

全面育人导向下高中武术课堂教学与评价策略探究

余晓晓

新疆新源县第一中学

摘要：随着国家持续深化教育改革，全面育人理念渗透到教育各个层面。这一背景下高中阶段普遍开设武术课堂，旨在培养学生健康体魄与坚韧不拔的意志，但在全面育人导向下，高中武术教学面临新的问题。有鉴于此，文中通过分析高中武术教学的特点，探讨全面育人导向与高中武术教学的关系，阐述了全面育人导向下高中武术课堂教学与评价的问题，并给出对其进行改进的措施，促进高中生健康成长。

关键词：全面育人；高中；武术教学；评价策略

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2025.02.149

引言

全面育人理念要求教师关注学生学业成绩与身心健康、道德品质以及实践能力等发展。武术不仅能增强学生体质，还能培养学生意志力、团队合作精神及对传统文化的认同。因此，将武术引入高中课堂，不但契合了全面育人的教育目标，也为实现这一目标提供了有力支持。然而，在实际操作过程中，高中武术教学面临诸多挑战。首先，教学内容单一且缺乏系统性，导致学生难以全面掌握；其次，教师专业素养参差不齐，影响了教学质量；最后，评价体系的不完善使得课程效果难以量化。这些问题不仅制约了武术课程本身的发展，也影响到了整体育人目标的实现。因此，有必要做好全面育人导向下高中武术课堂教学与评价策略的研究。

一、高中武术教学的特点

高中武术教学具有多样性、文化传承和趣味性等特点，这些特点既符合全面育人的要求，又契合当代青少年的身心发展需求。

（一）多样性

高中武术课程展示了其丰富多样的一面，包括基本功训练、套路练习和散打对抗等多个方面。这样的课程设计不仅增强了学生的体质，还提升了学生对不同运动形式的接受与适应能力。在实际教学中，教师依据学生情况针对性地选择教学内容，激发学生学习兴趣并提高课堂参与度。同时，多样性课程内容也为教师提供了广阔的发展空间，熟练学习各种知识点，顺利完成教学目标。

（二）文化传承

武术作为中华民族的传统体育项目，不仅能强身健体，还蕴含丰富的文化内涵。在高中阶段引入武术课程，既可以弘扬优秀传统文化，又能培养学生的民族自豪感。通过学习各种技艺，学生不仅掌握了实战技巧，还能深入领会其中蕴含的文化内涵，引导学生树立正确的价值观念。日常武术学习过程中，师生通过分享心得，共同探讨这些技艺背后的哲学思想，实现思想上的升华与共鸣。

（三）趣味性

武术不仅是一项体育运动，更是一种充满趣味和观赏性的艺术形式，在高中生群体中备受推崇。无论是套路表演中的潇洒飘逸，还是散打对抗中的激烈碰撞，给人们视觉上的享受。通过开展多样且生动有趣的活动，如模拟比赛或集体演练，调动学生学习的积极性，还可以形成轻松的学习氛围，逐步提高学生的素质。同时，通过组织校内外交流展示活动，增进同学之间的友谊，提升学校整体形象，为校园文化建设注入新的活力。

二、全面育人导向与高中武术教学的关系

在国家教育改革持续深化的背景下，全面育人的理念逐渐成为现代教育的重要指导思想。高中武术教学作为体育课程的一部分，肩负着培养学生健康体魄的重要职责，同时也在传承中华优秀传统文化和塑造学生意志品质方面发挥着作用。具体为：

（一）全面育人的核心理念与武术精神高度契合

现代教育不仅注重知识传授，还强调德智体美劳五育并重。这种综合性的教育理念在武术中得到了完美体现。

武术作为一种综合性运动形式，其中融合身体锻炼、文化传承与精神修养。因此，学生学习武术不仅能强健体魄，更能潜移默化地塑造学生的心灵。系统化的武术训练，帮助学生提升身体素质，深入理解中华民族自强不息的传统精神。这种精神上的熏陶，对于学生品质培养至关重要。在面对学业压力或生活困境时，那些曾经从武术训练中汲取勇气和毅力的人，会以更加坚定乐观的态度去面对挑战。许多成功人士都有类似经历，学生从少年时期开始接受严格训练，从而磨砺出顽强意志，这种品质为学生未来的人生道路打下了坚实基础。

