

辅导团队，关注女生的心理需求，提供相应的心理咨询和辅导服务，帮助她们建立积极的自我形象和身体认同感。

基金项目：2022年广东建设职业技术学院课题项目：广州市高职院校女生体育锻炼行为特征及影响因素研究——基于锻炼行为生态学模型分析（课题编号：KY2022-78）。

**[参考文献]**

[1] 阮湘程. 基于跨理论模型下高职院校学生体育锻炼行为养成[Z]//广东省教师继续教育学会. 广东省教师继续教育学会教师发展论坛学术研讨会论文集(三). [出版者不详], 2023: 5.

[2] 黄越, 吴亚婷. 中国式现代化视域下家庭体育锻炼行为多维影响因素探析[J]. 南京体育学院学报, 2023, 22(7): 33-43.

[3] 李佳川, 吴珣, 魏瑶, 等. 健康中国行动背景下我国青少年体育生活化促进方略探究[J]. 吉林体育学院学报, 2021, 37(2): 1-8.

作者简介：赵颖（1994—），女，汉族，河南洛阳人，硕士，助教，广东建设职业技术学院，研究方向：体育教育训练学；\*通讯作者：李浪光（1986—），男，汉族，广东广州人，硕士，助理研究员，广东建设职业技术学院，研究方向：体育教学与训练研究工作。

# 高中武术教育的现状与发展路径研究

李庆波<sup>1</sup> 文芬琴<sup>2</sup>

1 华中师范大学附属息县高级中学, 河南 信阳 464300

2 长江大学, 湖北 荆州 451199

**[摘要]** 本篇文章以高中武术教育为切入点, 探讨了武术文化的传承与发展问题。首先, 分析了武术的作用与意义, 指出了武术具有弘扬民族传统文化、促进学生身心健康发展、促进学校体育改革等多重功能。其次, 梳理了高中武术教育的现状与问题, 研究发现: 高中武术教育存在着培养目标不明确、课程设置不合理、教学内容单一、教学方法落后、教师素养不高、评价方法不科学等问题。最后, 提出了高中武术教育的改革与创新对策, 建议从加强武术文化的教育、重构课程体系、丰富教学内容、创新教学方法、提高教师素养水平、完善武术教育评价体系等方面, 加强高中武术教育的质量与效果, 实现武术文化的有效传承与发展。

**[关键词]** 高中武术教育; 传承与发展; 改革与创新

DOI: 10.33142/jscs.v3i6.10823

中图分类号: G85

文献标识码: A

## Research on the Current Situation and Development Path of High School Martial Arts Education

LI Qingbo<sup>1</sup>, WEN Fenqin<sup>2</sup>

1 Xixian Senior High School Affiliated to Central China Normal University, Xinyang, He'nan, 464300, China

2 Yangtze University, Jingzhou, Hubei, 451199, China

**Abstract:** This article takes high school martial arts education as the starting point to explore the inheritance and development of martial arts culture. Firstly, the role and significance of martial arts were analyzed, and it was pointed out that martial arts have multiple functions such as promoting national traditional culture, promoting the physical and mental health development of students, and promoting school physical education reform. Secondly, the current situation and problems of high school martial arts education were reviewed, and the study found that there are problems with unclear training objectives, unreasonable curriculum design, single teaching content, outdated teaching methods, low teacher literacy, and unscientific evaluation methods in high school martial arts education. Finally, reform and innovation strategies for high school martial arts education were proposed. It is suggested to strengthen the education of martial arts culture, reconstruct the curriculum system, enrich teaching content, innovate teaching methods, improve teacher literacy, and improve the evaluation system of martial arts education, in order to enhance the quality and effectiveness of high school martial arts education and achieve effective inheritance and development of martial arts culture.

