Education and Learning, 教育与学习(3)2021, 8
ISSN:2705-0408(P); 2705-0416(0)

谈高职武术教学中对学生能力的培养

陈志刚
（和田师范专科学校　新疆和田　848000）

【摘　要】随着我国素质教育的不断深入改革，人才的知识教育和素质教育都应该成为高职学校的重要目标，也应该被老师们当作教学重点来对待。而武术作为中国传统体育的一种形式与象征，它蕴含了许多中国文化内涵，也体现了强烈的中国体育精神。高职武术的教学不仅可以提高学生们的身体素质，还可以矫正学生们的心理状态，从而保证高职学生们的身心健康。而这样的教学理念可以让高职学校的整体教学有一个较为全面的新改观，而且也可以让高职学校更加注重学生身体、心理健康两方面的培养。

【关键词】高职；武术教学；学生能力培养
DOI：10.18686/jyyxx.v3i8.52682

随着时代的变迁，科技社会也不断地发展与革新，而国内的教育领域也就面临着这样的调整与改变。在大力倡导素质教育的思想背景下，体育教学方面也发生着巨大的变化，而随着对体育教学改进的推进，更多的学校对学生学习武术标准定的更高，并且在许多院校中，武术的教学不仅仅是理论与形式，还要把中国传统文化融入进去，这样不仅能够让学生们学习到武术中的中国文化，还能增强学生们对武术的热爱，提高自身的道德素质，增加学生的文化自信与认同感。

1　高职武术教学的现状

1.1　高职武术教学方式落后

就现在而言，许多高职院校的武术教学形式过于枯燥单一，而武术课堂上的教学也仍旧采取的是最为传统的教学方法，最常见的教学模式就是老师站在前面示范，学生们在后面进行模仿，而这样的训练是枯燥且单一的，这样的练习会让学生们失去了原本对中国武术的兴趣，不仅没有突出学生的主要地位，老师也没有发挥出自身的指导作用，不能保证学生们学习的质量与效果。

1.2　老师的武术教学经验匮乏

在武术的教学过程中，老师依旧是占领着主导地位的，起着非常重要且决定性的作用，所以老师自身的能力水平就对高职武术的教学起着重要的作用，而现如今，武术的教学依旧强调于口头教学与示范教学，所以在更多的教学过程中，老师并不能有效地调动起学生们的积极性，从而导致学生们对武术的学习没有热情，以至于达不到高职武术教学的愿景与目的。

1.3　老师教学中忽略了武术精神

现在的高职武术教学中，其中最为重要的一点，但很少有老师强调武德这一方面的教育。对于中国武术文化来说，武术的技巧与能力是十分重要的，但能让中国武术文化更加源远流长的原因更是他的武德文化，所以在高职教育在培养学生武术技能的同时，还应该注重于武德的教育，注重于学生的内部品质培养，让学生了解到武术文化中武德的重要性，培养出学生优秀的品德素质。

2　高职武术教学的作用

2.1　提高学生的综合素质

高职武术教学中是包括了中国传统文化的，而这些年来，我国高职教育越来越注重学生综合素质的提升，尽可能地提高学生的综合能力水平，而学习中国武术就是很好的一个途径与方法。老话就有“冬练三九，夏练三伏”这个道理，这也说明了武术不仅是练的人的体魄，更重要的还是磨练一个人的意志与灵魂，让学生们能够养成吃苦耐劳的精神，而这就提高了学生的综合素质水平。

2.2　促进学生的就业机会

而随着当代教育的改革与发展，更多的人重视学生德智体美劳的全方位发展，而提升学生的体魄则更是最为基础与重要的，毕竟身体才是革命的本钱。在学生接受高职武术教育的过程中，学生可以选择不同的方向进行学习，而这一点就为学生提供了自主选择的权利，让学生在接受武术教育后可以强健体魄与身体素质，还可以磨练精神意志，促进自身的全面发展。

2.3　构建学生的人文精神

高职武术的教学不仅仅应该注重于身体素质的培养，增强学生的体魄，还应该加强学生对中国传统武术文化的理解，增强自身的文化素养。高职院校可以通过这样的武术教学更好地引导学生磨砺自己的内心，引导学生优秀的人格，促进学生对中国文化的理解与认识，提升学生对中国武术文化的兴趣，促使学生们全方位的蜕变与升华，体现学生的自身价值与人生目标。

