

太极拳理论研究方法存在的主要问题与对策

田媛

(盐城工学院 体艺教学部, 江苏 盐城 224051)

摘要:运用数理统计法、逻辑分析法,通过查阅中国期刊网上2000—2009年太极拳理论研究论文中所采用的研究方法,并对此进行研究。结果表明:太极拳理论研究中研究方法主要以文献资料法为主、在研究过程中存在着研究方法与研究内容不相符合、研究方法的实施缺乏科学性等问题。就研究方法中存在的主要问题提出相应的解决对策。

关键词:太极拳;研究方法;对策

中图分类号:G852.11 **文献标识码:**A **文章编号:**1671-5322(2010)02-0075-04

众所周知,在学术研究中,研究方法占有十分重要的地位。研究方法的采用是否合理,实施过程是否科学,直接影响到研究内容的科学性、研究结论的真实性与可靠性。近年来,随着中国武术的大力推广与普及,太极拳作为锻炼身体、调节心理、健身养生的武术项目,越来越受到人们的喜爱,普及推广程度远远超过了其他武术项目。同时,太极拳理论研究也紧随其后倍受世人的重视,人们从不同角度、不同层面来阐述太极拳的养生价值、健身机理、教学效果、推广方法等等,但与此同时在太极拳理论研究过程中也存在着很多问题。本文从太极拳理论研究中的研究方法入手,通过数理统计、逻辑分析的方法反映出2000—2009年这一期间太极拳理论研究中在研究方法方面普遍存在并亟待解决的几个问题,同时提出解决问题的相应对策,为今后太极拳的理论研究提供参考。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

在中国期刊网上搜索2000—2009年这段时间内,在全国各类学术期刊上公开发表的太极拳理论研究类论文。通过随机抽样,选取体育类核心期刊论文53篇,体育类非核心期刊论文151篇,全国各大体育院校和各专业院校学报论文32

篇,与太极拳理论研究相关、并具有代表性的论文总计236篇,将这3类期刊中关于太极拳理论研究论文中所采用到的研究方法作为本论文的研究对象。

1.2 研究方法

文献资料法:查阅《体育科学》等体育类核心期刊,论文53篇;通过地区分层抽样确定《湖北体育科技》等体育类非核心期刊,论文151篇;全国各大体育学院、各专业院校学报论文32篇。

数理统计法:针对研究对象中确定的3类论文中的研究方法进行数理统计分析。

逻辑分析法:针对研究对象中选取的3类论文的研究方法与研究内容、研究结论进行逻辑分析。

2 结果与分析

我们针对从中国期刊网上随机抽样选取的3类太极拳理论研究类论文总计236篇进行统计分析,其中研究方法种类占所选取的论文总数的比例如图1所示。

从图1中我们可以清楚的看出:在研究方法中:文献资料法(文献法)、实验法、逻辑论证法3者所占比例最高;测量法、历史研究法(历史法)、调查法次之。

收稿日期:2010-04-28

作者简介:田媛(1982-),女,黑龙江大庆人,助教,硕士,主要研究方向为高校体育教育教学。

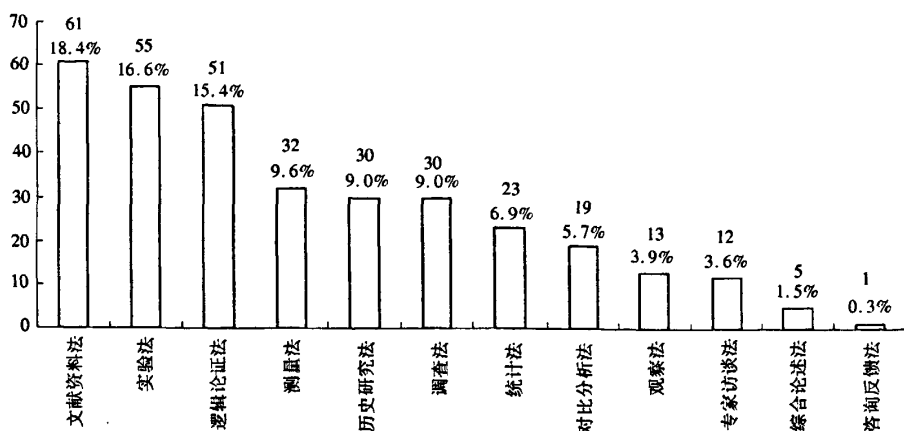


图 1 研究方法统计图

Fig. 1 The Statistical Diagram of Taijiquan Method

我们对研究方法中的文献资料法、实验法、测量法、调查法、统计法、观察法、专家访谈法和咨询区别法进行研究发现:这些研究方法均属于体育科学研究中搜集材料的方法,而逻辑论证法、历史研究法、对比分析法和综合论述法则属于分析材料的方法(或称为文章的论证方法),也就是说研究者在研究过程中所采用的研究方法有搜集材料和分析材料两种方法。

