

## 第21届“精武杯”太极拳械、传统武术比赛人气高

# 武术爱好者像赶集一样来参赛

10月21日至22日,2023年上海市“精武杯”第21届太极拳械、传统武术比赛在精武体育馆举行。共有来自本市各区、街道社区、武术社团等113个单位的1750余名选手参赛。

本届比赛由上海武术院(上海市健身气功管理中心)、上海市武术协会、虹口区体育局主办,上海精武体育总会承办,精武体育馆协办,虹口区非遗保护中心、上海人民广播电台(中华武魂)工作室、上海克卿体育文化发展有限公司给予了支持。上海精武体育总会会长王智华,上海武术院副院长谢芳,上海武术协会副会长吴志坤,虹口区体育局副局长金力炜,上海精武体育总会副会长徐文庆,虹口区文化馆馆长、非遗中心主任刘莹出席。

## 用创新提升办赛效率 明年计划将赛事升级

为了更好地服务广大参赛者,上海精武体育总会不断创新赛事内容。今年首次采用照片直播的方式对竞赛全程进行直播,及时记录精彩瞬间,让每一位参赛者都可以找到自己的参赛照片,留下一段回忆。此外,本次比赛的裁判组和编排记录组都实现了数字化办公,进一步提升了比赛效率。

为了更好地发扬非遗文化,本届比赛除设立集体项目、个人项目外,还专门设立了陈式太极拳专项比赛,查拳、心意拳专项比赛。其中查拳、心意拳是源自于回族的拳种,上海精武体育总会作为虹口区民族团结进步教育基地,设立民族特色项目,旨在让少数民族传统体育项目更好地融入市民生活,促进各民族形成密不可分的共同

体。同时,也进一步传承和发扬民族传统武术项目。

在竞赛人员培养方面,上海精武体育总会每年都会开展裁判员培训,形成了老、中、青三代人相衔接的竞赛人才传承。目前,已成功举办21届的“精武杯”已在上海成为一项市民喜闻乐见的品牌赛事。明年,上海精武体育总会计划将这项赛事打造成全国性武术比赛,进一步做高、做大赛事的品牌。

王智华表示:“‘精武杯’这项赛事成功举办了21届,充分说明了其生命力和受欢迎程度。精武不仅是上海的精武,更是全国的精武,我们将进一步提升赛事水平,计划在明年探索举办全国性比赛,吸引更多武术爱好者参与。”



上海精武体育总会会长王智华(中)颁发优秀组织奖



作为精武的传统赛事,“精武杯”太极拳械、传统武术比赛已经连续举办了21届,为沪上武术爱好者提供可以展示自我的平台,有效推动市民全民健身活动的开展和武术技艺水平的提高。

去年,受疫情影响,“精武杯”比赛只能通过线上的方式进行。今年赛事恢复线下举办,上海精武体育总会并没有大规模地进行组织与发动,比赛的报名就十分火爆,报名单位超过了100家,参赛选手超过了1700余人。

在颁奖仪式环节,为十几位参赛单位代表颁发优秀组织奖的上海市精武体育总会会长王智华感慨:“我为十

## 参与者来自各行各业 搭建以武会友大舞台

几位优秀组织者颁奖,发现他们来自不同区、不同的单位,其中有机关企事业单位,也有街道社区、学校以及社会俱乐部,可以说覆盖了各行各业,这充分说明了‘精武杯’这项赛事有广泛的群众基础。”

在本次比赛中,中国武术九段虞定海教授看来,今年参赛选手的水平较以往有了明显的提升。“这充分说

明了在上海精武体育总会各区辅导中心、辅导站的精心指导下,上海市民武术爱好者的武术技能水平越来越高!”

除了场内参赛选手外,看台上,本届比赛的竞赛顾问、中国武术九段王培锷,仲裁委员会成员虞定海、梅文源、傅敏伟,总裁判长曾美英,副裁判员花妙林……一大批精武武术人积极报名参加了本次比赛的竞赛工作。

在“爱国、修身、正义、助人”的精武精神感召下,他们之中有许多都是义务担任志愿者,为赛事尽上自己的一份力。其中,就有从普陀区真如专程赶到虹口区来参与的老精武人。

上海市精武体育总会会长王智华认为,传承百年的精武精神与文化认同感,是上海精武体育总会的巨大优势和财富。“在精武精神感召下,大家都把精武作为一项有意义的事业来做,来到精武就像是回到了家里。精武人的这种像‘赶集’一样竞相参与精武事业的热情,或许是我们最大的优势和财富。未来,我们将看到老会员带着第三代精武人来参与我们的事业。”

### ■ 短讯

#### 喜迎“敬老月” 杨浦滨江展演八卦太极拳

2023年10月是全国第14个“敬老月”。10月20日,杨浦区以体医养融合促健康暨八卦太极拳竞赛为主题在杨浦滨江畔举办“敬老月”主题活动。

来自杨浦区12个街道的120位太极拳老年爱好者在杨浦滨江开始“八卦太极拳”的比赛,他们以饱满的精神、昂扬的状态、整齐的动作将此次赛事推向了高潮。

八卦太极拳是根据太极拳的以柔克刚结合八卦掌沿圆走转特点创编的一种刚柔相济的传统拳种。今年,在杨浦区体育局指导下,区体育活动中心委托上海体育大学武术学院王震教授团队,在杨浦区各街道全面开展八卦太极拳精英培训及普及培训共30课时,超过了1000人次市民习练,有效促进老年人健康。

