

# 高职体育专业武术教学研究

王晨旭

(河南工业大学, 河南 郑州 450000)

**摘要:**随着社会的发展和进步,高职教育在教育体系和社会发展中发挥着重要的作用。不仅培养学生的技术技能,还可以通过教学改革,提升学生的综合素质。然而,在高职体育教学中,高职院校在传统文化的融入方面还略显不足。民族传统武术作为中国文化的重要组成部分,具有悠久的历史 and 深厚的底蕴,是促进学生全面发展的重要基石。基于此,本文将对高职体育武术教学的可行性和意义进行分析,探讨体育武术教学的具体路径,以期对高职体育教育的改革与发展提供一些意见和思考。

**关键词:** 体育专业; 武术教学; 高职院校

在课程改革背景下,教学内容的丰富和教学模式的创新,对于高职院校的发展和学生的培养具有重要的现实意义,在体育专业教学中,体育教师除了讲授一些基础课程外,还应通过多元化的课程内容和课程形式,加强对学生的思想意识和价值观念的培养。在高职院校体育课程教学中加入武术课程,不仅可以引导学生积极传承和发展武术运动,还可以有效提高学生综合素质,以此推动教学改革基础。在新时代教育体系下,教师应当结合学生的身体素质、运动情况、实际需求和体育学科特点开展武术教学,以促进高职体育教学改革和创新,从而进一步实现学生和学校的共同发展。

## 一、高职体育专业武术教学的可行性分析

### (一) 武术课程包容性较强

作为中华优秀传统文化的重要组成部分,武术中蕴含了丰富的古人思想和价值观念,是高职院校开展育人的最佳途径。传统武术作为中华优秀传统文化的瑰宝,不仅承载着强身健体的实用功能,更蕴含着深厚的哲学思想和中医养生理论,其独特的魅力在于身心的和谐统一,以及对个体差异性的尊重与包容。传统武术形式多样,高职院校教师应根据学生的兴趣和身体素质条件,开设多样化的武术课程,以满足不同学生的需求。同时,教师可以根据学生的实际情况,调整课程难度和运动量,确保每个学生都能在安全、舒适的环境中学习。

### (二) 传统文化被重视

随着民族文化的复苏,我国意识到传统文化对于社会发展的重要性,并着手开展民族文化的整理和挖掘工作。其中,在武术这一领域,我国取得了显著的成果。武术文化不仅体现在各个理论资料和书籍上,还被列入非物质文化遗产之中,这使得传统武术被社会各界广泛关注。随着全球化的深入发展和文化多样性的日益凸显,武术作为中华民族的文化瑰宝,其价值和意义更加凸显。高职院校体育教学作为传承与发扬传统武术文化的重要途径,肩负着培养学生身心素质、传承民族文化和弘扬民族精神的重要使命。将武术教学融入体育教育之中,不仅符合当前教育改革和体育课程改革的发展趋势,也是响应国家号召、传承优秀传统文化的具体体现。

### (三) 教育环境优良

高职院校能够为传统武术的发展提供良好的环境,主要表现在以下几点:首先,目前,随着国家加大对教育的投入力度,高职院校逐渐具备了较为完善的体育设施,其中包括室内、室外运动场地、体育器材,体育休养所等等,这些基础设施为武术的发展提供了良好的条件;其次,高职院校的学生正处于青春期阶段,他们的思想和行为较为活跃、接受新鲜事物和知识的能力较强,

对传统武术的接受性较强,在教师的指导下,可以完成对武术课程的相关学习和深入了解,并在一段时间的学习和接触后,可以有效掌握武术的内涵和精髓;最后,作为我国教育体系中的一部分,高职院校拥有先进、丰富的教学资源,比如各式各样的图书以及网络教育资源,能够为学生的发展和武术的传承提供强有力的支撑;此外,高职院校体育教师有着优秀的文化素养和专业技能,不仅可以有效开展武术教学,还能够培养学生的传承精神,从而实现传统武术的创新发展。

