

跆拳道教学对学生创新人格的培养策略

刘迪

河南工程学院 河南 郑州 451191

[摘要]跆拳道作为体育教学中的重要课程之一,无论是在教材的编制、教学目标的设置和教学方法的选择上,都能够对学生的创新人格培养起到积极的帮助作用。体育教师通过有效的跆拳道教学,能够促进学生创新人格的形成,为学生未来的工作和成长奠定良好的身体素质和心理素质,帮助学生实现心理结构的重塑和升华,让学生能够真正成长为未来社会需要的高质量创新型人才。本文将以太拳道教学为基础,探讨学生创新人格的有效培养策略,以供参考。

[关键词]跆拳道; 体育教学; 创新人格; 培养策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.08.155

跆拳道在我国是一项极为普及的健身运动,它的入门门槛相对较低,且学习难度不大,成为广大青少年在学校的首选体育课程,近些年在体育教育中发挥着越来越重要的作用。跆拳道不仅能够锻炼学生的身体素质,帮助学生强身健体,还能够让学生在体育锻炼中进一步开发思维能力,有利于学生其他学科的学习,帮助学生更好地掌握基础知识和基础技能,培养学生的基本认知能力,促使学生树立起创新意识和创新思维,提高学生的道德修养,坚定学生的理想信念,从而实现学生创新人格的培养目标。

一、创新人格的形成要素

在开展创造性活动之前,一个人必须具有完善的人格特征,才能够确保创造性活动顺利开展^[1]。因此,学校教育需要加强对学生创新人格的培养,这也是社会在时代发展中对学校提出的新的要求。从本质上讲,人格是一个人内在特质的综合表现,主要包括情感、认知、意志和行为等方面^[2]。要培养学生的创新人格,就是需要不断提高学生的认知水平,丰富学生的文化科学知识,重塑学生的心理结构,升华学生精神境界,才能够让创新人格的培养真正落到实处。

1、需要进行长期艰巨的创造性活动

由于创造活动具有长期性和艰巨性的特点,需要创造者不停地开拓进取才得以实现。因此,创造者不仅需要具备丰富的科学知识,还需要具备将科学理论知识应用到实践探索中的能力,同时创造者需要设置远大的理想和目标,需要具备高尚的追求方向,才能够推动创新人格的进一步完善^[3]。由此可见,科学的人生观、价值观和世界观是推动创造者积极创造的重要动力。

2、需要具备创新的思维能力

想要形成完善的创新人格,创造者首先应该具备一定的创新思维能力,不应该困于陈旧的规矩束缚之中,敢于质疑传统观念,对落后于时代发展的生产方式和生产理念提出变革要求,勇于接受新的理论、技术和思想,能够在时代和社会的发展进程中适应各种各样的巨大变化。

目前,为了更好的促进现代化建设的发展,推动市场经济的进一步调整升级,需要培养更多的创新型人才投入到社会主义建设事业中。如果创造者没有鲜明的个性特点,也就没有创新的勇气和能力。创造性的个性特点,就是敢于突破传统的束缚,为创新积极创造良好的条件,大胆的尝试创新的不同路径,打破发展的限制,充分展示自己的独特性想法,能够准确表达自己的意图和创意,积极与他人进行沟通和交流,从而推动创新事业的不断发展。

二、跆拳道教学在培养学生创新人格时的优势

1、教师的良好人格具有影响力

作为一名优秀的跆拳道教师,需要在跆拳道教学中充分利用自己的人格魅力影响学生的学习和成长。这就要求跆拳道

教师必须具备崇高的品格、丰富的跆拳道知识和真挚的情感。跆拳道教师只有品德高尚、言行一致、人格优异、教学作风优良,才能够成为大学生的良好榜样,积极影响大学生价值观念的形成和发展,促使大学生正确认识体育锻炼的重要意义,养成终身锻炼的良好习惯,促进跆拳道教学的顺利开展。教师的人格影响力主要表现为两点:

首先,教师具备良好的人格影响力,表示教师的精神境界和思想境界都达到了较高的标准。在进行跆拳道教学时,教师丰富的跆拳道知识储备和言行一致的品行会在很大程度上对学生产生影响,并且能够深入学生内心世界,让学生从教师的教学中感受到跆拳道的魅力,提高对跆拳道锻炼的认识和理解,从而自发的参与到跆拳道的课堂教学中,这比教师强制学生参与跆拳道练习有更好的效果,能够激发学生对于跆拳道的兴趣。在人格魅力的影响下,学生在学习跆拳道之前就已经在感情上接受了教师的教导,避免过去强制性教学模式下出现的表层性、暂时性和公式化的问题,让学生能够更加积极主动地与教师进行沟通和交流,将教师看作自己的学习榜样和学习朋友,从而在跆拳道的学习过程中逐渐形成了一种信仰的力量。

