

浅析如何让武术课走进小学体育课堂

王庆平

(广东实验中学顺德学校附属小学 广东 佛山 528000)

[摘要]让武术充分融入小学体育课堂教学,让武术成为小学体育课堂活动的重要形式,因而学校显然成为实现这一目标的最佳选择。然而,现今武术教学理论却以华而不实的教学方式,与武术教学实践存在一定的差距。但学生、教师、学校作为小学武术课堂主要组成部分,如何使三者更好的结合,本文将阐述武术走进小学体育课堂概况,并对此提出相关性的建议。

[关键词]武术、小学体育课堂、措施

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.1662

一.传统武术课堂推广重要意义

佛山是全国武术之乡,曾培养出黄飞鸿、叶问、李小龙等知名武术大师。2016年9月6日,佛山市教育局召开《佛山市教育局关于推进中小学校园武术特色发展实施方案》新闻发布会,传统武术进校园成为佛山武术教育的重要措施,佛山教育等相关部门发动全市各级各类学校开设相关武术课程、创建学校特色武术运动队,加强武术师资队伍建设和,为建设具有佛山武术文化特色学校。因此确立将分批分项目进行特色学校的建立,并且目标争取到2018年佛山将创建不少于20所具有佛山本地武术特色的学校”。

为了发扬尚武精神,打造体育特色学校,我校秉承“一文一武”教学理念,以武术操、武术扇、武术套路教学为突破口,每天利用早操和大课间时间训练,开设武术特长班,打造学校武术校队,加入顺德区武术协会小学训练基地。

二.结合理论,立足实践,总结经验

(一)以生为本,培养兴趣,发扬传统武术文化。

1.兴趣是武术课堂的根本;

著名作家郭沫若先生曾经说过:“兴趣出勤奋,勤奋出天才”兴趣是推动学生学习武术最直接、最活跃的方法。兴趣的培养和发展,不仅可以让学生高昂和饱满的情绪得到老师的高度注意,更能让学生产生求知的欲望。

案例一:

我校三年三班有个学生叫张嘉伟,从小肥胖的他总是受其他学生的欺负和嘲笑,每当上体育课时他总是用各种理由见习。某天体育课上,我和往常一样来到他班上上课,但是不同的是今天上课内容是武术基本功手型和步型,坐在一旁见习的他脸上露出了笑容。细心观察的我向他挥手:“张嘉伟,入列”,他小跑回自己的位置。我发现体育项目不出色的他居然在冲拳、架掌动作如此有力,“嘉伟,不错啊,这么有力”。全班同学用羡慕的眼光看着他,他的脸上露出那久违的笑容,也许从小到大他应该是第一次在体育项目上获得表扬。从那以后,张嘉伟总是跟着我背后小跑“王老师,王老师,什么时候可以上体育课”“王老师,我还可以帮你拿器材”。从此以后,体育课上他的身影总是最积极的,也许可以改变他的一生。

武术可以给予一个胆怯者成长为勇敢顽强、意志坚强的强者,美国教育心理学家布鲁纳说过这样一句话:“学习的最好刺激,乃是对所学学科的兴趣”。

2.练习是武术课堂的基础;

1981年获诺贝尔生理医学奖的R.w.斯佩里提出大脑分为左、右两半球,左、右半球是有明显分工。右半球在创造性思维占有更重要的地位,更加担任左侧肢体部位的练习。而体育运动项目中例如各种跳跃运动、球类运动等等都是与右侧肢体部位有关。武术动作都是左右同时进行或者是左右交替进行,所以武术练习弥补了体育运动项目的左侧肢体部位练习缺陷。

案例二:

我校六年五班胡浚森和六年八班胡浚棠是一对双胞胎,两人同时加入武术兴趣班的学习。在课堂上,哥哥如论在协调能力和动作理解能力都比弟弟更胜一筹,课后我和弟弟浚棠说,“回家认真练习,我知道你可以的”!一个月过后,学校要安排艺术节的表演,在挑选演员过程中弟弟浚棠以绝对的优势进入候选演员名单中,他还自豪的说:“我每天早上起床都提前

半个小时练习,把学过的动作打十次。”哥哥浚森惭愧的低下头了。

武术基本功的练习要常年坚持不懈、勤而补拙,每天或每周都要抽出一定的时间进行规律练习,要根据个人的身体素质制定出一个完整的的练习方案。武术体育课堂中学生对于基本功和武术套路简单易学的动作应该勤加练习,日积月累养成一种武术精气神。

(二)教师引导,充分鼓励

1.教师的教学方式;

教师的赞美和鼓励是最积极的教学方法,多用正能量尽可能的去发现学生身上的闪光点,对学生的期望不要太完美,让学生获得更多的赞美。教师应该更加关注那些不太成功的学生,尽量发现他们的闪光点。

案例三:

我校五年一班有个男生叫冯浩程,是个出了名的捣蛋鬼。整天惹事生非,在武术体育课堂上不是和男生打架就是去欺负女生,虽“修理”很多次,但还是“恶性不改”。一日读书,忽看到行为科学中有一个著名的“保龄球效应”,两名保龄球教练训练自己的学生,两队的队员都是打到7个瓶。教练甲说:“不错,打了7个”,教练乙说:“怎么搞的,还有3个没有打到”,本来实力相当的两队队员由于教练目光停留的地方存在差异,甲队教练停留在成功之处,对其大家赞赏;乙队教练看到全是失败之点,然后横加斥责。结果教练甲训练的球队成绩不断攀升,教练乙的球队一日不日一日。

案例中,教师对不太成功的学生的优点给予挖掘,给予赞美,往往带来意想不到的惊喜,满足了学生其成就感,进而激发学习动力。因此,学生是否成功就蕴藏在赞美和鼓励之中。

2.教师的专业素质

武术课堂教学应丰富教学形式,作为专业的武术课堂教师应不断学习和掌握专业的理论知识,具备强烈的责任心和严谨的工作态度才能克服武术课堂推广所存在困难。深入了解学生的心理活动利用熟练的专业知识进行教学,从而做到因人因地的教学水平让学生信服。

在教学过程中教师应准确地掌握体育的专业知识,熟练基本动作技能,对动作的示范和讲解能够深入理解。体育教师每节课上课前要明确为什么教,教什么,怎样教和用多少课时教;教学的重点、难点,怎样纠正重难点;只有具有扎实的基础,明确教学的系统思路,结合实际开展教学。体育教师在专业学科路上应不断接受新知识,成长自己,让学生信服。

三.小结

当人们都能把武术纳入到现代体育项目行列中,武术项目就应该调整自我,满足现代体育的需求。传统的武术课堂只注重学生的素质发展忽略了学生综合素质的培养,所以在今后的武术走进体育课堂必须加强课堂情感设计,建立和谐,幽默的教学气氛,发现学生的闪光点,给予赞美和鼓励,让学生有效学习,让武术尽早走进我们的校园!

参考文献:

- [1]李印东.武术释义—武术本质及功能价值体系阐释[M].北京体育大学出版社.
- [2]王忠山.武术套路运动员体能技能的年龄特征研究[M].北京体育大学出版社.