

# 高校武术教育的困境与对策研究

## The Dilemma and Countermeasures of Wushu Education in Colleges and Universities

宫 华<sup>1</sup> 张克峰<sup>2</sup>

GONG Hua<sup>1</sup> ZHANG Ke-feng<sup>2</sup>

**摘 要:** 本文从当代武术教育的实际情况出发,分析了高校武术教育面临的困境,教学内容陈旧、练习方式单一、武术技击性的弱化等影响了武术的教育效果。针对存在问题,提出建立段位制与分级制相结合教学体系、武术课堂引入音乐元素、课堂增加表演展示环节更新组织形式、以赛促学弘扬武术精神、充分发挥武术协会的职能和价值等对策,希望可以促进武术教育的有效开展。

**关键词:** 高校; 武术教育; 困境; 对策

中图分类号: G807 文献标识码: A

文章编号: 1008-2808(2014)01-0087-04

**Abstract:** This article from the actual situation of Wushu education of Wushu education in Colleges and universities, analyzes the dilemma, The university martial arts teaching content obsolete, single mode of practice, martial art of Wushu education weakening effect effect. In view of the existing problems, proposed the establishment of Dan and grading system of combining teaching system, martial arts class introduction music element, classroom increase show link update form of organization, competitive learning promoting Wushu spirit, give full play to the functions and value of Wushu Association, hope can promote the development of Wushu education.

**Key words:** Colleges and universities; Wushu education; Predicament; Countermeasure

武术的发展历史源远流长,它是人类生产生活中积累的宝贵经验,是中华民族智慧的结晶。它的发展、演变与中国传统文化儒家思想、道家思想等紧密相连。因此,武术的传播即有技艺的传授又伴随着传统思想的教育,例如武德武礼教育是中华文化的教育体现。

教育是文化传承的主要途径,学校是武术文化传承的重要阵地。国家教育部门把武术列为学校的必修课,以此来锻炼学生身体,教育学生。但现代武术教育开展情况并不乐观,教学内容从小学到大学都是重复进行长拳、太极剑等简单的套路练习,对于博大精深的“武林绝学”学习甚少;教学组

织形式单一,站桩式学习形式严重影响了学生活动的乐趣;武术课程设置教学时数偏少,做为传统文化教育的重要载体,真正让学生领悟到的德、礼教育也是微乎其微;缺少武术课内与课外活动充分有效的联系。本文通过对武术教育现实情况进行深入调查分析,寻找解决武术教育发展出路。

### 1 高校武术教育面临的困境

#### 1.1 精神教育面临学生行为方式的挑战

“民族精神是一个民族赖以生存和发展的精神支撑。一个民族,没有振奋的精神和高尚的品格,不可能立于世界民族之林”这是江泽民同志

收稿日期: 2013-10-13; 修回日期: 2013-11-29

作者简介: 宫 华(1977-),女,讲师,硕士,研究方向为体育教育训练学。

作者单位: 1. 辽宁师范大学 体育学院 辽宁 大连 116029; 2. 黑龙江东方学院 黑龙江 哈尔滨 150086

在十六大报告中对民族精神的一段重要讲话。随着改革开放大门打开,在一些外来思想和物质至上观念冲击下,大学生的精神状态和民族信念受到腐蚀,道德素质和社交礼仪之风渐弱。在校园中,最常见的师生问候方式都演变成学生无精打采的走形式;学生对武术课不感兴趣,虽然他们爱看武侠小说,却没有当武侠的心。拖拖拉拉的来上课,软弱无力的摆动作;同学间交流武术内容的越来越少,谈论网游娱乐的越来越多;学生举手投足没有力气,动作幅度和力度表现出与青年人不符的精神面貌;对民族历史缺少兴趣,道德观念、爱国热情日渐淡薄。这些都是当代大学生精神缺失的表现。武术有着几千年的发展历史,在历史长河中有无数个英雄人物书写了不朽的传奇。他们正义勇敢,行侠仗义,柔骨侠情经常被许多大学生谈论,但学生只是在打闹时会效仿武侠的举手投足,无法养成一贯的积极正义的行为方式和习惯。因此,武术课即要把它的技术传承,又要加强传统文化与精神人格的教育。