**Keywords:** high school martial arts education; inheritance and development; reform and innovation

### 引言

随着我国社会经济的快速发展和国际地位的不断提升, 我国政府和社会对武术的重视程度也日益提高, 武术作为一项国家级非物质文化遗产, 已经成为我国文化软实力的重要体现。近年来, 我国出台了一系列关于武术的政策文件, 2015 年, 武术被纳入“七大校园教育运动项目”之一, 此举旨在推动学校武术教育的蓬勃发展, 但实践结果收效甚微, 学校武术甚至被认为是“名存实亡”, 虚无缥缈<sup>[1]</sup>。2018 年体育总局等多部门联合下发《青少年体育活动促进计划》, 明确要求“各地应充分利用江河湖海、山地、沙漠和草原等独特的自然资源优势, 开展符合青少年身心特点的体育活动, 着力打造以田径、游泳、篮球、排球、乒乓球和武术等项目为主的全国体育传统项目学校联赛”<sup>[2]</sup>。2019 年, 多部门关于印发《武术产业发展规划(2019-2025 年)》, 指出要“大力推进并创新武术进校园活

动”, 为武术教育的发展和传承提供了有力的指导和保障。

高中阶段是学生身心发展的关键时期, 也是培养学生综合素质和国家人才的重要阶段, 高中武术教育不仅可以提高学生的身体素质和运动技能, 更可以传播和弘扬武术文化, 培养学生的民族自豪感和文化自信, 增强学生的爱国主义精神和社会责任感, 促进学校体育改革和发展。

### 1 武术的作用和意义

#### 1.1 武术是传承和弘扬中华优秀传统文化的重要途径

武术作为中华民族卓越的文化遗产, 是中华文明的重要组成部分。它不仅包含丰富的身体技巧和技艺, 还深刻地融合了中华民族的思维方式、价值观念、情感体验、审美情趣、文化认同等多元文化元素<sup>[3]</sup>。武术教育作为武术文化的重要组成部分, 扮演着传播和发展武术文化的关键角色。首先, 通过向学生传授武术的技术和文化, 有助于学生继承和弘扬武术的杰出传统, 维系其充沛活力和吸引

力,使武术文化能够代代相传,不断焕发新生;其次,通过向社会展示和推广武术的成就和价值,有助于吸引更多关注和支持,为武术文化的广泛传播和不断弘扬创造了有利条件;此外,通过向学生传授武术的历史、理论、技巧、规则、礼仪等多方面知识,可以激发学生感受和体验武术的魅力和精神,提高学生的文化素养和文化自信。除此之外,武术教育还有助于促进学生对中华文化的认同和热爱,增强学生的自豪感和归属感,激发学生的创新意识和创造力,为中华文化的创新和发展贡献力量。

### 1.2 武术是培养学生身心素质和爱国精神的有效手段

武术作为中华民族重要的传统体育项目,对学生的综合素养发展具有重要意义。首先,武术是一种全面的身体锻炼,有助于提高学生的体力和耐力,增强学生的协调性和灵活性,预防和减少各种健康问题的发生;其次,武术还扮演着心理训练的角色,可以培养学生的意志品质和情绪管理能力,增强学生的自信心和自我控制力,有效调节学生的心理压力和情绪波动,促进学生的心理健康发展;此外,武术还具备道德教育的功能,有助于传承和弘扬武术的核心价值观,如忠孝仁义、礼法廉耻、勇敢正直、谦虚谨慎等,教育学生尊师重道、尊重他人、团结协作、奉献社会,培养学生的道德情操和社会责任感。除此之外,武术教育还可以激发学生的爱国情怀,使学生认识到武术是中华民族的珍贵传统,是民族精神的具体体现,也是国家荣誉的象征。它教育学生以武术为傲,以国家为傲,以民族为傲,激发学生为国家和民族的繁荣富强而努力奋斗的动力。

### 1.3 武术是促进学校体育改革和发展的有力支撑

武术是一种独特的体育项目,具有鲜明的民族特色和文化内涵,是体育教育的重要内容和载体。首先,武术教育可以丰富和拓展学校体育的教学内容和形式,满足学生的多样化和个性化的体育需求,提高学生的体育兴趣和参与度,促进学生的体育学习和终身体育的形成;其次,武术教育还可以与其他学科进行跨学科的融合和互动,如与语文、历史、美术、音乐等学科进行文化交流和创新,与数学、物理、生物等学科进行科学探究和实践,与思想品德、心理健康、社会实践等学科进行价值引导和素质培养,提高学校体育的教育功能和社会效益;此外,武术教育还可以推动学校体育的教师队伍建设和教学改革,提高教师的武术专业水平和教学能力,探索和创新武术教学的目标、内容、方法、评价等方面,构建和完善武术教育体系。