（二）全面育人导向下高中武术教学应注重综合素质的发展

在全面育人的时代背景下，高中武术教学不仅是身体锻炼，更应注重学生综合素质的发展。体育课不再是次要课程，而是一个培养多方面能力的重要平台。高中武术教学需摆脱以往狭隘的认识，通过科学合理的课程

设计,帮助学生掌握基本技法和技能,深入了解武术背后的文化内涵。

此外,在武术日常训练中,引入团队对抗赛、集体表演等活动形式,让学生在合作中学会沟通协调,在竞争中不断挑战自我,增强超越意识。

(三)全民健身战略为高中武术教学提供了良好的外部环境

全民健身战略为高中武术教学创造了极佳的外部条件。在国家积极倡导全民健身的大背景下,人们对健康生活方式和身体素质提升有了更高的期望。这种社会氛围无疑为高中阶段开展武术教学提供了前所未有的便利。在具体操作过程中,应该充分利用这一契机,通过多样化活动形式激发学生参与的热情。

学生通过武术比赛锻炼身体,形成相应的团队精神,这些都是未来成长中必不可少的软实力。专业教练和知名选手的参与,也让学生看到了更高层次的发展方向,引导学生主动学习,顺利完成武术教学目标。

三、全面育人导向下高中武术课堂教学与评价的问题

(一)课程设置情况

在现行高中体育课程体系中,武术作为一种具有传统特色的体育项目被纳入其中。然而,在具体实施过程中却面临诸多挑战。不同地区教育部门对于武术课时安排存在差异,一些学校仅将其作为选修课或兴趣班来开设,这使得学生能够接触和练习武术的时间非常有限。此外,由于高考压力巨大,大部分学生更关注文化课成绩,对体育课的重要性往往忽视,这无疑进一步阻碍了武术课程的有效开展。

(二)教师队伍现状

高中武术教学质量在很大程度上依赖于教师的专业水平。然而,目前许多学校面临缺乏专业武术教师的问题。尽管大多数体育教师具备一定的体育知识和技能,但他们通常未接受过系统的武术训练。在这种情况下,他们只能教授一些简单基础动作,难以有效传达更深层次的技艺和文化内涵。许多教师因工作繁忙,无法腾出时间进行进一步学习和培训,这使得他们的专业水平停滞不前。

(三)学生学习态度

高中生普遍对武术课程表现出浓厚的兴趣,但由于缺乏系统的指导和科学的评价机制,他们常常难以坚持长期训练。在高强度学业压力下,许多学生选择放弃或只是敷衍了事。同时,一些家长对孩子参与体育活动持有顾虑,加上社会舆论对综合素质人才的认知不足,这些因素在不同程度上削弱了学生的积极性。

(四)评价机制的问题

当前的评价机制存在明显问题,主要集中在技能测试和体能考核两方面,而忽视了对学生综合素质的培养。

例如,在技能测试中,通过几套固定套路来衡量学生水平,这种方法未能充分体现他们在创新能力、自主学习能力以及团队合作精神等方面的表现。而体能考核则往往注重短期效果,却忽略了长期锻炼所带来的益处。

四、全面育人导向下高中武术课堂教学与评价策略

(一)教学目标的多元化设定

教学目标不应仅限于技术掌握,而应扩展到德智体美劳的全面发展。具体来说,武术教学不仅要培养学生的身体素质和技战术水平,还应关注以下几个方面:

1. 德育。在武术训练中传递武术精神及礼仪教育,培养学生形成尊师重道、诚实守信及坚韧不拔等品质。训练开始前,教练会带领全体学生行鞠躬礼,这不仅是对武术文化和师长的尊重,更是一种深植于心的仪式感。

2. 智育。引导学生探索武术文化及深厚背景,提升学生的文化素养。当教师讲述少林寺、太极拳等经典武术流派的发展历程时,帮助学生深入了解中华优秀传统文化,更激发了学生分析问题与解决问题的新思路。

3. 体育。日常训练涵盖基本功练习、各种攻防技巧、套路演练和实战模拟。这些多样化课程不仅提高了孩子们整体运动水平,还帮学生逐步形成良好锻炼习惯。

4. 美育。在学习一套武术套路时,教师不仅注重动作是否精准到位,更强调动作间连贯性的节奏感。当孩子们在舞台上展示出一套充满艺术感染力的表演时,不仅是在展示技艺,更是在表达自己对于美学的独特理解。

5. 劳动教育。将实际生活中的体力活动融入教学中,比如场地布置、器材维护等任务。课后,当孩子们亲自动手整理场地或清洁器材时,锻炼了动手能力,更深刻领悟到了劳动价值所在。

(二)教学内容的系统化设计

高中武术课堂教学内容的系统化设计应注重系统性与层次性,可以将课程分为以下几个阶段:

1. 基础阶段

这一阶段主要教授基本功,以夯实根基为目标。课程内容涵盖各种基本步法、拳法和腿法,如弓步、马步、虚步等,以及正拳、勾拳、高踢腿等标准动作,从而为后续学习打下坚实基础。

2. 提高阶段

当学生熟练掌握了基础技能后,这一阶段将引入更复杂的套路与对抗练习,以提升技战术水平。例如,课程可能涉及连贯性的长拳或南拳套路。在对抗训练中,学生不仅需要学会攻击技巧,还要掌握防守与反击,从而全方位提升实战能力。

3. 应用阶段

在这个阶段,通过比赛和表演来检验和运用所学知识。教师通常会组织校内外比赛,让学生在真实竞赛环境中测试自己的能力。同时,通过参与武术表演,学生不仅可以展示个人技艺,还能培养团队合作精神。在此

过程中,还有机会体验鞠躬礼与抱拳礼等传统武术文化礼仪,更加深入理解武德的重要性。

(三) 教学方法的多样化运用

为了实现全面育人的目标,教学方法需要灵活多变,如下几种方式尤为有效:

1. 教师亲自示范动作并详细解释每一个细节,这不仅让学生直观理解动作要领,更能掌握其中精髓。例如,在教授基本拳法时,不仅展示标准出拳,还解释发力点与呼吸配合的重要性;
2. 通过小组合作练习,学生们相互帮助,共同进步。这种方式既培养团队精神,又提高协作能力。在双人对练时,两名学生密切配合,一人出招,一人防守。通过这样的互动,学生能够发现自身不足并及时改进,从而在实战技能上有所提升;
3. 鼓励学生自主探究武术动作背后的原理,可以激发学生强烈的求知欲。教师引导学生研究特定招式的历史背景、发展过程及实际应用效果,让学生不仅学会动作,更能理解其内涵设置真实或虚拟情境,让学生在模拟环境中练习,是一种极为有效的方法。例如,在模拟比赛环境中,教师安排不同场景,如遭遇突袭、防守反击等,让学生体验真正的压力与挑战,从而锻炼学生临场应变与决策能力。

(四) 评价体系的人性化构建

1. 过程性评价

通过小测验或随堂测试,评估学生基本功掌握情况,也让学生清楚地知道自己在哪些方面需要加强。为了记录每位学生在不同阶段所取得的进步,设置了成长记录册。教师会详细记录每个孩子动作规范程度、节奏感以及创新表现等方面的提升,这本记录册就像是一面镜子,让学生看到自己的成长轨迹。