### 1.2 教学内容陈旧缺少吸引力

现代信息的快速更新加快了社会发展的脚步。在这样的时代背景下,武术的教学内容没有跟上时代的脚步,教学内容还是继承多年前的套路动作没有任何的改进,初级长拳、简化太极拳、初级剑仍是各高校武术课的主打内容。一些大学生在中小学时就学习了这些武术套路,而到大学课堂发现所学内容与以前相差无几。这严重阻碍了那些热爱武术学生的学习热情。中华武术博大精深,经过几千年的发展和沿袭,形成众多门派和武风,据武术管理中心统计显示中国武术共有129种拳种之多<sup>[1]</sup>。这些拳种不仅内容多样而且种类繁多,并且在技术体系的基础上形成了以多元文化支撑的理论体系。这种庞大的体系造就了中国武术“武不尽势”的博大气质<sup>[2]</sup>。这是一个用之不尽的宝藏,挖掘其中任何一个内容并加以改编就可以更新为武术教学内容。

### 1.3 教学形式缺少时代性

如果把体育课程根据练习形式进行简单分类,一类是球类项目,练习机动灵活;另一类就是武术、健美操等操化类项目,练习位置固定,典型的言传身教方式。武术在固定套路内容的框架下,教师只能别无选择的在队伍前面示范讲解,学生在后面跟做模仿。对于这些追求个性、自我控制能力较差的大学生来说,武术课成为无奈之选的体育课程。渐渐导致下面现象出现:一些学校为了激发学生学习

兴趣,削减了传统武术教学时数以增加跆拳道、空手道等国外运动项目<sup>[3]</sup>。这揭示了武术课尴尬境地。武术做为中国传统体育运动项目,其教学形式与健美操课程形成鲜明对比,健美操课动感十足,音乐伴奏激发学生练习热情,队形变换灵活。因此,在新时代环境下应寻找武术教学方式创新突破。

### 1.4 技击性的弱化使武术学习难以学以致用

武术的产生是人类与自然做斗争,寻求生存的过程中逐渐总结、发展起来的智慧。进入氏族社会后,部落之间的战争为武术提供了发展和提高的机会。春秋战国时期,出现了“拳勇”、“相搏”等技艺已经逐渐形成自己的风格<sup>[4]</sup>。随着历史发展,到明清两代时,保镖护镖行业使武术广泛发展。从这个发展史来看,武术作为人类生存的手段之一被加以广泛传播,其直接表现为武术的技击价值。现实生活中,为寻求自我保护而习武就是因为武术具有技击性,防身制敌、惩恶扬善是学武之人最初目的。对有强烈好奇心的现代大学生来说,技击的最大优点就是挑战和多变。学生通过挑战具有了竞争意识,调动学生练习的积极性,战胜困难的意志,有利于在现代激烈的竞争环境中脱颖而出。而如今学校的武术教学进行的都是套路动作学习,导致有人说现代的武术是花拳绣腿。淡化技击性,失去了武术灵活多变,见招拆招的魅力;缺少对学生防身技能的培养,造成学生对武术的理解停留于肢体动作,很难达到提高自卫防身能力和精神教育目的。更重要的是,学生在课堂上努力学习的套路动作,在体育课结束后,那些技能会很快消失。没有人会记得那些固定的套路,也没有合适的氛围加以锻炼。学习真正的意义应该是把所学的知识应用到实践中去,而现在武术课教学难以实现知识的转化。警示我们的一个事实是,西方击剑和日本剑道在世界范围内都得到蓬勃发展而不失其技击性,为增强各自民族的武勇精神和抗拒强暴的身心素质做出贡献,它们找到了生存价值,这应该引起我们深思,武术的技击性是解决武术教育困局的一个出路。

## 2 改善高校武术教育效果的对策

高校武术课现有的教学时数,内容和教学形式难以吸引更多学生投入了其中。要通过武术实现终生健身目的,实现武德武礼的传播与转化,实现发扬民族精神等人文价值等目标缺少系统保障体系。我们应该从激励、管理、促进多个视角出发创

新武术教学策略。

### 2.1 建立段位制与分级制相结合教学体系

近段时间,在一些高校推行了武术《段位制》教学,这是各高校根据国家体育总局武术运动管理中心推出《中国武术段位制》形式而实施的一种武术教学新模式<sup>[5]</sup>。武术《段位制》教学在学校武术与社会武术之间铺设上一座桥梁,有助于加快学校武术教育的社会化进程。考段内容包括武德武礼、理论知识、技术技能三方面。为保证段位制考试工作的顺利进行,中国武术协会制定《中国武术段位制系列教程》,在这一教程指导下,大学生学习武术明确了发展目标,练习质量有了准确的衡量标准。教师指导学生考段,学生根据需要进行练习,升段后可以继续提高,这样武术教育就自然而然的植入学生运动实践中来。