在统计过程中我们发现:就资料的搜集方法而言,文献资料法是太极拳基础理论研究,诸如太极拳中医学理论、历史学、文化学、社会学、哲学等研究中最常用的研究方法。譬如中医阴阳学说在简化太极拳教学中的运用^[1](中医学理论),太极拳起源辨^[2](历史学),中国传统文化对太极拳美学思想的影响^[3](文化学),论太极拳的自然和谐理念(社会学),论太极拳理的哲学基础^[4](哲学)等相关类文章都采用文献资料法对太极拳基础理论研究各领域进行研究。

文献资料法在太极拳应用理论研究、专业技术研究和竞赛法规研究中也常常用到。譬如九运会太极拳决赛指定动作失误率分析(应用理论研究),浅议技击性技术在太极拳教学中的作用^[5](专业技术研究),竞赛规则的演变对太极拳发展趋势影响的研究^[6](竞赛法规研究)等文都大量运用文献资料法。

实验法、观察法主要应用于太极拳基础理论 research 中的生理生化研究和应用研究中的太极拳教学研究、太极拳训练研究。应用实验法和观察法的目的:主要是通过实验的手段,检测某一种教学

和训练方法的可行性。比如太极拳对普通大学生心理健康影响的实验研究这类论文,正是通过采用实验法对普通大学生心理健康的影响进行研究(实验法),而湖南省近 4 届老年人太极拳比赛的对比研究这一类论文则是运用观察法等研究方法,对老年人太极拳比赛进行了对比研究(观察法)。再如:高校太极拳教学中实施体操式教学法的应用研究和合作学习理论在太极拳教学中的实验研究等此类论文,则是通过应用实验法和观察法,对应用研究中的太极拳教学进行检测,来证明一种新的教学方法的可行性。

测量法主要应用于基础研究中的生物力学研究和实用研究中的专业技术研究。如:太极拳练习对老年人身体机能影响的生物力学研究进展^[7]和太极拳“四两拨千斤”的生物力学机制分析^[8]等文是将测量法应用于太极拳的生物力学研究中,而“陈式太极拳掩手肱捶动作膝关节角力学分析”这类论文,则是测量法在太极拳专业技术研究上的应用。调查法主要应用于太极拳社会学调查、心理学调查和太极拳群众体育现状调查,如太原市社区居民太极拳活动的现状分析^[9]等文都采用这种研究方法进行研究。

就论证方法而言,逻辑论证法是多数文章所采用的论证方法,在太极拳历史学、中医学、文化学、社会学研究以及实践分析研究中的训练、教学模式研究中较为常见。比如:太极拳发展现状的调查与分析、现代运动人体科学对太极拳科学化的影响、太极拳健身文化学探讨等这 3 类论文都采用到逻辑论证法。历史研究法则主要应用于太

极拳历史学研究中,比如:在介绍太极拳的起源与历史发展历程、太极拳发展过程中的技术演变、太极拳发展过程中的历史学分析等内容时,都需要运用历史研究法来对论文进行阐述。清代和民国时期太极拳论著概述及其评价一类论文就是采用此类方法进行研究。对比分析法主要应用于实验类研究中的实验数据对照分析。比如:操化教学对少年儿童学习太极拳效果的实验与分析等论文中都采用对比分析实验数据的研究方法。

3 存在的主要问题

3.1 部分论文研究方法应用不合理

研究内容决定了研究方法,而研究方法是否科学、合理,直接影响到研究内容的科学性、合理性和研究结论的真实性、可靠性。通常情况下,如前文所述,为了验证某一方法在实践中的运用效果,我们一般采用实验法或者调查法。历史学、文化学、社会学类研究则通常采用文献资料法、历史法或归纳法等方法。如果我们把研究方法张冠李戴,这样就会造成与研究内容不符,那么研究的结果就很难有说服力。在统计中我们发现很多太极拳理论研究类论文研究方法应用不合理,研究方法与研究内容不符合。如在太极拳运动对老年人健身的影响一类研究中,我们应通过实验法把太极拳对老年人呼吸系统、血液循环系统、神经系统或心理的影响进行对比分析。而部分研究论文所采用的方法却是归纳法,该类研究论文把其他人的研究成果罗列在一起,甚至有些实验数据都是原封照搬,也有部分研究则是套用生理学、心理学原理对“影响”进行理论阐述,此类论文研究仅仅局限于空泛浅谈,研究的深度还远远不能达到学术论文应该具有的一般标准。

