本武術競賽規則的草案。1957年6月16日在北京舉行了全國武術評獎觀摩大會，這是第一次把武術列為國家體育競賽項目，此次比賽採用評講制的評分方法，而武術競賽規則草案並沒有在這次比賽中試用。1958年9月7日至16日在北京舉行了全國武術運動會，大會首次試用武術競賽規則，1959年3月22日至27日在北京舉行的全國青少年武術運動會和1959年9月在北京舉行的全國運動會，武術比賽均正式按這個規則執行⁴。

這可以看出大陸以前並沒有嚴謹的武術競賽規則，而以獎評制評分，目前所熟知的仿體操的評分制是1959年以後始制定出的競賽規則。然而大陸一直到現今都有這二種競賽模式的發展：

- 一、傳統武術競賽是以評獎制的模式推展。
- 二、競技武術競賽是以評分式的方法來推展⁵。

這兩種競賽推展模式具有保存傳統武術文化與創新武術文化兩面，肩負著傳統文化邁向現代文明的新紀元的使命。

大陸於1959年制定了武術競賽規則，並編定了刀、槍、劍、棍、拳等五項競賽規定套路及自選套路，1959年所制定出來的武術競賽規則，是經試用後第一部較全面性、科學性、系統性的武術競賽規則。其主要規範與特色為：

- 一、競賽項目：包括「全能競賽」和「單項競賽」，項目內容有長拳、南拳、太極拳、刀、槍、劍、棍。
- 二、評分方法：明確指出任何比賽套路最高得分皆為十分，評分時採取扣分制。
- 三、套路內容數量規定：使傳統套路必須根據規格要求，進行重新編排組合，豐富了武術套路的內容結構。
- 四、套路的完成時間也有所規定。
- 五、用較大篇幅規定「各動作的組合及基本要求」，使武術技術規格化，並以條文詳加說明。
- 六、規定了器械長度，重量並未規定。

這個規則將不同類型的拳術分開比賽，使同類項目的競賽判定具有其公正性、公平性的。選手場上的表現好壞，由裁判依動作組合及基本要求等整體性的評定後，給予一次扣分，給裁判一明文的判分規定。但因扣分依據不夠明顯而扣分的合理性不易掌握，造成爭議空間。內容數

量的規定，突顯出武術的規律性及拳種特殊性，內容重新整編避免傳統武術中過多的重複動作，豐富了套路內容。佈局結構更使武術走上表演藝術化的層次及可看性。

當時選手尚繼承著傳統武術的文化背景，在學習、訓練過程中，大多要求較高的基本技術，動作姿勢端正，重視技擊意識，技術導向朝向武術技擊特點，加強發展身體素質。由拳術器械攻防技擊特色的強調，並以器械的重量顯示自身功夫的實力，更可以知道當時尚有傳統尚武精神的表現⁶。

1960年武術競賽規則將1959年規則的章節順序調整外，僅修定了「自選套路的內容」和「套路速度的規定」。1973年制定新的《武術競賽規則》則有兩個特別引人注意的修改：

- 一、將評分標準分類：分功架、勁力、風格、套路結構，分別定出一定的分值。
- 二、規定了「出色地完成難度動作和創新難度動作的評分」，將跳躍、翻騰、平衡給予括號，在難度動作後作為其強調內容。

規則的修改與變動，必然使訓練內容更突出其專項性。這兩項增列條款，引發的技術導向問題，帶來多方面的衝擊，而且也是競技武術求新、求難的濫觴，伴隨著求新、求難，也產生了「高、美、快」技術走向的發生。

1979年的規則又有大幅的變動：

- 一、將規則評分標準分類：各類分值重新調整，將動作規格增加分值為六分。
- 二、將難度動作規定的評分取消，並且列了十四個限制動作。
- 三、規定完成一套長拳的時間為一分20秒至二分鐘，超過或不足規定時間一秒者，扣0.1分。
- 四、規定「因方法不當致使器械損壞，造成表演中斷者，可向裁判長申請重做一次，但應扣一分」。

1984年規則變異如下：

- 一、對象形拳「出現低級趕味動作」的規定。
- 二、比賽時出現喊叫發聲的規定處理。
- 三、規定了刀、劍的重量和刀彩、鞭彩的規格。

從1984年以後規則大致已趨於定型。1989年由香港以亞洲武術聯合

會名義，舉辦的國際武術裁判講習班所用的裁判規定⁷、1990年亞運武術競賽規則、1991年版武術規則，至1995年上海國際武聯舉辦國際裁判複考班規則⁸，其內容大致相同，僅略有更動，無關競賽成績。

