

“文化自信”背景下高校民族传统体育与通识教育融合发展的探究

宁梦茹 赵燕 (通讯作者)

(武汉华夏理工学院)

通识教育与民族传统体育的文化教育在价值取向上具有内在一致性,即培养人格健全完整的人。而根植于此的中华武术运动是悠久历史的复合文化体,它与体育运动项目相比有着鲜明的历史过程和文化背景,不仅具有的良好健身价值,而且蕴含丰富的艺术价值、人文精神和伦理教育价值。通过对学校的民族传统体育课程开展的实践过程进行研究,一是实施“内外兼修”多模块教学策略。形成应用型教学与理论型教学共同推进的教学模式;二是深入挖掘传统体育的思政教育。通过武术史、武德礼仪、武艺鉴赏的学习,使学生从传统文化中获得安身立命的根本,具备文化传承者的认同感、使命感;三是探索具有华夏特色的民族传统体育教学模式。在教学目标、教学内容、教学方式、组织形式、教学管理、课程考核评价六大方面进行审视和创新。

1.1 政策背景

习近平总书记明确指出:“四个自信”的文化自信是更基础、更广泛、更深厚的自信,是更基本、更深沉、更持久的力量。“要充分挖掘和利用丰富多彩的历史文化、红色文化资源加强文化建设”。2020年10月中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》中提出学校体育是实现立德树人根本任务、提升学生综合素质的基础性工程,是加快推进教育现代化、建设教育强国和体育强国的重要工作,实现以体育智、以体育心具有独特功能。此外,文中还提到应积极推广中华传统体育项目。认真梳理武术等中华传统体育项目,因地制宜开展传统体育教学、训练、竞赛活动,并融入学校体育教学、训练、竞赛机制,形成中华传统体育项目竞赛体系。2021年4月教育部通知关于成立中国武术教育委员会的通知,切实加强中国武术教育工作,深化中国武术教育改革,进一步传承发展中华优秀传统文化。

1.2 高校开展民族传统体育的现实依据

民族传统体育为通识教育提供教学内容,高校教学推动民族传统体育发展,高校民族传统体育教育包含教学模式等内容,位于学校教育的顶端,是连接学校和社会的节点,是学校教育传承的关键。民族传统体育是指以汉族为主体的中华民族在不同历史时期,不同地域开展的,承载民族共同心理素质和审美情趣的,具有浓厚民族传统特色的健身、养生、娱乐等体育活动的总称。民族传统体育不同于其他体育项目,它具有多元文化整体性,具有健身性、传统性、民族性、群众性、对抗性和趣味性特征。体育教育是高等院校通识

教育的重要组成,在通识教育的总体目标下,高校民族传统体育和其他体育运动项目相比,具有自己的历史过程和文化背景,是中国传统文化的重要符号和身份特征,凝聚着民族智慧和精神,关乎文化认同和民族复兴的力量和源泉,为受教育者提供通行于不同人群之间的知识和价值观,通过以多元化(防技击类、艺术展演类、养生健身类)的传统体育的科普性课程,通过知识+思维+技能的教学思维,不仅限于技术文化的体育学习,更能体现其文化内涵的传授和民族精神的涵养,使得学生具备基本的人文社会素养、培养学生人际交往与沟通能力、组织协调与团队合作能力、创新思维与批判性思辨能力、终身探究与学习能力,“五会”能力。

1.3 国内外高校的相关研究背景

通过查阅相关文献资料,“三基型”体育教学模式的主要特点是以教师为主导,教学理念是在增强学生体质和身体素质的基础上,使学生掌握基本理论知识、基本技术、基本技能。“课内外一体化”主要特点是把课内体育与课外体育相结合,注重对学生短期学习兴趣的培养,基础技能的掌握,更加注重的是增强学生的体质。“选项课型”体育教学模式主要是通过提供丰富的体育项目,让学生根据自己的学习兴趣自主选择所需项目,充分调动学生学习的积极性和激发学生学习的兴趣。目前很多高校体育教学渗透通识教育的程度普遍偏低,二者融合效果差强人意,与通识教育的理念和初衷差距甚远,在体育教学方面还存在诸多问题。民族传统体育传承阻碍性因素在高校中表现为价值定位偏差,课程体系单一,教育资源开发滞后,过分重视技术教学,忽视文化传承历史文化知识学习等问题。

1.4 武汉华夏理工学院开展民族传统体育课程的基本概况

目前全校开展关于民族传统体育课程有体专业必修课《武术搏击运动》《武术短兵》、普修课《大学体育三》、《大学体育四》、通识选修课《防身格斗术》主要以武术套路(太极拳、五步拳)、武术技击等的知识技术内容进行的授课内容。专业必修课、选修课开设于2019年,面向体育学院休闲体育专业学生,以武术技击项目(散打、摔跤、短兵)运动为主要教学内容,课程的目标使得学生较全面掌握武术技击运动的基本理论和相关知识、基本技能、战术、规则、训练原理,考核内容以中国武术协会武术散打的考级通段内容为主,在俱乐部方向中使学生具备专业的技能水平与竞赛水平。公体普修课开设于2006年就开设,面向全校大二学生以兴趣主进行选择,每学期选课人数220人,根据学生问卷调查结果2021-2022学年

新开课程《太极拳》，预计选课计划 210 人，男女比例为 4:6，每学期 32 个学时，2 个学分，课程考核通过率 100%。通识选修课《防身格斗术》开设于 19-20 年学期，授课对象为全校学生，选修人数 20 人，学时 24，学分 1.5，男女比例 6:4。

