



# 论高校开展传统武术与《段位制》相结合的教学新思路

花妙林

**摘要:** 运用文献资料、专家访谈和综合分析等研究方法,对上海高校体育教学开展传统武术教学存在的问题进行深入探索,并针对现状,提出了高校武术课程教学发展的具体建议和措施。

**关键词:** 高校; 武术; 教学; 思路

中图分类号: G807.01

文献标识码: A

文章编号: 1006-1207(2008)04-0085-03

## New Ideas on Teaching Combining Traditional Wushu with Period Number System

HUA Miao-lin

(Fudan University, Shanghai 200433, China)

**Abstract:** By the methods of documentation, expert interview and comprehensive analysis, the article discusses the existing problems concerning the traditional wushu teaching in Shanghai University PE teaching. In line with the status quo, the article puts forward some suggestions on the development of wushu teaching in the universities.

**Key words:** university; wushu; teaching; idea

## 1 前言

我国各高校相继开设武术课至今已有30年的历史。令人深思的现象是,学生极其喜欢而热门的民族传统体育课程武术项目,近年来备受冷落,陷入学生不愿参与、教师无所事事的境地。尽管这些年来全国各高校乃至社会上的武术专家、拳师热心关注支持,围绕武术课程改革开展了各种不同形式的科研活动与教学活动,然而学生习武锻炼的热情却还是日渐低迷。尤其是近几年来随着外来武技的“入侵”,学生们纷纷投向跆拳道、空手道等项目的练习行列。虽然全国各高校还未将跆拳道等作为正式体育课程开课,但学生们对外来武技的积极踊跃全身心投入已远超中华武术。

高校是文化传播的舞台,大学生是传统文化继承与发展的重要载体。如何将武术这一中华民族的优秀文化遗产发扬光大,是高校武术教学的重要任务与目标。因此,在呼吁高校武术教学应高度重视发展传统武术教学的同时,还应积极开展与《中国武术段位制》相结合的教学模式,促进武术的文化遗产,提升习武者的品行道德,使学生能重新认识、正确了解中华武术所特有的锻炼价值与意义。

## 2 研究对象与方法

### 2.1 对象

上海市部分实施高校武术《段位制》教学的学生

### 2.2 方法

#### 2.2.1 文献资料法

查阅相关传统武术、传统养生、高校武术教学、武术

社团等的不同时期、不同类型的文献资料,对不同年级、性别、项目、层次的习武者的武德素养、传统武术的认知度进行分析。

#### 2.2.2 访谈调查法

根据查阅文献资料的分析比较所得出的结果,向武术专家教授、教师以及学生提出疑问,吸取宝贵意见。

#### 2.2.3 综合分析法

依据文献资料查阅,专家走访及师生访谈,做出自己的分析观点。

## 3 结果与分析

### 3.1 影响高校武术课程教学发展的系列问题

#### 3.1.1 高校武术教材的古板单一,是引发“课程危机”主要因素

课程设置、教材内容、教学手段是高校武术教学中的重要组成部分,它直接影响着武术课程的教学质量、教学效果以及学生武术学习兴趣的培养。武术是中华民族的文化珍宝,有着极其丰富的文化资源,深受广大学生的喜爱。然而,现行高校武术教材内容单调、枯燥,不仅与中华武术丰富的内容不符,而且与现代体育课教学丰富多彩、生动活泼的客观要求也不符。近年来,高校武术教学受到“跆拳道”、“空手道”等外来体育文化冲击,这些冲击客观上影响了学生学习武术的积极性继而引发课程危机。调查数据显示,目前学生对现行的武术课教学内容的不满意率已达47.5%,由于高校武术课程学时短、动作多、难度大,学生对技能掌握程度不满意率达到了59%。调查还发现,在200名学生中对武术课不

收稿日期: 2008-05-11

作者简介: 花妙林(1962-),男,副教授,主要研究方向: 武术教学与训练. Email: mlhua@fudan.edu.cn

作者单位: 复旦大学, 上海 200433



满意的达103人,占总人数的51.5%。此外,对高校武术教学课程设置刻板、教材内容陈旧、教学手段单一的反映尤为强烈,令人忧心的是这种现象已在全国高校武术教学中普遍存在。

### 3.1.2 教师只教自选不会教传统,是造成“师生厌武”主要根源

众所周知,武术教师的执教能力是激发学生学习兴趣,提高教学质量,培养学生终身锻炼能力和意识的重要途径之一。目前绝大部分高校武术师资已趋于年轻化,他们基本来自于各大体育院校。然而,这些年青教师基本上只学过自选套路,对于传统项目与套路基本不会练。少数会练的,也只是曾经为了参加比赛而常年练就一种自编的传统套路。有的甚至纯粹是普通高中考入体育院校的武术专业,只学过五步拳、初级长拳、初级剑术、简化太极拳等。对于传统武术也只是通过课本,在理论上知晓一二。

