

“立德树人”视域下大学武术太极推手课程思政实践与探索

刘星 苏翔

杭州师范大学体育学院 浙江杭州 311121

摘要:在2017年2月27日的时候,中共中央以及国务院所印发的《关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见》正式面世了。在这份意见当中着重指出了这样一个情况,那就是在新时代高等教育改革这样的大背景之下,“立德树人”已然成为了高校教育最为根本的一项任务。对此,众多高校纷纷做出了积极的响应,在课堂教学的过程当中融入了“立德树人”的理念。然而部分高校开始开设的太极推手课程在思政融入这个方面存在着十分明显的不足之处,并且与之相关的研究也是非常匮乏的。对这一现状展开深入细致的探究,精准地去对接时代的需求,正视在大学体育教育当中思政元素融入所存在的那些薄弱环节。通过针对太极推手课程思政展开实践方面的探索,一方面能够很好地填补理论以及实践当中存在的空白,从而为高校体育课程思政建设给出极具针对性的参考依据;另一方面还能够学生在学生层面推动学生体质的健康发展,引导学生树立起正确的道德品质,在文化层面弘扬中华优秀传统文化,从精神层面强化学生的爱国主义情怀,进而推动高校教育在新时代的背景之下达成全面育人的重要目标。

关键词:立德树人;课程思政;太极推手;文化化传承;武术

1 “立德树人”与大学武术太极推手课程思政的内在关联

1.1 “立德树人”的内涵与价值

“立德树人”乃是教育领域极为重要的根本任务,其关键之处就在于借助知识传授以及价值引领这两者的有机结合与统一,以此来培育出拥有健全人格、强烈社会责任感以及深厚民族精神的时代新人^[1]。

在武术教育这一领域当中,“立德树人”这一理念和传统的武德教育存在着一种天然的契合关系。太极推手属于武术诸多项目其中的一个核心项目,它的文化内核里面蕴含着数量颇为丰富的德育方面的资源。比如说,传统武德所着重强调的“仁、义、礼、智、信”这五个方面,和社会主义核心价值观里的“爱国、敬业、诚信、友善”这几个要点是高度相互呼应的,进而也就成为了课程思政极为重要的一个切入点^[2]。把“立德树人”这一理念融入到太极推手课程之中,一方面是对中华优秀传统文化加以传承的做法,另一方面也是在新时代背景下体育教育切实落实育人使命的一种必然要求。

1.2 大学武术太极推手课程的特点与育人功能

1.2.1 技术特性与文化底蕴的双重属性

太极推手把“棚、捋、挤、按”这八法当作技术方面

的核心内容,着重于“沾连粘随”以及“以柔克刚”这样的对抗逻辑,在其动作设计里能够渗透出中国传统哲学所具有的辩证思维^[3]。正是这种技术以及文化所具备的双重属性,促使太极推手超越了单纯的针对身体展开的训练范畴,进而成为传承民族哲学以及伦理的重要载体。

1.2.2 多维育人功能的实践体现

身体和精神协同培育:凭借对抗练习,学生不但能够提升身体各个方面的素质,而且能在克服对抗恐惧的进程里培育出坚韧的意志。就如太极推手当中的“听劲”训练是能够增强学生专注力以及心理抗压能力的^[4]。

规则意识和道德养成是相统一的:在课程当中存在的抱拳礼以及禁止攻击要害等一系列规则,这些规则一方面能够对技术动作起到规范的作用,另一方面还能够引导学生去深入理解尊重对手以及公平竞争所蕴含的内涵^[5]。

文化认同以及民族自信的提升:去深入解读太极推手所蕴含的历史渊源,有效激发学生对于中华优秀传统文化的认同感。

1.3 “立德树人”与太极推手课程思政的契合之处

1.3.1 目标导向的一致性

“立德树人”所确立的核心目标在于培育出“德才兼备”的人才,太极推手课程并非仅仅着眼于技术的熟练程

度,而是格外重视“武德”的内在转化。就好比说,借助“后发制人”这一技术教学环节,既能将攻防策略传授给学员,又能将“谦逊包容”的处世哲学渗透其中,进而达成“技进乎道”这样的育人境界。

1.3.2 内容体系的互补性

传统武德里所蕴含的“忠义”“守礼”这类思想,同新时代思政教育当中的家国情怀以及社会责任感是能够形成互补关系的。就好比把太极推手所秉持的“和谐”理念和“人类命运共同体”这一思想相互结合起来,如此一来便可以让那些较为抽象的思政概念转变成为更具实际操作性的实践指引^[8]。