## 2 高中武术教育的现状与问题

### 2.1 武术教育的目标不明确

武术教育的目标是指武术教育所要达到的预期效果,是武术教育的出发点和归宿,是指导武术教育的内容、方法和评价的依据。目前高中武术教育的目标缺乏明确性和针对性,往往模糊地表述为“传承和弘扬武术文化”“提

高学生的身体素质”“培养学生的综合能力”等,没有具体地分析和考虑高中阶段学生的特点、需求和发展,也没有结合武术教育的特性和规律,制定出具有可操作性和可评价性的目标。这导致了高中武术教育缺乏明确的方向和依据,难以实现有效的教学。

### 2.2 武术教育的内容不丰富

武术教育的内容是指武术教育所涉及的知识、技能、情感、态度、价值观等方面,是武术教育的核心和灵魂,是实现武术教育目标的主要手段。武术不是以套路、散打、功法等单个项目形式存在,而是以多种活动形式综合存在的一个有机体<sup>[4]</sup>。目前高中武术教育的内容过于单一和刻板,主要以武术套路为主,忽视了武术的理论、文化、健身、对抗等方面,也没有充分利用武术的多样性和灵活性,结合学生的兴趣和特长,开发和创新适合高中阶段学生的武术教育内容。这导致了高中武术教育缺乏吸引力和趣味性,难以激发学生的学习兴趣 and 动机。

### 2.3 武术教育的方法不灵活

武术教育的方法是指武术教育所采用的教学方式、手段和策略,是实施武术教育的工具和桥梁,是影响武术教育效果的重要因素。目前高中武术教育的方法过于传统和固定,主要以教师讲授、示范、指导为主,学生模仿、练习、复习为辅,缺少了学生的主动参与和互动交流,也没有充分运用现代信息技术和多媒体手段,丰富和拓展武术教育的形式和渠道。这导致了高中武术教育缺乏活力和创新,难以调动学生的学习积极性和主动性。

### 2.4 武术教育的评价方式不科学

武术教育的评价方式是指对武术教育的质量和效果进行系统地分析和判断的方法。目前高中武术教育的教学评价的目的和意义不够清晰和明确,将评价作为一种形式和任务,教学评价的内容和方式不够全面和多样,过分重视武术的技术和成绩,忽视了武术的过程和效果,教学评价的结果和反馈不够及时和有效,过分强调武术的奖励和惩罚,忽视了武术的激励和改进。这导致了高中武术教育存在着较大的不规范,难以反映学生学习的真实质量和效果。

### 2.5 武术教育的师资不足

武术教育的师资是指从事武术教育的教师,是武术教育的主体和推动者,是保证武术教育质量的关键因素。目前高中武术教育的师资严重不足,不仅数量上不够,而且质量上不高,目前,在中小学武术教师构成中,一般体育教师的比例高达70.8%,而这些体育教师在大学期间的专项只有15.9%的人是武术专项,65%的人在大学的专项是田径和球类<sup>[5]</sup>。很多教师没有专业的武术教育背景和资质,也没有系统的武术教育培训和更新,对武术的理论、技术、文化、教法等方面缺乏深入的了解和掌握,也没有形成自己的教学风格和特色。这导致了高中武术教育缺乏专业性

和权威性，难以提高学生的学习效果和水平。

### 3 高中武术教育的改革与创新对策

#### 3.1 重构课程体系

武术教育定位于单一的学校体育课程，过度的体育化追求致使武术教育价值的严重缺失<sup>[6]</sup>。高中武术教育的课程体系应该符合学生的身心发展规律，体现武术文化的多元性和开放性，与其他学科和社会实践相互衔接，实现武术教育的系统性和连贯性。具体可以从以下几个方面重构课程体系：

一是确立武术教育的核心目标。武术教育的核心目标是培养学生的武术技能和素养，同时也是培养学生的德智体美劳全面发展的重要途径。武术教育的核心目标应该围绕“立德、增智、强体、育美、尚劳”这五个方面，明确武术教育的价值取向和教育功能。

二是制定武术教育的课程标准。武术教育的课程标准是指导武术教育的基本依据，是评价武术教育的基本准则，是保证武术教育质量的基本保障。武术教育的课程标准应该根据武术教育的核心目标，制定不同年级段的武术教育的内容、要求、方法、评价等方面的具体规范。