据调查统计,多年来我国大部分体育院校对开设传统武术课程还未足够重视。上海体育学院在2006年召开过一次关于开展民族传统体育的研讨会。会上,很多专家指出,在师资培养的源头就未能学习和掌握传统套路的真谛,又如何来传授传统武术文化。年轻教师只会规定或自选套路,不懂传统武术就不足为奇了。由于武术课模式单一、攻防技能不突出,学生便感到枯燥难学易忘,教师也产生无心教学的低弱情绪。许多学生因此改选其他课程,教师出于种种原因也放弃了武术教学,改项从事其他体育学科教学。

### 3.1.3 考核欠妥学生个性难突出,是导致“弃武崇道”主要问题

长期以来,高校武术课考试成绩以学期末的“技术考试”为主,这造成师生片面追求考试内容的传授与学习,对每学期仅有的理论课视若不见。更谈不上武术文化的内涵、拳种流派等理论知识的了解。对他们来说武术学习不是体验乐趣、强身健体,而是一种外在的强制行为,只是为了应付考试而已。

其次,普通高校武术课的考核,主要由专项技术、专项素质、身体素质、体育理论及发展能力组成。所占比例大多为30:20:30:10:10。选课时,许多同学因为喜欢而选修武术,但往往考试成绩却不能尽如人意,尤其是武术技能掌握程度的发挥。他们渴望能有一种有益于个性发展,反映功法技能,超越自我能力,弘扬体育文化的考试模式。由于个别考试内容较差而降低整个体育成绩,阻碍个性发展。

因此,许多学生宁愿放弃必修课武术,改项去学生社团学习跆拳道、空手道,原因在于他们跆拳道、空手道这些项目可以通过段、带晋级体现自身价值,能满足“自我鉴定、自我认可”的心理满足。为此,我们调查统计,因不满武术课而参加学生社团学习跆拳道、空手道的人数尽占这些社团学员75%以上。

## 3.2 实施高校武术课程教学发展的具体措施

### 3.2.1 积极引导传统武术进高校,加快创编传统武术新教材

传统武术是最具有民族代表性的体育项目,其在形成、发展过程中蕴涵了丰富的文化背景和人文思想,已成为一种独特的中华民族文化和精神的载体。而高校武术教学正是武

术运动继承、发展、普及的一块重要阵地。据调查,从小学到大学,全国各学校体育课中的武术教材基本雷同,都是经过改编的现代竞技武术套路,如五步拳、初级长拳、初级剑、简化太极拳等。

近年来,作为外来体育文化的“跆拳道”、“空手道”在大学校园里蓬勃发展,这促使高校武术教学快速深入地改革。而高校武术教学的改革,除了教学方法的改善外,更需要从武术教材和教学内容两环节入手。因此,我们更应积极引导传统武术进课堂,通过传授丰富多彩的传统套路、传统功法、传统养生等技能内容,增强武术课的吸引力,使大学生能接触、了解和掌握中华武术的精髓,从而达到传承中华武术文化、培育民族精神、提高学生综合素质的目的。

引入传统武术内容创编新教材,要以培养学生学习兴趣为前提,提高综合素质为目的,遵循高校体育教学原则及大学生身心特点为指导思想;整理与挖掘原有的优秀传统武术套路及技法,将其套路动作的数量及技法的难易程度与《中国武术段位制》晋段形式与标准相结合;创编一套适合现代课堂教学与课外锻炼为形式的,内容充实、风格突出、易学易练的高校传统武术教材体系。

其次,新教材应充分开发与拓展《中国武术段位制》功能,紧密地与课堂教学相结合,设立传统武术套路及技法通段考评办法。应鼓励学生积极通段,使学生在获得相应段位等级的同时,促使他们学习更高层次的技术技能,掌握更新层级的传统功法,了解更深层面的武术文化。

总之,新教材应在项目选择与内容结构上突出文化性、民族性、传统性、攻防性、趣味性、健身性、应用性。让学生们感受到中华武术博大精深,永无止境,培养他们“活到老练到老”的终身锻炼意识与习惯。

### 3.2.2 加强师资传统套路的培训,提高传统拳种的执教能力

据调查统计,目前各高校武术教师绝大部分来自于体育院校,由于这些教师过去长期从事竞技武术运动的训练,对传统武术的技法、拳种、流派、风格特点等了解甚少,这在课程教学过程中会直接影响学生对传统武术的理解,使学习兴趣大减,甚至会产生厌烦情绪。因此,提高武术教师的业务素质,掌握传统武术的演练和教学能力,是目前高校武术教师的当务之急。