2. 终结性评价

在每个学习周期结束时,都会对学生的整体学习效果进行全面且细致地评价,这就是所谓的终结性评价。这种评价不仅是对过去努力的一次总结,更是对未来成长的一次展望。首先,在技能考核中,学生需要通过统一考试或者展示来检验学生的技术水平。这个环节不仅关注学生动作完成的情况,还特别注意是否符合规范标准。例如,一名舞蹈学生需要展示从基本功到复杂舞蹈组合的一系列动作,每一个细小的姿态都反映出她对专业技能的掌握程度。

接下来是理论测试部分,这是对学生相关理论知识的重要考察。无论是笔试还是口试,学生都需要提供准确且逻辑严密的回答。一位历史系学生可能会面对一系列关于特定历史时期的问题,她不仅要能够准确回答每一个问题,还要清晰地解释其中复杂的因果关系。为了确保这一过程公正,有时候还会邀请外部专家参与评分。

3. 多维度综合考量

高中的学生来源于不同的初中学校,因此他们的学习经历和运动兴趣必然存在差异。在武术学习过程中,

有些学生进步较慢、掌握不够熟练,而有些学生动作协调、进步迅速。对此,教师在评价时需要考虑这些差异,关注每一位学生。在充分利用各种评价方法的同时,也要因材施教和分层教学,以让更多的学生喜欢武术运动,并始终保持积极学习和练习武术的动力。

多维度评价方法能够更全面地展现学生的发展。例如,在技能测试中,不仅需要关注动作是否完成,还应评估其规范程度、节奏感和创新能力。在理论考试方面,除了正确率外,更重要的是回答质量和逻辑严密性。同时,德行表现、美育成果和劳动参与也应该被纳入评价体系,以确保每一分努力都能得到认可。在德行方面,可以通过观察日常行为与师生互动来评估。美育成果可以通过艺术作品展示或参加文艺演出来体现。劳动参与则可依据学生参加学校或社区服务的次数及效果进行考量。

4. 多主体参与机制

多主体参与机制不仅包含了家长和同学,还将社区成员纳入其中,使得整个评价过程更加全面且具有深度。在这个过程中,学校会定期邀请家长前来旁听武术课程,让他们目睹孩子们在课堂上的表现。这样做不仅拉近了家庭与学校之间的距离,还使父母们能够更好地体会到孩子们在学习中的每一次进步与努力。同时,通过课后收集家长的反馈意见,教育工作者能够及时调整教学方法,以更好地满足学生需求。这种多主体参与机制,将家庭、学校与社区紧密结合起来,共同推动每一个学生全面而健康地成长。

结语

综上所述,在全面育人的指导下,高中武术课堂教学与评价策略需要进行全方位的改进。确立多元化、多层次、多角度的人才培养目标,将德智体美劳五大领域有机融合,实现学生的全面发展。这不仅仅是理念,还需要在实际操作中,根据不同阶段设计系统性的课程内容,同时灵活应用适合青少年的新型教育方法。为了确保各个环节高效运转,需要建立科学、完善且具有操作性的全过程监控机制,从而保障教学质量的提升。

参考文献

- [1] 林丁辰. 全面育人导向下高中武术课堂教学与评价策略探究 [J]. 福建基础教育研究, 2023, (04): 138-140.
- [2] 来进红. 提升高中武术教学有效性的研究 [J]. 教育界, 2022, (15): 26-28.
- [3] 黄敏慧. 传统武术在高中体育教学中的融入方式研究 [J]. 文理导航(上旬), 2022, (05): 7-9.
- [4] 杨培辉. 高中武术课堂“技击情景”的教学改革实验研究 [D]. 华东师范大学, 2022.
- [5] 弭贵芳. “核心素养培养”背景下高中武术课堂优化研究 [J]. 文体用品与科技, 2021, (23): 12-14.
- [6] 李阳. 翻转课堂教学模式在高中武术课中的应用效果研究 [D]. 长春师范大学, 2021.