三是选择武术教育的课程内容。武术教育的课程内容是武术教育的具体实施内容，是武术教育的灵魂所在，是武术教育的核心竞争力。武术教育的课程内容应该根据武术教育的课程标准，选择适合学生的武术技艺、武术理论、武术精神、武术艺术、武术制度等方面的内容，体现武术文化的传统性和创新性，反映武术文化的地域性和国际性。

#### 3.2 丰富教学内容

高中武术教育的教学内容应该突出武术文化的内涵和特色，充分展示武术文化的魅力和影响力，激发学生的学习兴趣 and 爱好，提高学生的文化素养和认同感。具体可以从以下几个方面丰富教学内容：

一是引入武术文化知识。武术文化知识是武术文化的理论基础，是武术文化的思想内核，是武术文化的精神支柱。在武术教育的教学内容中引入武术文化的历史渊源、流派特点、名家风采、经典著作、文化象征等方面的知识，让学生能更加了解武术文化的发展脉络和文化价值。

二是融入武术文化精神。武术文化精神是武术文化的精髓所在，是武术文化的灵魂所系，是武术文化的生命力所在。在教授武术动作的同时更应注重武术礼仪、武术精神、武术文化的隐性教育内容的传授，注重培养学生刚健自强的民族精神，让学生感受武术文化的人文关怀和社会责任<sup>[7]</sup>。

三是展示武术文化艺术。武术文化艺术是武术文化的表现形式，是武术文化的审美体现，是武术文化的传播途径。因此，武术教育的教学内容应该展示武术文化的动作美、音乐美、服饰美、器械美、场景美等方面的艺术，让学生欣赏武术文化的美学风格和艺术魅力。

#### 3.3 创新教学方法

高中武术教育的教学方法应该适应学生的学习特点和需求，体现武术教育的教学规律和特点，实现武术教育的教学效果和目的。具体可以从以下几个方面创新教学方法：

一是运用多元化的教学方法，如情境教学、游戏教学、合作教学、探究教学等，根据不同的教学目标和内容，选择适合的教学方法，让学生在不同的教学情境中，体验不同的教学乐趣，培养不同的教学能力，提高不同的教学效果。

二是运用信息化的教学手段，如网络教学、多媒体教学、虚拟现实教学等，利用现代信息技术，拓展教学资源，丰富教学形式，增强教学互动，提升教学质量，让学生在信息化的教学环境中，获取更多的武术教育的信息和知识，感受更多的武术教育的魅力和影响。

#### 3.4 完善评价方式

高中武术教育要建立和完善武术教育的评价体系和机制，科学和合理地评价学生的武术学习和活动的效果和水平，给予学生及时和有效的反馈和指导，激发和促进学生的武术学习和进步。具体可以从以下几个方面完善评价方式：

一是采用定量与定性相结合的综合评价方法，不仅考察学生的武术技能水平，还要考察学生的理论、武德、礼仪、文化、心理等方面的素养，以及学生的武术态度和行为，以过程性评价为主，结果性评价为辅，以促进学生的全面发展为目的，体现武术教育的全面性和育人功能。

二是建立科学、操作性强的发展性评价指标体系，根据不同的武术项目和内容，制定相应的评价标准和方法，使评价结果更加具体、客观、公正。

三是引入多元化的评价主体和方式，除了教师的评价外，还要充分发挥学生的互评、自评作用，增加学生的参与度和主动性，同时鼓励家长、社会等多方参与评价，形成多维度的评价视角。

四是利用信息技术和人工智能等手段，提高评价的便捷性和精准性，通过网络平台、智能设备等方式，实现对学生的武术技能、健康状况、学习过程等的实时监测和反馈，为教学改进和学生发展提供数据支撑。

#### 3.5 提高教师素养

教师是履行教育教学职责的专业人员，承担教书育人，培养社会主义事业建设者和接班人、提高民族素质的使命<sup>[8]</sup>。高中武术教育的教师素养是武术教育的重要保障和核心力量，提高教师综合素养，是武术教育改革与创新的关键环节。具体可从以下几个方面进行改进：

一是提高教师的专业素养。通过相关培训，使教师具备扎实的武术理论知识和技能，了解武术教育的课程标准和教学大纲，掌握武术教育的教学方法和评价方式，能够根据学生的特点和需求，设计和实施有效的武术教学活动，提高教学的效果和质量。