其次,教师具备良好的人格影响力,能够改变过去课堂教学中强制高压的学习情况,对学生产生潜移默化的约束作用。教师向学生展示自己完善的跆拳道知识结构,带领学生一起体会高尚的文化修养,让学生感悟崇高的人格品性,能够对学生产生感化和教育作用,不仅可以挖掘学生在学习过程中产生的深层情感,帮助学生调整学习状态,让学生更加积极主动的参与到课程学习中,学习更多的跆拳道知识和跆拳道技能;还能够让学生树立起终身锻炼的正确体育思想,提高学生对于健康生活的理解和认识,让学生能够坚持不懈地朝着自己的理想身体努力,让学生意识到通过科学的跆拳道训练能够达到事半功倍的效果,从而进一步提高学生对跆拳道训练的积极性。

2、教材的独创性具有广阔空间

在跆拳道教师开展教学活动时,要认真贯彻跆拳道的武德教育,坚持“以礼始,以礼终”的原则。在《孟子·离娄章句下》中有曰:“仁者爱人,有礼者敬人。爱人者,人恒爱之;敬人者,人恒敬之。”这与跆拳道的武德教育有一脉相承之处,都是一种高尚的为人处事态度^[4]。根据跆拳道的相关理论研究显示,一名跆拳道习武者的言行举止和他的人格品性与道德修养有密不可分的关系,而通过跆拳道的教学能够对跆拳道习武者的意志力进行磨炼,促使跆拳道习武者的道德品质不断发展和进步。学生在跆拳道的学习过程中,会逐渐形成谦逊、恭敬、坦诚、克己、服从的良好品质。除此之外,在跆拳道中进行武德教育时,还将“德”作为不断提高技巧和境界的桥梁,要求学生不断锻炼自己的道德品质和精神意志,从而达到武学大成的境界。另外,在跆拳道的教学中,学生会逐渐理解尊师重道的重要意义,养成尊重师长的良好习惯,服从师长的

教导；而对于同辈能够在长期的合作训练中逐渐形成克己复礼的良好品格，掌握团队合作和沟通交流的正确方法，避免出现搬弄是非的情况。

在学生创造性思维的过程中，需要教师引导学生创新能力的发挥，充分展示创新的精神。从理论角度上讲，创新思维包括了一个人的想象能力、思维发散能力和逆向思维能力^[5]。而跆拳道各种技巧与竞赛要求，正好能够对学生的这些品质进行培养和训练，从而促进学生创新思维的形成。首先，学生在学习跆拳道的技击方法时需要具备一定的想象能力，才能够更好的发挥出技击的效果。在实战训练中，跆拳道的主要目的是击倒对方获取胜利，因此在学习过程中学生必须了解不同跆拳道动作的基本要领、跆拳道动作的组合结构，掌握跆拳道动作的正确运用时机，并且把握好跆拳道动作和不同空间之间的关系，才能够更好的将跆拳道理论运用在实战训练中。其次，学生在领悟跆拳道技击目的时需要具备一定的逆向思维，从反面思考跆拳道动作，践行“知己知彼”的基本原则，仔细思考对方的攻击方法和攻击动作，在逆向思维的思考过程中找到迎击对方的有效策略，从而将劣势变为优势，难道预期的竞技目标。最后，学生在学习技击手段时需要具备一定的思维发散能力。学生在学习技击手段后，可以根据不同的角度和方向进行思考，想到破解对方攻击的有效方式，从而实现跆拳道技巧的融会贯通。

在跆拳道练习过程中，学生需要坚持专心、恒心和苦心的“三心”的原则。专心，是指学生在学习签到的过程中要保持神志专一，不被外界所影响；恒心是指学生在学习跆拳道的过程中要持之以恒；苦心则是指学生在学习跆拳道的过程中要善于吃苦、乐于吃苦^[6]。如今的学生心理素质较为脆弱，一点轻微的挫折就可能击垮学生的内心，这不利于学生成长为新时代所需要的高素质人才。因此，跆拳道教师可以借助跆拳道训练的优势和特点，让学生在训练过程中不断提高自己的意志力，找到自己品行中的薄弱环节，并进行针对性的培养和锻炼，形成持之以恒、吃苦耐劳、专心致志等优良品格，提高抵御抗挫折的能力，让学生能够不畏困难、勇于拼搏，为学生创新人格的塑造奠定良好的基础。