因此,定期举办高校师资传统武术的培训活动,对提高教师传统武术执教能力,会有极大帮助。我们可以针对目前高校武术师资现状,组织专家教授、民间拳师,开展一系列传统武术的讲座与交流。如形意八卦、通背、劈挂、象形拳以及传统器械的鞭杆、双拐、短棍等适合高校武术教学内容的研讨与学习,相互交流切磋,进一步提高武术教师对传统武术技能及文化的深入了解。

目前在高校拥有《中国武术段位制》等级的武术教师很少,而《中国武术段位制》主要内容之一就是评价习武者对武术运动的热爱、技术技能的掌握、武术文化的理解。区别于武术运动等级制度,它是传承武术文化、弘扬民族精神的重要举措。因此,应从教师自身做起,通过武术师资培训方式,首先对教师进行武术《段位制》考评,提高他们传统武术文化的修养层次,以及传统武术的鉴赏水平。



再次,将拥有段位等级的武术教师组织起来,设立高校武术《段位制》考评委员会,通过对学通段考评的教学活动,给予他们更进一步提高传统武术鉴赏能力的机会。

### 3.2.3 传统武术结合《段位制》,激发学生终身习武的意识

高校开展传统武术教学,有助于民族文化精神传承,有益于学生身心素质提升。在教育部《指导纲要》的精神下,将《中国武术段位制》考评体系与高校体育教学紧密结合起来,通过武术通段考评教学活动能提高学生“发展能力”的综合素质,能更进一步激发学生中华传统武术热情。具体措施如下:首先,在确立段位考评内容上,将高校课堂传统武术教学内容,根据《中国武术段位制》晋段方式及要求,设立初段位一、二、三段等级范围。再根据高校体育教学特点,凡高校选修武术的及在武术社团学习武术一学期或一学年的学生可申请一段,一学年以上的可申请二段,二学年的可申请三段。

其次,在教学中我们将传统武术武德礼仪列为武术教学主要内容,习武先习德,崇尚武德是习武者的优良品德。通过上课下课师生互行抱拳礼形式,了解武术文化与民族文化含义。尤其在通段考评中行“抱拳礼”动作正确与否直接影响到段位的通过,也就是武德一票否决制。

我们应积极创建传承传统武术的环境,在部分高校设立考评点,每年每学期定期定点进行考评,学生可以在指定时间场所报名通段,甚至可以跨校申请,力争资源共享,开辟第二课堂,提高高校武术教学质量。在通段中,学生将课堂上所学的内容有机会在“公众”面前展示,培养学生勇敢顽强、自立好学、尊师爱友的现代武德思想,弘扬民族精神。

再有,广泛宣传《中国武术段位制》等级制度,积极鼓励学生参与通段教学活动,也是每位武术教师应尽的义务。传授传统武术,加强课外锻炼,搭建通段平台,使学生学到的技术,有机会在教学赛活动中得到充分的展示与认可,实现课内外相结合。更为重要的是学生在获得相应段位的同时,能够满足“自我鉴定、自我认可”的心理需求,起到了“自我提升、自我超越”的激励作用。为此,我们对部分高校实施高校武术《段位制》教学的学生,进行了有关课外锻炼自习及终身体育能力的问卷调查,

结果表明,高校开展武术《段位制》教学,完全可以提高学生对养成课外锻炼自习、培养终身体育能力的认知度。因此,高校开展传统武术与《段位制》相结合的教学,不仅拓展了高校武术教学的功能,更有助于培养学生终身锻炼的意识和习惯。

## 4 结论

4.1 导致高校学生弃武崇道的原因是高校武术古板单一教材。积极创编高校传统武术教材,激发与传承中华武术文化,培育与弘扬民族精神迫在眉睫。

4.2 开展高校传统武术师资培训,聘请专家教授、民间拳师切磋交流,提高教师传统武术的执教能力,以满足当代大学生不断进取的心理特点。

4.3 积极鼓励通段教学活动,将课堂教学内容有机的与《段位制》相结合,拓展学生发展能力,开辟第二课堂。激发学生习武进取性和培养终身锻炼的意识。

## 参考文献:

- [1] 《中国武术段位制》编写组. 中国武术段位制[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 1997.
- [2] 骆红斌. 普通高校武术教学改革初探[J]. 浙江体育科学, 2000 (2)
- [3] 王代波. 对高校武术教学活动的思考[J]. 武汉体育学院学报, 2002 (2)
- [4] 张建雄, 等. 更多民族传统体育项目走进高校的战略思考[J]. 武汉体育学院学报, 2004 (6)
- [5] 王根法. 普通高校武术教学现状及发展对策的研究[J]. 湖北体育科技, 2006. 5
- [6] 花妙林. 高校武术“段位制”教学提升大学生民族精神的新理念[J]. 上海体育学院学报, 2006 (8)
- [7] 温佐惠. 论民族传统武术进入高校武术课教学的探讨[EB]. 太极拳网, 2007. 8

(责任编辑: 陈建萍)