第三章 造成武術競賽規則改變的歷史因素

由以上規則演進的討論，可以了解武術競賽的發展可以分為下列三個階段：

第一階段：1958-1965年

當時的運動員的技術繼承固有武術文化思維，其動作也相當紮實，對於功架、勁力、風格、攻防意識極為注重，器械上又以粗重顯示個人功底，以致當時對這方面的規則要求較少，亦使得武術競賽保存了固有的攻防技擊的特點。

第二階段：1966-1978年

這一時期正面臨中國大陸的文化大革命時期（1966-1976），亦是武術的黑暗期，這十餘年將武術的發展帶入了一個畸形的時代。在文革時期，武術不准談論「技擊」、「攻防方法」，編定了許許多多的樣板武術，諸如「語錄拳」、「忠字拳」等大量地出現⁹。一些正常的武術活動被當作「封建糟粕」，進行文革批判，老武術工作者被扣上「封建遺老」或「歷史反革命」的帽子，而關進牛棚。武術器械被收繳毀壞，古老的拳械譜和大量武術書籍刊物被抄繳燒毀，使得很多珍貴的武術文獻毀於文革之中¹⁰。民間武術工作者不敢授徒，喜愛武術者不敢拜師求藝，武術走向兩個極端的發展方向：一是只講表演效果，不講武術攻防技擊的特點，追求動作、組合、佈局上的造形美；另一個是利用武術為「文攻武衛」服務，以技擊訓練人員參武鬥，嚴重破壞了武術的形象與聲譽¹¹。1974年「四人幫」假手國家體委，推行所謂「體育革命」再一次使得武術遭受到推殘¹²。

從1973年規則中可以看出，套路中的跳躍、翻騰、這些非技擊動作有了進一步的發展：

- 一、完成套路結構和難度動作（跳躍、翻騰、平衡）時，表現突出的技術分別給予0.1到0.4的加分。

二、運動員在自選套路中、突破了歷屆武術競賽中的難度，而出現了新類的難度動作，應給予0.1到0.3的鼓勵分。¹³

爲了求新，武術工作者開始在舞蹈、體操、國劇等，與武術同是肢體表演活動內容中追求新動作；爲了求難，套路中開始大量增加跳躍、翻騰、平衡等動作。國劇的旋子轉體、體操的側空翻與舞蹈式的跳躍與美姿之類的動作在不同項目中被隨意採用，不同項目風格特色受到了影響，也使得武術表演所應展現的個人風格日趨一致。爲了應付這些新動作與難度動作要求的需要，套路中出現助跑，並開始求快，以便容易產生較大的動量來完成動作；運動員也開始重視這些新動作與難度動作所屬的舞蹈、國劇與體操式的，而非武術式的美姿要求。反而武術所應重視的基本規格、功架、勁力、方法、攻防技擊特點等方面的訓練，及武術理解修養要方面也不予重視，造成武術深層文化無法探討深入研究。中國武術文化只展現外形的亮麗，而沒有內在修維¹⁴。

第三階段：1979-1995年

1979年《規則》取消了「難度動作」評分規定，對某些動作給予「限制」，這也說明了當時套路中跳躍、翻騰動作的數量已太多，直接影響了技術正常地發展。；時間上規定了上下限是希望運動充份的時間能展現出快慢、動靜的武術特有節點。對於器械的使用不當及造成損壞的問題，亦看出當時攻防理念認識不是很清楚，更不利於技擊特點的保存，器械的重量也走向輕靈易使用，追求靈活、快速的發展方向。在傳統的象形拳表演常常出現不入目的低級動作，及不當的喊聲與次數。1984年《規則》將器械重量的規定，刀彩和鞭彩的規格，喊聲處理規定，注意到1984年前不當的發展面。

1979年《規則》雖然取消了「難度動作」加分規定，強調武術動作規格、基本功、攻防意識，對一些非武術動作做了限制，並規定套路完成時限，但在文革陰影下，改變不大。1986年大陸全國武術訓練工作座談會推出「突出項目特點、嚴格動作規格、強化攻防意識、繼承發展創新」與「高、難、美、新」的技術發展方向¹⁵。這表示1979年《規則》所強調的攻防意識，在武術學習者積習已深的情況下，仍無進展，所以仍要「嚴格動作規格、強化攻防意識」。而大陸全國武術訓練工作座談會同時又推出「高、難、美、新」的技術導向，卻又使動作規格、基本功、攻防意識受到忽略，走向1973年的兩條求難、求新的規則，造成訓練工

作的矛盾。1994年年底的大陸全國武術訓練工作會議更確定了「高、難、美、新」的發展方向¹⁶。由此可知「高、難、美、新」已成了武術訓練的訴求重點，而政策所要求的訓練的重點也成為在規則之外的評分指標，於是乎亞運武術與傳統武術的對立與矛盾也將更加明顯。至於「快」字，則是在追求「高、難、美、新」之於所產生的附加產物。