1.4 太极推手课程思政的对象

1.4.1 体育专业学生

体育专业的学生有着传承武术文化的使命,所以该专业的课程思政应当着重于深度文化认同的培养。在教学的过程当中,可以引入太极推手与非物质文化遗产保护这样一个专题,借助田野调查、传承人访谈等一系列实践活动,来进一步强化他们对于文化的使命感。

1.4.2 公共课学生

公共体育选修的学生往往是依据自身兴趣来做出选择的,所以课程思政就需要着重于那种较为轻量化的文化熏陶方式。比如可以开展像太极推手趣味挑战赛这类活动,如此一来,在激发学生运动兴趣的过程中,还能将刚柔并济的生活理念传递出去,进而达成以体育人的初步教化目的^[6]。

2 大学武术太极推手课程思政的现状分析

2.1 教师层面

2.1.1 文化解读能力不足

部分教师对于太极推手所蕴含的文化内涵的挖掘仅仅停留在“套路解说”这一层面,并没有把技术动作和哲学思想很好地关联起来。就好比在讲解“挤劲”的时候,只是着重强调了其“向前推击”的物理原理,却没有进一步延伸到与之相关的“刚健有为”的民族精神^[5]。这样一种“就技术论技术”的教学模式,使得课程思政仅仅停留在了表面而已。

2.1.2 思政理论素养薄弱

经多篇文章总结,仅有少数的教师对《高等学校课程思政建设指导纲要》进行了系统的学习,部分教师对于“课程思政”的理解依然停留在“课堂政治说教”的层面,没

办法把武德教育和社会主义核心价值观有效地结合起来。

2.2 学生层面

2.2.1 专业学生的“技术至上”倾向

在武术专业的学生当中,大多数学生认为“武德方面的学习对于就业所能起到的帮助并不是很大,所以并不是很去深入了解和学习”,他们更为着重于竞赛所取得的成绩以及职业资格的考证事宜。这样的一种呈现出功利化的倾向,使得课程思政很难真正地深入开展下去。

2.2.2 公共课学生的“对抗畏惧”心理

在公共课学生当中,有大部分的人因为担心自己会受伤,所以拒绝去参与实战练习,作为体育学院的我,也有一点担心在上课对抗中受伤,而这种认知上的偏差,是因为课程没有能够有效地传递出这样一个理念:对抗的本质在于控制,而不是要去伤害对方。

2.3 课程层面

2.3.1 教材与辅助资源的思政缺位

针对现行的教材,比如《太极推手教程》,主要是以技术图解的形式呈现,其中仅有2章提到了“武德”的相关内容,并且大多是传统规范的简单罗列,像“武德十要”这样的内容,缺少与现代价值观的有效衔接。像“太极推手文化慕课”以及“虚拟对抗系统”等数字化资源的建设进度较为滞后,很难满足碎片化的学习需求。大大影响了太极推手课程思政的传播。

2.3.2 评价体系的“重技轻礼”

在考核体系当中,技术达标所占的比例超过了百分之七十,而武德方面的表现仅仅是以像课堂礼仪这类比较模糊的指标来进行评价的。这样一种呈现出重技能、轻德育趋向的情况,使得学生对于思政内容往往处于知易行难的状态^[2]。

3 大学武术太极推手课程思政的实践案例分析

3.1 受伤与胆怯的问题

在某所高校开设的公共课当中,有一个环节是“活步推手”。在这期间,有一名学生由于尚未掌握“化劲”这一技巧,在和对手进行练习的时候,被对方推搡了一下,结果不慎倒地,还因此擦伤了皮肤。当时,教师察觉到情况不对,立刻暂停了教学活动,并且着重强调了“借力卸力”的相关要点。然而即便如此,这名学生在后续的课程开展过程中,就不敢对抗一直躲避,这无疑反映出对抗体验所产生

的负面效应^[6]。通过这个案例能够看出,该课程在安全防护教学以及心理建设这两个方面都存在着一定的缺失情况。

3.2 生活体育文化理念缺失

某高校所开展的一项调查结果显示,高达一半以上的学生在结课之后便不再去接触太极推手了。在教学过程中,教师也并没有去设计一个能够实现从“太极哲学”向“生活应用”迁移的环节,比如引导学生运用“以柔克刚”的思维方式来应对学业方面的竞争,这就使得课程没办法达成从“技术学习”迈向“生活智慧”的转变^[8]。

4 “立德树人”背景下大学武术太极推手课程思政的实践途径

4.1 武术活动传承优秀传统文化

4.1.1 沉浸式文化体验活动

太极推手文化周:举办了“太极与书画”以及“太极与古琴”这类跨界的展览活动,借助多种感官方面的刺激来强化人们对相关文化的认知;非遗传承人工作坊:还特意邀请了太极推手非遗传承人来到学校进行授课,借此展示在传统师徒传承过程当中有关“武德”的具体实践情况^[7]。