## 二、高职体育专业开展武术教学的意义

### (一) 有利于培养学生综合素质

根据高职院校的社会属性可知,其主要是以培养专业技能强、实践操作规范的应用型人才。在日常体育教学中,除了一些传统的教学模式外,教师应不断更新教学理念,创新体育教学模式。具体而言,体育教师要根据体育课程的特点和实际需求,采用多样化的教学手段,如情境教学法、互动教学法、合作式教学法等等,以全面培养学生的体育素质。同时,武术不仅仅是一种体育运动,更是一种历史文化底蕴和哲学思想。除了基础的拳法、腿法、器械等技能训练外,教师还应融入武术理论、武术礼仪、武术哲学等内容,让学生在习武的同时,也能领略到中华文化的博大精深,从而激发他们的文化自信和民族自豪感,以此提升学生的综合素质。此外,教师需要根据学生多元化发展需求,积极拓展教学内容和教学素材,用更加生动、丰富的教学内容激发学生积极性和主动性,促使学生树立起终身体育意识,培养他们的综合素养。

### (二) 有利于推进教学改革进程

目前,随着教育的不断深入,改制院校转变育人路线,并为学生创设更加丰富、有效的学习氛围和环境,以更好地满足社会对高质量人才的需求。在目前的教育体系下,传统的教学模式已经不能满足学生的实际需求。因此,高职院校需要积极推进教育改革,勇于打破传统教学模式下教师作为主导者、学生成为被动者的弊端。从教育特点来看,高职院校的教学任务和教学目标是培养应用型和技能型学生为主,促使学生在掌握一定的知识和技能后可以得到一份优秀的行业岗位。然而,在新时代教育体系下,高职院校应该以培养高质量、复合型人才为主要任务,以促进教育改革的实现。

一方面,教师需要结合社会需求和学生的发展方向,对体育教育课程进行创新、调整、完善和优化,推动体育教育朝着多元化方向发展。在新课程改革背景下,高职院校的体育教学改革更加注重学生的个性化发展需求。另一方面,武术教学作为一种多样化的运动形式,能够满足不同学生的兴趣和需求。通过提供多

种武术流派和风格的学习选择,学生可以根据自己的兴趣和特长进行个性化发展,从而在体育学习中找到归属感和成就感。总而言之,在高职院校体育教学中融入武术元素,不仅丰富了高职体育教学的课程内容和教学形式,还可以推动学生向多元化发展,从而实现教育改革目标。

### (三) 有利于学生传承民族文化精神

武术是中国民族文化的重要组成部分,其中包含着古人智慧、民族精神和人文精神。武术动作不仅仅可以强身健体,还可以修养身心。在中华民族的精神传承中,武术发挥着不可忽视的重要作用。武术中蕴含着深厚的民族文化和民族精神,包括“爱国情怀”“侠义精神”等。高职院校作为高等教育体系中的一部分,在培养高质量人才、推进社会主义现代化建设等方面起着至关重要的作用。高职院校的学生正处在关键时期,在这个阶段,学生的价值观、思想意识和身体素质已经趋于成熟。在高职院校体育教学中融入武术元素,还能够实现德育、体育、智育、美育的有效结合。武术教学不仅注重学生的身体素质和运动技能的培养,更强调对学生品德、智慧和审美能力的综合提升。通过对武术的学习,学生可以学会尊重师长、团结同学、勇于拼搏等优秀品质;同时,武术动作的协调性和美感也能提升学生的审美能力和艺术修养,可以潜移默化地对学生的思想和行为产生积极影响,提高学生的文化认同感,实现传承优秀民族精神、民族文化的育人目标。

## 三、高职体育专业武术教学的开展路径

### (一) 丰富教学内容,激发学生兴趣

武术不仅是一项强身健体的运动,更是传承民族文化、培养民族精神和道德品质的有效途径。高职院校需要意识到武术融入体育教学中的重要性,并积极转变教育观念,利用武术培养学生的综合素质。同时,通过武术教学,教师可以全面提升学生的综合素质,促进他们身心、心理健康发展,为社会培养更多高质量和高素质的优质人才。基于此,首先,教师应当不断丰富武术教学内容。我国武术的类型较多,如太极拳、咏春拳、少林拳等,教师需要深入了解不同类型运动的特点,以及演示不同运动的教学效果,提炼出最适合学生的方式和内容。同时,由于高职院校学生具有较大的差异性,因此在选择武术教学形式时,教师需要根据学生的兴趣、基础和身体素质选择合适的武术项目进行教学。这样既能满足学生的个性化需求,又能提高教学的针对性和有效性。其次,由于部分学生体育基础较差,并对武术运动不甚了解,学习起来较为困难。对此,在开展教学时,教师应当将内容进行分层。通过对学生进行调研,教师可以了解到他们的体育基础和兴趣爱好,选择合适的教学内容;对于零基础的学生,教师需要选择一些基础类的教材;对于有一定基础的学生,教师则可以教授更复杂的战术。此外,在选择武术教学内容时,教师需要注重趣味性和实用性的结合。通过设计趣味性的教学环节和实战模拟练习,激发学生的学习兴趣与参与热情,确保教学内容具有实用价值,帮助学生掌握一项有效的强身健体技能。