第四章 結 論

由以上的討論可知，造成目前亞運武競賽規則與訓練工作矛盾的起因在於1973年求新、求難的規則。儘管1979年的規則取消了難度動作的加分規定，但由於文化大革命陰影的影響，導致教練工作仍朝舊方向前進。而1986年全國武術訓練工作座談會所要求的「高、難、美、新」的發展方向，造成教練、選手與裁判規則不同的訓練走向，也使裁判背離規則來判分，甚至以觀眾的觀點作為評判的重點。這使得亞運武術訓練方向產生偏差，造成盲目學習、模仿，非武術動作日增及攻防價值動作日趨失落，基本規格不注重，武術風貌日趨向於體操運動，武術文化面漸漸薄弱。這些問題值得深切的省思，因為如何保存固有民族文化，反映出鮮明的民族風貌，使之與世界各民族的文化有所區別，不但是對國家民族有所交待，也是對世界文化的一大貢獻。

然而有趣的是，雖然全球的武術家對競賽武術追求「高、難、美、新、快」有極大的爭議，而1994年年底大陸全國武術訓練工作會議仍確定了「高、難、美、新」的發展方向。由此可知「高、難、美、新、快」已成了武術訓練的訴求重點，這造成訓練與規則的矛盾，也形成了亞運武術與傳統武術的對立。

臺灣亞運武術的發展，早在70年代臺灣政府對大陸的政策尚未開放之前，已從大陸競技武術資訊的流入，而展開序幕。自臺灣政府對大陸的政策開放後，兩岸的交流趨於頻繁，不但直接影響了臺灣人民生活，其中文化的交流，更在潛移默化中改變了臺灣人民的思維走向。政策的開放，促進了武術文化的學習與研究空間，也影響了臺灣武術的學習風氣與走向。而在武術成為亞運正式項目後，臺灣武術學習者更是一窩蜂的競相學習亞運武術競賽套路，並模仿其選手的風格，完全罔顧裁判規則。更重要的是不了解競技武術發展的過程、其訓練工作與裁判規則的矛盾，誤解其訓練發展方向與裁判規則，產生錯誤的學習與判分方向¹⁷。

這對國人參與邁入國際體壇的亞運武術競賽而言是極為不智的行爲，蓋國際間的裁判活動是以裁判規則爲依歸的，日後亞運武術裁判的評分勢必回歸到裁判規則上來。

由亞運武術競賽套路在臺發展初期，至1995年在美國巴爾地摩所舉行的第二屆世界盃武術錦標賽，台灣的運動員在場上比賽情況來看，爲了我國選手日後在國際間的武術比賽拿牌，有以下幾點問題值得我們武術界關注：

- 一、台灣選手盲目學習，不以規則爲訓練導向，如陽腿腳跟離地、爲求氣氛與氣勢，動作無故停頓、搖頭擺臀以表示有身法、求快求高。
- 二、只知道追求高、難、美，忽略規格分值爲6分的精神，造成規格不受重視。
- 三、訓練傾向動作快速、身法靈活，只知注重助跑、跳躍，並企圖以快遮醜，避免規格扣分。
- 四、由於旋轉半徑越小，動作速度會越快，在訓練追求動作快的狀況下，影響運動員的選材問題，這使得運動員身高逐年降低。
- 五、爲追求輕快靈活，武術器械日趨輕薄、細小、不符合規則。
- 六、動作的技擊性表現越來越少。爲加強突顯表演氣氛，任意增添了許多不必要的非武術性動作，並產生不合理的攻防動作。
- 七、武術理論與實際出現了嚴重的矛盾，造成選手對訓練要求的困惑。

參考文獻

- 1.中國東方文化研究會武術文化分會（1993）：武術文化知識手冊。北京：人民體育。
- 2.中華人民共和國體育運動委員會（1984）：武術競賽規則。北京：人民體育。
- 3.吳兆祥（1989）：中華武術手冊。廣州：科學普及。
- 4.李成銀（1993）：中國武術諮詢大全。山東：新華。
- 5.李振林、蔡寶忠（1995）：武術套路競技面臨抉擇。中華武術，第136期。北京：人民體育。
- 6.亞洲武術聯合會（1989）：亞洲國際武術裁判訓練班教材。中國武術協會。
- 7.林伯原（1994）：中國武術史。北京、北京體育大學。