4.2 果敢行动与担当精神培养

4.2.1 比赛对抗中锻炼果敢行为

运用“一招定胜负”规则,让学生在比赛中感知时机脉搏,如猎豹般捕捉稍纵即逝的战机,在比赛交锋中果敢出手,以决断力淬炼临机应变的勇者思维。

4.2.2 责任意识的场景化培育

团队对抗任务,具体设置为“三人小组对抗”,其中要求一人负责进攻、一人负责防守、还有一人担任指挥的角色,以此来强化各个角色所应承担的责任。另外还有对抗复盘机制,在对抗活动结束后,需要填写“决策反思表”,着重分析“是否选择了最合理的应对方式”,从而培养学生的理性担当能力。

4.3 安全保护下的拼搏无畏精神培养

4.3.1 生物力学导向的安全教学

运动解剖学方面来加以解析,借助3D动画来演示推手动作在关节受力原理上的情况,例如捋劲对于肩关节所起到的杠杆作用,从而让学生能够明白科学发力等于安全加上效能的道理^[7];应急防护训练方面,专门开展针对“倒地滚翻”以及“缓冲技巧”的教学活动,并且还实施了模拟失误场景下具有保护性的练习项目。

4.3.2 无畏精神德培养

我们可以社交不同情节让学生去学习,如:逆境挑战活动:举办以小搏大体验赛,鼓励体重较轻的学生借助技术创新来战胜对手,以此诠释无畏的内涵;运动员榜样激励:播放残奥运动员练习太极推手的纪录片,传递“超越身体局限”的拼搏精神。

4.4 尊重规则与宽容之心培养

4.4.1 规则教育多重渗透

我们可以从这几个方面入手,首先认知方面,可通过“推手比赛中故意犯规是否违背武德”这类案例讨论,让学生在思辨中强化对规则的理解;其次情感层面,借助“规则守护员”角色扮演活动,让学生轮流担任裁判,在实践中培育公平意识;最后行为层面,将“课堂规则遵守度”纳入考核体系,如对抗中主动提醒对手违规动作可获加分,以量化机制引导规则践行。

4.4.2 宽容精神的实践路径

强弱协作机制:把技术水平存在明显差异的学生安排成搭档,其中技术较强的学生需留力引导,而技术较弱的学生则要全力探索,比赛结束后双方互赠进步卡;跨文化交流活动:和留学生一道举办“太极推手文化交流”活动,在存在差异的对抗情形下培育包容的心态^[9]。

5 结语

大学武术太极推手课程的思政内容属于“立德树人”理念在体育教育范畴的具体落实体现,其关键之处在于借助技术传授以及文化熏陶相互融合的方式,培育出既有专业技能又具备道德修养的当代体育人才。就目前课程施行的情况来看,即便在教师素养、学生认知、资源建设等方面都存在着诸多挑战,不过凭借对太极推手文化内核加以挖掘,开创“技术+思政”的双螺旋教学模式,能够切实提高育人的实际成效。往后需要进一步强化师资对于文化的阐释能力,打造出“太极推手+数字化”的全新教学资源,并且构建起“技术考核+武德评价”的多元评估体系,让该课程成为传承中华优秀传统文化、培育民族精神的关键阵地。

参考文献:

- [1] 教育部. 高等学校课程思政建设指导纲要 [Z]. 2020.
- [2] 张志勇. 论太极推手的技术和文化特性——兼论传统太极推手竞技化不可行 [J]. 体育学刊, 2010, 17(12):8791.

- [3] 周永盛, 张峰. “立德树人”背景下大学武术散打课程思政与实践途径 [J]. 体育科学研究, 2024, 28(5):7377.
- [4] 孙明夷, 朱惠平, 谢中. 高校武术课程思政的价值意蕴与创新路径研究 [J]. 武术研究, 2024, 9(10):8386.
- [5] 唐云豪, 王立军. 立德树人视域下高校公共体育武术课程思政建设的逻辑、问题及创新路径 [J]. 武术研究, 2025, 10(1):8184.
- [6] 吴雪飞, 温娅. 基于新时代背景下太极推手进校园的策略研究 [J]. 武术研究, 2022, 7(11):13.
- [7] 李红, 马国威. 文化传承视域下竞技太极推手技术体系构建的必要性 [J]. 武术研究, 2022, 7(9):13.
- [8] 代思哲. 中华体育精神融入《孙式太极拳》课程思政研究 [D]. 河南大学, 2024.
- [9] 温娅. “体教融合”视域下中小学武术教材建设改革研究 [J]. 武术与民族传统体育分会墙报交流, 2024.