通过对一些高校公共体育课的调查情况可以看出:段位制的推行还不够普及,同时段位制推行需要系统的保障机制。面对这些现状,解决办法要做到加强管理,分层推进。上一级的体育教育管理部门应该制定相关政策,鼓励高校推进段位制制度。学校应该具体制定推进机制。首先要提高教师业务水平,各学校应给教师创造外出学习提高的机会,参加社会段位培训班和社会实践活动。培训后的教师将在段位制进学校的活动中发挥出带头作用,进而推动段位制的普及和有效实施。其次,制定科学系统的训练计划。培训后,授课教师更好地理解教材、科学合理地实施教学组织与方法,制定具体实施方案,推动武术段位制在学校的开展。

分级制是区别于段位制的一种学校内部激励制度。根据学生技术学习情况划分成不同等级,制定出循序渐进的等级标准。学生通过校内考核,达到标准就进入相应级别的制度。传统武术课教学中,教师按部就班的教授套路,学生视而不见,勉强的跟做动作,左顾右盼的看热闹。每堂课都千篇一律,没有激励机制和明确学习目标,学生也没有兴趣。因此,制定等级分层标准,可以让学生带着目标学,按着标准练,可以引领着学生主动的去练习。分级制的实施首先制定级别标准。这些标准要根据学生学习实际情况制定,把所有参与武术学习的同学分布到各个级别中。然后,规定出多个考级的时间,给学生考入上一级创造条件。同时,要制定奖励制度。每升一级,都要给学生授予相应等级的证书、徽标等,这样可以激发学生的习武热情和自豪感。做为一种激励机制,把课程目标细化为多个层次,学生可以一步一步的向上进阶,有助于激发

学生学习武术的热情,有利于激发学生积极求胜的斗志,有利于启发与提高学生新时期民族精神。分级制的实行对教师提出更多要求,如对学生基础要掌握清楚,学生进步幅度,每次的进级考核评价等,建立完善的保障机制非常重要,这需要教师要付出更多努力。

### 2.2 武术课堂引入音乐元素

武术的套路学习是枯燥的,反复的练习同一个动作即考验学生自我把控能力,也考验教师的课堂管理能力。当代大学生喜欢时尚元素,喜欢有音乐的生活节奏,武术课也应跟上时代发展步伐,在课堂上引入音乐元素,使传统体育与轻快动感音乐结合,调动学生学习积极性,调节武术课堂气氛。

武术课堂重在教育,从武术的悠久历史教育学生要继承优良的传统文化,从武术的内容教育学生要动作舒展大方,做事积极走正路,从武术的精神教育学生要重情讲义,惩恶扬善,不卑不亢。从教育的角度来看,与武术配合的音乐也应该有教育意义的。因此,设计音乐与武术结合的过程,可以参考健美操课程配乐方法。要先固定好武术套路动作,然后选择合适的乐曲与之搭配。在选择音乐时应注意几个原则:首先应是高雅的,主流的音乐,这样才可以与武术厚重和悠久历史相衬;其次音乐应有震撼力,武术动作大开大合,闪转腾挪都透露出武者的气势磅礴,音乐的震撼力可以提升武术的力度和效果;再次,选择的音乐也应该是带着正义感,具有鼓舞人心,积极向上的风格,这与武术的论德重礼,强化民族精神,增加爱国热情相吻合。

### 2.3 课堂增加表演展示环节更新组织形式

传统的武术课堂采用的是教授—练习—考核的教学模式,这样的教学模式陈旧单调,课堂缺少灵活性和可塑性。武术最重要的两个特点就是技击性和表演性,因为有技击性才使其更具有观赏性。在电视媒体上经常有武术表演节目,对于观众来说赏心悦目,对表演者来说是挑战和锻炼。把表演环节转移到武术课堂上,即增加了练习次数,又使课堂变得灵活多变。把情感、价值观的教育通过表演环节传递到学生行动上,渗透到思想里。学生通过表演提高了完成动作质量,锻炼心理素质,提高表现力和合作能力;观看表演的同学可以从中发现美好,受到鼓舞,得到教育。

以套路学习为例,教师教授动作并组织学生练习后,安排学生进行分组演练环节。每一组自主讨论决定组织队形和套路变换方式,队形可以是一字形,锥子形,方阵形等。一组的表演可是学生同时