### (二) 加强师资建设,增强教学能力

教师在教育过程中起主导作用,是教育工作的组织者和领导者。不仅负责传授知识和技能,更是培养学生综合素质,促使他们全面发展的引导者。体育教师的职责是负责教授学生体育知识和技能,培养学生的身体素质和协作能力。然而,部分体育教师由于自身课程量较少,课程内容较为简单,从而对专业能力和职业素养的提升产生了怠慢的心理,这对体育课程教学产生了不利的影响。因此,高职院校应当加强师资建设,强化教师的专业能

力和职业素养,从而进一步提高教学质量。具体来讲,一方面,高职院校应定期组织体育教师进行培训和学习。比如高职院校可以鼓励教师参与大型武术竞赛的筹备与执行工作,通过实战经验积累提升教学能力。同时,可以引导并支持体育教师再度学习,如参加武术专业进修班、体育教学研讨会等,以便深入学习最新的武术理论、教学方法和科研成果。另一方面,高职院校应根据学生的兴趣、需求以及体育课程特点,有针对性地引入不同武术流派的教师,如太极拳、咏春拳、少林拳等,丰富武术教学的内容体系,推动武术教学高效发展。

### (三) 创新教学形式,提高教学质量

#### 1. 开发网络课程资源

在新时代背景下,高职院校应当积极开发网络课程资源,以促进武术教育高质量发展。一是拍摄微视频。教师可以通过图像、动画、游戏、VLOG等多种方式,使得课程知识更加生动、直观,从而帮助学生掌握武术知识和技能。二是建设专题视频库。专题视频库应涵盖各武术流派的基础技能到高级训练方式,以满足不同学生的兴趣和需求。三是开发网络测试题库。在开发和建设过程中,教师应当全面分析各个知识点,使得题库涵盖武术教学的各个方面,包括理论知识、技术动作、实战应用等。四是搭建网络互动交流平台,通过互联网平台,教师可以设立专门的线上答疑板块,邀请专业教师或资深爱好者为学生解答疑问。五是开发微课程,在武术教学过程中,教师可以引导学生使用各种移动终端设备,如手机、平板电脑等,确保学生提升自主学习能力。

#### 2. 实施翻转课堂教学模式

在高职院校传统教学模式中,教师往往是教学的主导者,采用单一的教学方法,难以激发学生的学习兴趣,从而使得教学效果大打折扣。为了更好地推进教育改革进程和学生的实际需求,高职院校体育教师应当积极开发和创新教学模式,为学生创设多样化的教学环境。因此,在高职院校武术教学中,教师口语利用在线网络平台,实施翻转课堂教学模式。同时,教师应当发挥翻转课堂教学模式的优势,将其融入武术课堂教学中。教师应根据高职体育教学体系和学生的认知特点,有针对性设计武术教学计划,为翻转课堂的融入提供坚实有力的基础。例如,在开展教学之前,教师可以提前按照教学计划,将学习任务、教学资源以及教学课件上传至平台上,让学生在课下根据资料自主预习。同时,学生在进行自主预习或复习后,会产生问题和疑点,这时,可以利用网络平台,向教师在线寻求帮助;教师也可以通过视频、聊天软件等平台,帮助学生解答疑问、解决问题。

#### 3. 丰富多媒体教学内容

高职院校应充分发挥多媒体技术优势,丰富教学内容。一是采用动画技术模拟武术动作。高职院校体育教师通过多媒体平台,可以为学生展示武术的技术分解视频和训练方式,强化学生的记忆力。二是开展多样化学习手段。在学生掌握一定知识和技能后,教师可以带领学生制作一些宣传内容,如微视频、短视频、纪录片等。三是建设多媒体课件库。通过利用信息技术,高职院校可以为体育专业建设全方面的资源数据库,维持师生提供丰富素材,促使教师在多样化的资源中提高教学质量。

### 参考文献:

[1] 张平宇. 高校武术与民族传统体育专业大学生所需综合能力的调查研究[J]. 当代体育科技, 2023, 13(35): 128-131.