- 8.國際武術聯合會（1991）：國際武術裁判、教練討論會教學資料。國際武術聯合會。
- 9.國際武術聯合會（1995）：國際武術裁判教學資料。國際武術聯合會。
- 10.張山（1995）：略談當前競技武術的發展。中華武術，總第128期。北京：人民體育。
- 11.笠尾恭二（1994）：中國武術史大觀。日本東京：福昌堂。
- 12.溫力（1987）：試論武術運動的現狀和今後的發展－兼論武術套路練習和對抗性練習結合的可能（手稿）。載於體育科學，1987年第三期。
- 14.秘（1990）。北京：人民體育。
- 15.寧遠（1995）：1994－中國武術熱點透視。中華武術，總第128期。北京：人民體育。

1 大陸競技武術的推展原則是「高、難、美、新」四項，但實際上則另今一「快」字。亞運武術對套路完成時間有一定規定，其中南拳與三項，完成時間不得少於一分二十秒，時間不足裁判長須予與扣分。但一般的教練與選手都認為快才好，故在訓練時要求動作快、速度快，常在時限內完成套路，因此常在不該停頓處停頓，或在收勢前拖時間。同時動作快，可以掩飾選手因基本功不足所產生的動作規格不佳的扣分，是以選手往往企圖以快遮醜，也造成除「高、難、美、新」外，「快」字訣的產生。「快」也破壞了武術要求的重點－協調性，造成競賽武術為人垢病的主因，詳請見李振林、蔡寶忠（1995）：武術套路競技面臨抉擇。中華武術，第136期。北京：人民體育，p.25。另外「高」字訣指的是質的高，而非跳的高，但一般臺灣武術界人士都誤認為高指跳的高。有關「高、難、美、新」的定義，詳請見張山（1995）：略談當前競技武術的發展。中華武術，總第128期。北京：人民體育，p.4。

2 亞運武術規則對兵器的重量與尺寸都有一定的規範，但輕而短的兵器較易使用，且速度快，故臺灣選手大多罔顧法規，使用不合規格的兵器。另外臺灣的競賽單位，從不執行此一規則，久而久之，就造成亞運武術使用不實際的輕巧兵器的印象了。

3 大陸武術家的觀點詳見溫力（1987）：試論武術運動的現狀和今後的發展－兼論武術套路練習和對抗性練習結合的可能。載於體育科學，1987年第三期。國外武術家的觀點為作者唐人屏參家1995年上海體育學院國

際裁判複考班，與各國參與該班的外國武術家討論所得。

4 林伯原（1994）：中國武術史。北京、北京體育大學，p.456。

5 溫力：從《武術競賽規則》的修定看武術技術的發展。見武術科學探秘（1990）。北京：人民體育，p.547。

6 溫力：從《武術競賽規則》的修定看武術技術的發展。見武術科學探秘（1990）。北京：人民體育，p.548。

7 1989年由香港以亞洲武術聯合會名義，舉辦的國際武術裁判講習班，是我國官方首度與武術的接觸，由中華國術會選拔國內國術專家唐人屏等人，以奧委會名義參與此次國際講習活動，回國後並負責1990年亞運武術國手選拔工作。

8 國際武術聯合會規定，國際裁判需每四年參加國際裁判複考班複考一次，以確保裁判品質，複考班的研習中提供最新競賽裁判資訊，國際間組織發展與訓練概況。

9 李成銀（1993）：中國武術諮詢大全。山東、新華，p.16。

10 笠尾恭二（1994）：中國武術史大觀。日本東京：福昌堂，pp.630-635。

11 林伯原（1994）：中國武術史。北京：北京體育大學，p.457。

12 林伯原（1994）：中國武術史。北京、北京體育大學，p.458。

13 詳見《1973年武術競賽規則》，人民體育出版社，pp.10-11。轉引自溫力（1987）：試論武術運動的現狀和今後的發展－兼論武術套路練習和對抗性練習結合的可能，手稿p.11。載於體育科學，1987年第三期。

14 大陸武術家溫力認為雖然後來武術競賽規則已取消難度的扣分，但武術訓練仍朝此一方向發展，造成競賽武術不重視攻防，任意增添非武術動作，並加強奔跑與跳躍動作，以至於不同的武術項目日趨雷同，可見得在取消難度的加分之前，競賽武術的發展已有這種取向。見溫力（1987）：試論武術運動的現狀和今後的發展－兼論武術套路練習和對抗性練習結合的可能。載於體育科學，1987年第三期。

15 張山（1995）：略談當前競技武術的發展。中華武術，總第128期。北京：人民體育，p.4。

16 寧遠（1995）：1994－中國武術熱點透視。中國武術，總第128期，北京：人民體育，p.9。

17 如前所舉的例子，誤以為「高」指跳的高，以為動作「高、難」，分數即高。