出场,也可以是递进式增加人数等。学生上场前,从抱拳礼开始,至礼毕止要一气呵成。其他组成员进行观摩并做评价。除了教学内容的表演,还可以进行自学武术表演。学生将课外学习的动作表演给同学的过程就是扩大武术传播的过程。从实践中看,表演环节对于学生锻炼意义是巨大的。通过锻炼,把效果较好的团体推荐到课外,如联欢会、运动会等大型场所,建立起课内外教学的有效连接。

#### 2.4 以赛促学弘扬武术精神

武术精神的传播需要媒介,单纯的依赖教师语言灌输达不到目的。中华武术的优良美德在技击的过程中进化和发展。因此,在和平的年代,移植古代的技击环境,搭建比赛平台,实现武术文化和精神教育是一条有效通道。同时,比赛也是武术学习转向实践的过程,只有让学生感受到学习的意义,才能彻底的激发学生学习的动力。高校的武术比赛应与建设校园体育文化相关联,每次设立一个主题并进行宣传,在整个校园内刮起尚武精神和强劲意志的旋风。创设好比武氛围,从内容、形式等方面入手,制定好比赛规程。比赛形式可以分级进行,把学生分成不同等级,同一等级间进行比赛,成绩好的队员可以升到上一级别里。还可以设置擂台赛、精英赛、表演赛等。比赛中设立级别称号,例如宗师、武馆馆长、帮主、侠客等,并配以相应的证书和奖励。

比赛可以作为教学方法,也可以是促进全校武术整体水平的活动形式。为了与武术课结合更紧密,组织的比赛内容可以根据课上学习情况进行组织,如设立单项技术挑战赛、群体配合的团体赛、改变动作顺序的创意赛等。这些比赛避免了参赛人数少,普通武术课学生水平低参加不了的弊端,能够调动学生参与热情,推动武术整体水平进步。

#### 2.5 充分发挥武术协会的职能和价值

中华武术博大精深,体育课堂教学时数有限,想把浩瀚的武术文化有效的传递给学生,必须开辟更多的教学空间。高校武术协会是一个重要阵地,可以实现课堂的有效延伸。武术协会属于学生社团组织,由学生自己组织活动,活动内容也相对灵活,学生可以组织传统武术的观摩,武术影视的欣

赏;对武术传统文化的引导,组织武术历史和文化方面的演讲,武林大侠的传奇小说等;武术动作的实践演练;团体凝聚力的构建等方面,都是武术协会特有的优势。中国武术素有重礼节、讲礼法的传统。“学拳先习礼”、“为武师,须教礼”等思想引导着习武者的行为规范。武术协会就是一个小小的江湖,每个成员都要面对彼此关系和现实与传统矛盾的冲击。在这里可以锻炼学生社交礼仪,尊重对手等德行规范,对于学生精神世界的引导有突出的作用。参与武协的同学在回到武术课上时,可以把武协的见闻和感受讲述给同学们,把技艺传授给同学们,文化的渗透和技巧的传播实现了武协与课堂的有机结合。

### 3 结 语

高校武术教育发展到目前阶段,面临着教学内容陈旧、教学形式单一及学生行为和思维方式改变等问题,创新武术教学策略势在必行。通过在武术课堂上建立段位制和分级制相结合教学体系;引入音乐元素;把武术课堂表演形式、以赛促学来弘扬武术精神形式、带给学生文化影响的武术协会形式紧密联接起来,形成系统全面的教育机制,创建全面帮助学生进步的实践环境,缓解了当代武术课堂的教育现实困境。而要长期发挥传统武术教育功能,应继续探索更新教学内容与形式,发挥高校课程体系间的协同作用,推动武术教育发展。

#### 参考文献:

- [1] 曾桓辉. 大武术观视角下的学校武术教育再思考[J]. 中华武术研究, 2011(3): 5-7.
- [2] 王 岗. 中国武术“博大精深”之诠释[J]. 上海体育学院学报, 2010(2): 57-58.
- [3] 康戈武, 洪 浩. 我国中小学武术教育状况调查研究[J]. 体育科学, 2009(3): 82-89.
- [4] 李 龙. 中国古代学校武术教育回眸[J]. 山东体育学院学报, 2008(6): 24-26.
- [5] 洪 浩. 武术段位制引入中小学教学必要性研究[J]. 北京体育大学学报, 2010(7): 116-117.