整个金秋十月,杨浦区将持续为老年人送上相关知识讲座、便民服务、文化活动等一些列活动,来满足广大老年人多元化的健康需求。

#### 2023南京西路商圈 “都市三项赛”举办

10月21日,2023“南西·NANXI”杯上海静安区南京西路商圈都市三项赛开赛。

本届“都市三项赛”以“释FUN多巴胺 运动潮有趣”为主题,设置了登楼、飞镖、骑行(虚实结合)三项竞赛项目。主要面向静安区南京西路企业(含社会组织、市属驻区单位、区属单位等)及其员工、商圈市民、消费者群体,致力于在专业赛之外,让体育走进人群,让人民享受体育。

同时,围绕南京西路“都市三项”系列赛,配套了系列活动,包括联合体育运动相关品牌举办运动生活集市,以及与办赛综合体入驻企业和商家联动开展消费互动活动。

## 徐汇区打造体育达人的秀场

# 新举措让社会体育指导员“增量提质”

10月21日,一场“体育达人秀”在凌云社区市民健身中心举行。他们不仅是体育爱好者,同时也是平时教授市民体育技能的社会体育指导员。这是徐汇区举办的首届社会体育指导员达人秀,通过切磋交流,不仅这些体育达人“以体会友”,同时也更进一步促进了徐汇区的社会体育指导员专业技能水平提升,让徐汇区市民能享受更好的社会体育指导。 专题撰稿 本报记者 李一平

### 让更多年轻人“秀”起来

本次达人秀共设街舞、乒乓以及健身专项赛,同时乒乓和健身两个项目还设置了模拟教学比赛,参赛的社会体育指导员们发挥自己的特长,将动作简单拆分,展现自己的教学能力,这也是社会体育指导员的立身之本。

随着音乐的律动,选手们或灵巧地扭动摇摆,或有力地跳跃挥臂,刘懿是本次参赛的一名街舞项目的社会体育指导员,已经练习了几年时间街舞的她从半年前成为了社会体育指导员,现在每周她都会抽一些时间去兼职教市民跳舞。

其实,目前的刘懿还是一名上海视觉艺术学院流行音乐舞蹈学院的大



学生。原来,在徐汇区体育局的指导下,徐汇区社会体育指导员协会今年创新将街舞项目纳入到徐汇区体育配送菜单,并同步发展一批街舞专业优秀大学生进入徐汇区社会体育指导员人才库,为辖区内多个企事业单位进行体育配送,收获大量好评。

在刘懿看来,徐汇区社会体育指导员协会的举措让更多市民能更近地接触街舞,了解这项时尚的运动。“我一开始喜欢街舞的时候,只能通过网络自学,有一定的了解后,才去寻找一些圈子内比较知名的工作室学习。”现在,短视频的兴起让市民有了更多渠道接触到街舞这些新兴运动,但缺

少学习的途径。街舞社会体育指导员的出现,让刘懿也感到十分“羡慕”,“如果当时有这样的老师让我能在家门口就学习街舞,实在是太方便了。”

除了街舞项目之外,徐汇区社会体育指导员协会同样也在探索其他项目的专业化、年轻化,让市民在健身时有更多的选择,享受更专业的服务。

### 创新探索与企业合作

乒乓作为国球在徐汇区拥有良好的群众基础。今年,徐汇区体育局在辖区内形成市、区、街镇、居委四级联动,于10个街镇举办25场乒乓球赛事,共吸引2000余人参与,成功打造

具有广泛性、全方位、全人群、全覆盖的乒乓球系列赛事。

赛事有了,群众基础也有了,最大的问题便成了“社会体育指导员、教练员不够”。为了让区内社会体育指导员“增量提质”,徐汇区社会体育指导员协会有了新的想法——借助有教练员力量的企业,为协会培养、提升社会体育指导员。

在与上海果乒体育发展有限公司达成合作后,今年6月,徐汇区社会体育指导员乒乓球项目专项培训班和徐家汇潮乒荟运动空间应运而生。通过充分发挥体育名人示范引领效应与载体作用,邀请原国际乒联副主席、中国乒乓球学院院长施之皓与原乒乓球世界冠军曹燕华等明星讲师为徐汇区社会体育指导员授课。徐汇区扩大了社会体育指导员的影响力,提升指导员的积极性,完善指导员梯队建设,提升徐汇区全民健身公共服务水平。

上海果乒体育发展有限公司旗下有着曹燕华乒乓球学校的强大师资力量,负责人施总表示,他希望通过专业的力量带动上海的乒乓球教练员水平提升,为乒乓球爱好者提供更多专业的培训。

同时,徐汇区还在积极协调符合条件的社会力量搭建运动场景,做成社会体育指导员的服务平台,提供更多基层健身教练上岗就业的机会。