3、教学方法创造了良好的条件

教师在开展跆拳道教学过程中，包括合理的选择科学的教学方法，能够对学生进行有效的思想道德教育。例如，教师在帮助学生“压韧带”、练习“动作定型”的过程中，学生常常会感到疲惫、枯燥、劳累。这种教学方式，不仅是帮助学生更好的调整运动中的身体姿势，提高学生的空间知觉能力，也能够让学生形成吃苦耐劳的良好品行，提高学生抵抗挫折的能力。又如，在跆拳道课上进行集体演练时，不仅需要学生具有较高的组织纪律意识，还需要学生有较强的反应能力。这种教学模式下，学生需要在教师的口令中完成相同的训练动作，不仅可以让学生们的动作更加整齐划一，还能够让学生们形成遵纪守法的良好意识，让学生认识到配合与协调的重要意义，加强学生对道德义务的履行能力。因此，教师应该把握好课堂教学的机会，对学生的课堂表现严格要求，并指导学生持之以恒的进行锻炼，必然能够实现学生创新人格的培养。除此之外，在进行跆拳道教学时，教师还应该精心设计每一堂课程，让学生能够积极调动学习跆拳道的情绪，对学生的情绪进行科学地疏导，让学生了解情绪产生和发展的规律，引导学生掌握控制情绪的有效方式，从而塑造健全的人格。在教学过程中，教师应该积极引导学生对跆拳道产生兴趣，并指导学生掌握更多的跆拳道知识，通过自己的思考和合作获取更多的信息，为创造性

活动奠定良好的基础。

三、跆拳道教学对学生创新人格的培养策略

1、合理选择教学内容

跆拳道课程包含较为丰富的内容，因此教师在开展跆拳道教学时，需要选择合适的内容才能够对学生创新人格的培养起到积极的帮助。教师可以充分利用跆拳道基本功的教学，让学生能够摒弃浮躁的内心，静下心来进行跆拳道基础动作的学习，通过反复训练和动作调整强化自己动作的规范性，并且培养学生善于吃苦、不畏挫折、持之以恒的良好品质，让学生不至于在训练中半途而废，这对于培养学生的创新人格等积极的帮助作用，能够让学生的意志力得到锻炼，能够让学生在艰巨且枯燥的长期创造性活动中拥有源源不断的精神支持，对于提高创新人格的培养质量有积极的帮助。

2、采用分层教学方法

在进行跆拳道教学时，教师应该从学生的实际情况出发，分析不同学生的身体素质和体育水平，掌握不同学生的身心成长特点，采用针对性的教育理念激发学生的学习潜力，让不同水平的学生都能够在跆拳道课堂上学有所获。通过这种分层教学方法，能够最大限度地激发学生对于跆拳道的学习热情，让学生在跆拳道课上充分发挥自己的特长，促进学生创新思维和创新实践能力的形成。同时，学生在学习过程中，需要根据自己的学习进度不断调整学习方法和学习内容，找到适合自己的学习模式，从而增加学习跆拳道的乐趣，这恰恰是学生创新人格的最好体现。

3、重视教师的榜样作用

教师作为跆拳道课的重要引导角色，需要为学生树立起良好的榜样，向学生传递正确的价值观念，引导学生认识体育锻炼的重要意义，让自己的人格魅力能够对学生的产生积极的影响。跆拳道教师应该同样具备创新思维能力，积极为学生创造新的训练内容和训练方法，在引导学生的过程中让学生体会到教师的创新意识和创新思维，并以此作为榜样努力开发自己的思维空间，敢于向教师提出质疑，充分向教师表达自己观点和看法。无论学生的观点是否正确，教师都应该给予积极的鼓励，让学生在鼓励中逐渐认识到创新的重要意义，有利于促进学生创新人格的形成和发展。

结语

综上所述，跆拳道课程是体育教学中的重要组成部分，不仅能够培养学生的身体素质，还能够对学生的创新人格起到积极的促进作用。跆拳道教师应该把握跆拳道课程的优势，科学选择安全到教学内容、采用分层教学方法，并充分发挥教师的榜样作用，才能够为学生的创新人格培养奠定良好的基础。

参考文献

- [1] 李爱华, 太玉, 王俊月, 刘聪. 试论跆拳道精神的人生哲学意涵[J]. 当代体育科技, 2021, 11(28): 218-220.
- [2] 曹桂芳. 跆拳道教学对大学生人格塑造的重要性[J]. 拳击与格斗, 2021(10): 122-123.
- [3] 方明军. 跆拳道运动美育功能对青少年创新人格影响的探讨[J]. 青少年体育, 2020(05): 32-33+134.
- [4] 金银哲, 李柏. 中韩跆拳道价值理念对比研究[J]. 辽宁体育科技, 2019, 41(01): 28-33.
- [5] 刘稳. 试论跆拳道教学对学生创新人格的培养路径[J]. 体育风尚, 2018(08): 97.
- [6] 李广静. 跆拳道教学对学生创新人格的培养研究[J]. 创新创业理论研究与实践, 2018, 1(05): 104-105.