2. 研究内容

2.1 研究对象

以民族传统体育以武术技击为主要的课程内容与评价的设计，从教学目标、内容、方式、组织管理、考核评价等角度，针对（选修课、普修课、关联社团、未选课）的学生在课程、活动、实践中观察与测试（学生现实需求、身心发展、人文情怀、社会责任等）方面进行分析。

2.2 研究重难点

充分利用民族传统体育文化创新体育课程，打造具有特色的传统体育通识教育的课程体系与方法论，多模块协同教学实施过程（理论、技能、情感、实践活动），通过学生个性化反馈，满足学生对通识教育课程的个性化需求。

2.3 民族传统体育要把握人文艺术模块的构建目标

一是深入优秀民族体育文化的学习，以《中华武术史》《中国武术百科全书》的德育内容，以丰富的教学手段，对其历史文化、武德教育、礼仪教育进行学习与鉴赏，把握美学鉴赏与文化遗产相结合，使学生从传统文化中获得安身立命的根本，使之逐渐具备一种文化传承者的使命感。二是注重互动与体验，贯穿“以文凭心，以武修德”的教育过程，教师的课程设计的内容需经过摘编，加工、提炼、创造、完善在教学实施中具备简单、实用、易记、易学的特点，将体育的民族性、实用性、观赏性使学生有身体的感知体会，让学生能够更有意义的生活，发掘生命的意义。

2.4 民族传统体育构建思政教育理论与实践的目标

党的十九大报告提出要“深入挖掘中华优秀传统文化蕴含的思想观念、人文精神、道德规范结合时代要求继承创新，让中华文化展现出永久魅力和时代风采”。这与“课程思政理念”的要求不谋而合，而传统体育作为承载中华优秀传统文化的典型符号，应及时抓住此契机，把武术所蕴含的优秀传统文化资源转化为培养民族精神、理想信念和道德教育的实际力量，以充分发挥武术在“课程思政”建设中的巨大作用来促进高校武术“课程思政”建设。有目的有计划地开展的课程与活动内容加入武术思政内容。一是要鲜明课程主题，以利于武术文化有益成分的有效传播每次课的教学主题要鲜明；二是深植武术文化进课堂，使德智体美劳全面发展，三是强化学生“身心合一”意识“身知心知才是真知”，四是激发“敢于担当”精神，武术作为“豪情大义”精神的载体。

3. 高校开展民族传统体育项目的创新的策略

3.1 实施“内外兼修”的多模块教学策略

形成应用型教学与理论型教学共同推进的教学模式。让学生在实践活动中掌握武术技击技能、在理论学习中了解传统体育中武术项目的独特内涵。同时利用课下第二课堂以及课余社团（如搏击社、

跆拳道社、双节棍社）活动的时间。在宗旨鲜明的活动中，教师全程参与并提出指导性意见，既丰富学生的课余体育文化生活，还可以推进自我管理、自我服务以及师生间的交流互助。让学生能够在课下自主地学习教程。在相互交织和互动中，拓展当代大学生的眼界与知识领域。

3.2 探索具有特色的民族传统体育的教学模式

针对学校不同类别学生群体开展相关实践研究，包括认知与技能、考核与评价、学习兴趣度等掌握学生的动态，充分分析学生心理、身体特征和认知背景，结合现代教学技术和手段，加强理论教学的渗透，根据反馈结果及时调整课程教学方法。以学生通识教育的培养目标，通过显性与隐形的文化与技能的实践，能基本能达到学生的普遍化需求，形成符合学生需求的、适合民办高校学生成长成才的、具有特色的高校传统体育教学模式。

3.3 深入挖掘民族体育的思政内容

继承弘扬中华武术的优秀文化成果，践行学生“五会”能力的培养。传统体育教学是高校体育教育的重要组成部分，中华武术的历史文化背景本身就具有丰富的思政的元素，通过传统体育以武术教育为主体现其功理功法和武德，树立习武强身、保家卫国的国防意识，培养“拳打千遍，身法自现”的匠心精神，养成自强不息、见义勇为的传统美德。

参考文献：

- [1]中共中央办公厅，国务院办公厅.关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见，2020-10.
 - [2]朱慧芳，蔡皿.通识教育视野下的大学体育教学改革[J].北京体育大学学报，2011，34（10）：92-95.
 - [3]刘涛.“通专结合”：地方本科院校体育教育改革路径探索——以武汉华夏理工学院为例[J].湖北经济学院学报，2018，8（8）：158-160
 - [4]何勇.“立德树人”视角下足球（通识）课程教学体系构建及策略研究[J].当代体育科技，2021.11（14）：124-126
 - [5]杨如丽.高校体育“课程思政”建设研究[J].金陵科技学院学报：社会科学版，2019，33（3）：76-79
 - [6]申亮.高校传统体育文化教育通识教育的融合及其实现途径[J].武术研究.2016，3（3）：20-25
 - [7]丁志英.高校素质教育与体育教学手段创新研究[J].黑龙江科学，2020（12）：96-97
 - [8]王尔新，刘飞，杨巴望.构建通识教育课程体系培养有文化底蕴高技能人才[J].承德石油高等专科学校学报，2021（2）：73-77
 - [10]王彦旋.基于通识教育视角下研究大学体育教学的改革与创新[J].当代体育科技，2021，11（5）：4-8
 - [11]何东亮.应用型人才培养与通识教育改革——基于大学文化传承与创新的视角[J].常熟理工学院学报，2018，27（6）：49-53
- 基金项目：武汉华夏理工学院 2021 年度通识教育科学规划专项课题（基于“以体育人”的体育类通识课程的实践研究）