

浅谈武术在学校教育中的社会意义

钱建琦

(湖南省涟源市杨市镇中心学校 湖南 涟源 417124)

摘要：五千年中华文明，有着璀璨的文明历史，中华武术以其博大精深，源远流长而闻名于世界，它既有着独特的角斗、健身技巧，又有着神奇的理论基础，武术，它是中华民族文化的重要传承，又是培养和弘扬民族精神的重要载体，所有这些，是其他体育运动无法替代的，所以，武术是我们中国人的骄傲，也是我们的国术。

关键词：武术；文明历史；民族精神

引言

自达摩面壁而创立少林拳开始，武术就以其深厚的理论和实用的技巧相结合而面世，上世纪初，伟大的民主革命先行者孙中山先生就提出，学武是为了“强种保国”，中国的拳勇与西方的飞机大炮有同等作用，处于竞争剧烈的时代，不求自卫之道，则不适于生存。这些真知灼见，不仅字里行间洋溢着爱国主义情操，也说明了青少年时代习武健身的重要性。

一、武术的教育价值

武术作为中华民族的重要的文化传承，无论其锻炼方法和理论原理，都蕴含着丰富的文化背景和民族风格，是表现了中华民族威武不屈、富贵不淫的民族精神。武术也是中华民族的传统体育竞技，民生两用一的体育项目，其他运动特点和方法，既保留民族传统文化特色，又展现了具有现代体育的精神文明。霍元甲、王五、岳飞等名族英雄永远是中国人民心目中的英雄，这就是中华民族独有的举世唯一的“大侠文化”。

武术的娱乐性、趣味性、健身效果和防卫功能，对抗性和表演性等特征，是其他体育项目无法比的。武术不仅是一种健身技艺，而且是中国的国粹，是一种高层次的文化，是华夏文明的一个重要组成部分。

武术内在国素丰富，外在表现力强，在不断吸引着不同年龄、不同体质的人加入到武术健身活动中，习武修德、健体强身、防病治病、怡情娱乐、防身自卫、延年益寿、修身养性等功能，充分展现了武术对社会产生的良好影响及其对人民群众健身的作用和价值。本人十五岁习武，不仅让自己有了强盛的体魄，更大的价值又从武术经脉理论中发现了人身的十二经络及任督二脉及奇经八脉，应用于人的疑难杂病的诊治中有着无比神奇的作用，治愈数千人，人送外号“武医”。

武术作为教育一种内容，其意义在于通过身体锻炼，可以提高身体素质，磨练意志，达到健康体魄，完善人品的目的。进行技术练习可以掌握防身自卫的本领，阅读有关的武术书籍，可以了解民族文化，同时可以以身体锻炼的形式继承民族体育文化，当然其更高的意义在于让五千年的中华文明得到传承，不至失传。

二、学校是培养人才，塑造体魄的摇篮

少年强，则国强，一个好教师，必须为国培养栋梁的信心和本领，青少年是国家的未来，民族的希望，学校对于未来人才文化知识的培养固然重要，但对其知识载体——人，进行健康塑造和心灵塑造，思想道德的培养更为迫切，知识技能最终要靠具有健康心灵和体魄的人去实现，因此对知识载体的健康教育，道德体养的教育，强国教育，更能体现知识运用的价值和效果。现在小孩条件优越，从小娇生惯养，沉迷于网络，缺乏锻炼，没有吃苦耐劳，顽强的拼搏意志，自私观念严重，缺乏阳刚之气，武术教育恰恰弥补了这方面的不足，因此学校很有必要引进武术教育，此乃重中之重也。

学校体育教育过程是以增强学生体质，提高健康水平为宗旨进行全方位教育。特别应当广泛开展和普及民族传统为本的教学。把具有良好健身作用，传统性很强的武术内容增设在教材中。增

加对抗性技术项目，加强对武术基础理论讲授，特别是技术原理和历史文化的关系。学生加深对武术的认识，组织学生观看《霍元甲》、《许世友》等电影，让学生在了解历史的同时，镇更加爱国主义情操，“天下兴亡，匹夫有责”，有着心怀壮志的少年，难道还不能成为国之栋梁？所以武术不仅仅是一种体育项目，它更是中华民族文化的精髓，它鼓励着学生认识到它的内在价值，在学校开展武术教学，就并不是一件困难的事情了。

学校不仅要对学生们的文化学习负责，更应该关心学生的体质健康，把学生健康作为人才培养的目标进行管理，关心下一代将康就是对未来负责。

三、武术的社会价值及学校普及的教学意义

武术作为民族传统体育学中最具有民族代表性的体育项目，有着丰厚的文化底蕴和人文思想，长期以来深受广大人民群众所喜爱，人们谈英雄，学英雄，造就了很多隐身于芸芸人海中的无名英雄，他们在国家需要时挺身而出，这样的人数不胜数，在和平年代，在众多的庆典活动中，武术又往往成为民族特点和民族风情的主要表达形式。它作为代表中华民族文化和民族精神的体育项目，从内容到形式都变现了民族的优良传统。自古以来，中华武术都倡导以武修德，武德修养以：礼先，“未曾习艺先识礼，未曾习武先明德”，把“礼”与“德”作为习练武术的格言，世代相传，这与社会道德规范“道之以德，齐之以礼”想通相近。崇尚高尚的武德，以文明礼貌待人处事，把民族优秀品质的社会意识融进武技中。以“德、仁、礼、道”对人的行为进行规范。其内涵有着深刻的社会价值。

学校普及武术教学，建立常规教学体系。既可使学生达到锻炼身体的目的，又能让学生明礼仪；不仅能强筋骨、壮体魄，还能使之正精神、净灵魂。近可健身强身，远能明理修德。完善自我、修身养性。不仅可掌握身体锻炼的方法，还能学到防身自卫的技能。武术传承的是一种文化，更重要的是可传承一种精神，于学校教学有着很大的意义。

四、加强素质教育，提倡健康人生。

素质教育，是社会发向教育提出的新课题，也是人们身心发展的客观要求。概括的说，素质教育就是全面提高学生的基本素质为根本目的的教育。它包括了十分丰富的内容，在学校教学中，全面开展体育教学是加强学生身体素质的重要途径。其中武术教学既能强化身体素质，更能加强学生们的顽强意志和拼搏精神。通过学习爱国大侠们的爱国故事，又能激发出学生们强烈的爱国情操，可谓一举两得。同时，在文化学习过程中，往往很费脑力。长时间的学习，会产生疲倦，学习效率会降低。这时，如果能练习一段武术套路，既能强身健体，又能达到娱乐的目的。

参考文献

- [1] 马金凤. 武术文化在构建和谐社会进程中的作用研究[J]. 武术研究, 2017, 2(08): 24-27.
- [2] 王静. 传统武术在学校武术教育中的传承策略研究[J]. 武术研究, 2018, 3(09): 91-93.