3.2 研究方法的实施过程缺乏科学性

根据我们的统计分析得知:在运用实验法进行研究时,研究者没有对实验条件进行说明的占实验研究的34%,缺乏实验的监控条件的占实验研究的65%,这就很难保证实验组和对照组能够在同等的条件下进行对比分析,实验数据的准确性令人质疑。如多媒体技术的利用对太极拳教学效果的影响一类研究论文所反映的主要问题有:如何保证实验组多媒体技术手段的科学实施(实验时间、实验顺序、外界环境等);如何对对照组外界非实验因素(如互联网、影视传媒、教材甚至对照组自身的心理暗示等)有效控制;多组实验

数据的测试标准是否相同(测试人、测试时间、测试标准等)等一系列问题。

在运用问卷调查法进行研究时,很多研究者通常采用定量与定性的调查方法。可是,部分研究者却没有对问卷的信度和效度进行验证,更没有计算出信度和效度值,调查结果准确性与可靠性令人怀疑。同样,在运用测量法进行研究时,研究者是否考虑到抽样样本的条件(如练习时间、年龄段、有无其它疾病等)的等同性等因素,我们都要有所考虑。

3.3 同一时期内重复性研究较多,研究方法存在雷同

在统计的236篇理论研究类文章中,在太极拳基础理论研究中关于太极拳生理生化研究类总共41篇,占基础研究类论文的32.3%;而在2004—2006年之间,关于太极拳运动对中老年人心血管系统的影响类文章共计21篇,占生理生化类研究的51%;在实用理论研究中关于教学研究类论文共计34篇,占应用理论类研究论文的36.6%,而在2005—2006年之间,在太极拳教学研究中关于配乐对太极拳教学效果的影响类论文共计16篇,占该类研究的47%。很显然,在同一时期内重复性研究较多,研究方法雷同已经成为一个普遍存在的重要问题。

4 对策

4.1 研究者应不断加强理论学习,不断提高自身的理论素质

研究者应注重自身的理论学习,不断加强对武术理论与方法、运动生化、武术中医理论、武术史等武术基础理论的学习,还应加强对科研方法、学术论文写作与规范等科研书籍的学习。这样不但丰富了自身的基础知识,还能够不断提高自己的理论素养和科研实践能力与水平。

4.2 研究者应树立科学、严谨的研究态度

研究者应树立科学、严谨的研究态度,在科学研究与论文写作上不能马马虎虎、敷衍了事,应准确合理的选择研究方法,科学的实施研究方法,对研究数据的统计分析也应当实事求是,以真实的数据来说明问题,不能人云亦云。

4.3 加强研究者之间的科研交流,提高整体的科研水平

各级职能部门应加大科研培训力度,建立、健全培训机制,积极培养科研性人才。在政策、人

力、物力 3 方面给予充分的支持,做好科研人才的培养工作,借助现有的太极拳比赛形式,积极筹办太极拳理论研究交流会,借此为研究者提供科研

交流的平台,使得资源能够充分的共享,研究者整体的科研水平也能够得到不断地提高。

参考文献:

- [1] 王耐,马海军. 中医阴阳学说在简化太极拳教学中的运用[J]. 第四军医大学学报, 2009, 30(24): 3 183 ~ 3 185.
- [2] 孙刚,李成银. 太极拳起源辨[J]. 体育文化导刊, 2003(4): 40.
- [3] 庄建国. 中国传统文化对太极拳美学思想的影响[J]. 北京体育大学学报, 2002, 25(2): 179 - 180.
- [4] 冉学东. 论太极拳的自然和谐理念[J]. 西安体育学院学报, 2003, 20(3): 29 - 30.
- [5] 张照金. 浅议技击性技术在太极拳教学中的作用[J]. 铜陵职业技术学院学报, 2008(1): 80 - 81.
- [6] 杨静. 竞赛规则的演变对太极拳发展趋势影响的研究[J]. 首都体育学院学报, 2008, 20(3): 118 - 120.
- [7] 周鲁平,李卫平,毛德伟. 太极拳练习对老年人身体机能影响的生物力学研究进展[J]. 山东体育科技, 2009, 31(2): 7 - 10.
- [8] 李辉. 太极拳“四两拨千斤”的生物力学机制分析[J]. 滨州学院学报, 2008, 24(6): 85 - 88.
- [9] 李涛. 太原市社区居民太极拳活动的现状分析[J]. 山西师大体育学院学报, 2008, 23: 49 - 51.

The Main Problems on Research Methods Used in Taijiquan Theory Studies and Countermeasures

TIAN Yuan

(Department of Physical Education and the Arts, Yancheng Institute of Technology, Jiangsu Yancheng 224051, China)

Abstract: The research methods of Taijiquan theory studies have been investigated by looking up the articles from 2000 to 2009 on the CNKI useng mathematical statistics and loyical analysis method. The results show that the research methods was based mainly on documentary data method; research methods and research content didn't conform to research process; the implementation of research methods was lack of scientificity, etc. This article proposed the Solutions for the main problems on research methods.

Keywords: Taijiquan; research method; countermeasure

(责任编辑:张英健;校对:沈建新)