

武术进校园的重要意义

聂世明

(湖南省岳阳市汨罗市第二中学 湖南 岳阳 414400)

[摘要]随着素质教育工作的不断推进和落实,现阶段的教育工作更加注重学生综合素养的提升。武术进校园的活动形式,不仅能够强健学生体魄,同时还能够继承中华传统文化,提升学生的综合素养。现阶段武术进校园的意义非常深刻,突出校园特色,向学生展现中华武术的意义。在教学中能够更好地开展特色活动,使学生在活动当中得到实质性的提升。因此在本文中笔者结合自身的教学经验,探讨一下如何将武术带入到校园当中。

[关键词]武术; 校园教育; 传统文化; 特色内涵; 素质教育

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.406

1. 引言

关注学生全面发展,培养学生综合素养是一项长久发展的教学项目,其不仅能够升华校园内涵,其也能够提升校园学生的综合素养,以帮助学生在校园活动当中得到实质性的提升,在校园当中帮助学生养成良好的行为习惯,促进学生能够在校园生活中更加丰富多彩。开展武术特色课程项目,树立学生正确的思想观念,以更好地将德育教育落实在活动当中,创设内涵文化校园。

2. 武术进校园的意义

2.1 活动内容丰富多彩,充实学生校园生活

武术内容项目上对于中学阶段的学生校园生活而言更加丰富多彩,武术相比较其他体育项目,其在动作要求和技术要求上有着比较严格的要求,并且武术适合不同年龄、性别、职业以及体质的人。在校园活动中落实更加具有普适性,在校园活动中学生能够在课余生活中充实自我。并且针对武术这项活动而言,所需要设备和设施不会太过于复杂,所以在活动当中教师能够更好地进行开展和落实,让学生在活动当中更好地丰富和充实自我。

2.2 增强学生体质,提升学生防身自卫的能力

针对武术这项活动而言,其在运动量和技巧上要求比较高,学生在活动练习过程中能够更好的提升自身体质,中学阶段的学生在日常学习活动中比较累,通过这样一种方式能够更好地强化学生身体素质,让学生转移注意力,在活动中去释放自己的压力,让学生在活动锻炼之后,以更加专注的注意力投入到课堂学习中。武术运动还具有防卫的能力,许多家长在课后会选择给学生报一些防身术的特长班,而这些防身术的特长班更多是加强学生体质为主的,而校园活动当中将武术进行落实,在课堂上能够帮助学生掌握一些自卫的知识,让学生在能够面对危险的时候具有反击的能力,提升学生的综合意识。

2.3 陶冶学生道德情操,提升学生思想道德修养

武术是中华传统文化的继承,在武术当中继承和发扬了中华民族的传统礼仪,以武会友。在武术中重视武德,“武以观德”代表武术对于发展的意义,在活动当中学生能够学会尊师重道,对待师长能够抱有一颗敬意之心,在武术练习的过程中是非常难的,本身武术就是提升自我的一个过程,所以学生在活动中需要忍耐痛苦,养成坚持不懈精神状态,这种精神状态也能够更好地带入到课堂学习活动当中,学生在学习活动中能够学会坚持,明确自己成长和发展地目标。

3. 如何将武术带入到校园当中

3.1 明确武术发展对象以及层次目标

在开展和落实武术的过程中,教师应该了解和明确自己的目标。

前期的武术运动目标而言,教师需要能够激发学生的积极性,万事开头难,前阶段主要是激发学生积极性,保证学生能够按时参与到武术活动中,其次能够保持一种愉悦的状态参与到活动当中,并且在学习目标上教师应该的让学生了解武术基础的礼仪:抱拳礼的手形状、步型,以及一些基础的动作,同时在动作中保持正确的姿势,能够在武术导师的带领下提升对于武术学习的积极性。

中期的目标上能够让学生在活动中强化训练,在武术学习中掌握一些基本的要领,学生能够在活动中掌握一些难度比较高的动作,从而让学生能够更好地坚持进行武术动作的练习,让学生形成正确的武术动作的姿势,在课堂上学生之间能够互相监督和练习,从而在武术运动当中形成积极良好的氛围。

后期的教学目标当中,教师可以进一步强化训练,使学生可以打出一套连贯性的动作,在动作中有力、干劲、连贯。体现武术的精魂,教师可以选择八式太极拳的传授,让学生初步学会如何去展现武术。并且在活动当中让学生掌握一些有效的防身方式,在课堂上通过对演练的方式让学生掌握实际操作的技巧和方法。

3.2 开展武术运动活动

学生通过长期的训练,教师可以带领学生进行一次运动表演活动,在活动当中学生之间可以分层去表演不同的项目。

武术队的建设,在武术队当中主要体现武术动作的技巧性,所以在训练的过程中应该更加苛刻一些,在大课间活动当中每个学生都应该按时到场,准时开始训练活动,这部分学生要求体质较好,在训练中能够注意学生的身体状况,对于部分不能适应的学生可以去其他队伍当中。

防身队的建设,这部分队伍更加注重防身的技巧性,利用武术展示一些防身运动,在表演过程中需要两名学生更加具有默契性,遇到危险的时候能够如何去反击歹徒,注意姿势的准确性,从而强化学生对于危险的安全意识。

武器表演队的展示,这部分队伍主要通过对不同武器的表演展示中华武器,在训练过程中注意学生身体协调性,能够极大保证学生对于武器的应用性,在活动中更好展示武器。

通过活动的开展,提升学生武术运动的积极性,使学生能够在武术运动中取得更加理想的成绩,通过武术进校园活动更好地提升学生综合素养,实现学生的全面发展。

4. 结束语

综上所述,在本文中笔者对于武术进校园进行分析,武术进入校园具有深刻的教育意义,其能够增强学生的体魄,通过武术继承传统文化,提升学生的综合素养,在活动中陶冶学生的情操,使学生能够在活动中更好地提升和锻炼自我,通过武术这种形式让学生可以在活动中更好地强化自我,为今后的成长和发展奠定坚实的基础。

参考文献

- [1] 陈延智. 核心素养视阈下的小学武术教学研究[J]. 文化创新比较研究, 2020, 4(36): 77-79.
- [2] 徐泉森, IO. K. 切尔尼申科. 中国小学武术教学现实困境分析[J]. 武术研究, 2020, 5(05): 93-95.
- [3] 孙刚. 基于情境教育模式的小学武术教育探究[J]. 南京体育学院学报, 2020, 19(01): 1-7+2.
- [4] 柴广新, 孙有平, 杨建营. 我国中小学武术教育改革新思想探析[J]. 上海体育学院学报, 2019, 43(04): 59-66.
- [5] 吕福祥. 武术进校园发展趋势研究[J]. 武术研究, 2018, 3(01): 65-67.