3　高职武术教学推进的策略

3.1　改变教学理念

就原本的高职武术教学而言，主要的教学观念是集中在培养学生们的武术技巧，从而达到锻炼学生身体素质的作用，这样的话就会对学生的心理健康与文化素养的继承这些方面的培养显得不那么重视。所以首先，这种思想观念就需要做出一些改变，应该多让学生们有这个机会接触到一些基本的中国武术精神，掌握一些中国武术的理论知识以及武术技巧，这样能够尽可能多地让学生们把这些需要学习的知识与技能结合自身能力与条件理解从而转化成自己的知识，这样也可以让学生们体会到学习武术的成就感。而对于老师来说，在武术讲解的过程中，不仅要结合已有的武术理论知识，还应该注重课堂的互动性，可以

尽可能多地让学生参与到课堂互动这个板块中来，从而在互动的过程中了解中国武术学习的精髓与方法，并且多一点实践更可以让学生们的毅力与意志力得到磨练，培养好学生良好的作息习惯与行为模式，让学生们明白持之以恒的道理。对于老师而言，充分了解学习中国武术的知识与技能是传授高职武术的基础，而老师最终需要达成的目标是让学生们对学的武术知识与精神将现实相结合，在实践中体悟到武术的精神与宗旨，学以致用，而采取不同的教学模式会达到不同的效果，甚至会成为影响课堂效率的重要因素，而将合适的方法运用在高职武术的教学过程中可以适度地提升学生们的积极性与参与度，这样更能达到事半功倍的效果，毕竟兴趣是最好的老师。例如，老师们可以适当地增加高职武术教学的趣味性，用幽默的语言与有趣的形式让学生们感受到中国武术的魅力，从而产生出对武术学习的浓厚兴趣，而这样就能提高学生武术学习的效率与质量。老师也可以在学习的过程中利用一些有趣的传统文化知识来吸引学生们的注意力，激发学生的学习动力。适当地举办一些中国武术比赛也不失为一个好方法来引起学生们与社会的关注。

3.2 创新教学手段

在现在这个信息高速发展的时代，高职武术的教育需要老师们摒弃以前的陈旧的教育模式，融合现代元素，从而提高武术教学的有效性。高职武术的教学不仅需要学生掌握一些基本知识与技能，也更是希望实现学生的能力培养，而这些除了需要老师熟练地掌握武术技能与理论之外，还要善于分析原本的武术教学理论知识和研究好武术教材，首先，要充分利用好教材，才能将教学形式与教学设备进行更巧妙结合与融合，也应该运用好多样化的教学方法，将需要教学的知识点以生动有趣的教学方式展现出来，而现代高科技手段的使用更可以激发学生的好奇心，因为学生会对新奇的、现代的方式感到更有兴趣，所以合理地运用好现代的信息技术手段能够更有效地提升老师的讲课效率与学生的学习质量，并且多种方式的集合也更符合学生不同的学习习惯，中国武术的课堂在传统教学的影响下是枯燥无味的，并且很多的教学内容还挺晦涩难懂，所以只是凭借传统的教学手段让老师来讲解与灌输这样一种传统的教学方法是很难让学生真正理解到中国武术文化的意义以及精髓的，更何况大部分学生也不愿意在这样枯燥乏味的课堂中集中精力去学习，学生也很容易在课堂上走神。老师们创新所使用的教学方法与利用到更多的武术教材这两方面可以让原本不利的武术教学情况得到转变，对于老师和学校而言，高职武术教学的改革一定要结合目前时代发展的背景以及学生对武术知识的接受程度来做出相对应的恰当的改变，只有用合适的方式进行教学，学生与老师的课堂氛围才会更浓厚，双方在课堂上的配合才能更有默契与自然。老师们只有掌握好教学的方向才能让学生所付出的努力不白费，并且只有提升学生自身各方面素质以及其综合能力才能在后续的深入学习中奠定更好的基础，甚至能够在社会中求职发展中也能有更多的机会。

3.3 营造学习氛围

在高职院校这个年龄阶段的学生都是归属于年龄阶段较大的学生了，这个年龄阶段的学生更有着自己的思想观念与想法，所以高职武术教学的老师更应凸显出学生在课堂上的地位与存在，不应一味地自己在台上讲，还应注重学生在课堂上的发挥与状态，从而营造出更好的学习氛围。在传统教学模式的影响下，老师只是按着教案上的内容进行知识点的传授，而学生也只是机械性地学习老师所展示的示范内容，而在这个过程当中，学生并没有将所学习到的知识结合到自己的实际情况与思考理解中去，所以这样并不利于学生综合素质方面能力的提升与积累，而这种单一枯燥的学习氛围也会让学生们对中国武术这门课程感到枯燥与单一。这种情况下，老师就需要给学生留白，让学生能够有自由发挥的空间与条件，引导学生能对学习中遇到的问题进行思考与解剖，而这也就是引导学生自我学习的一个重要举措，从而增强学生对老师所传授内容的理解度，增强课堂上学生的参与感，促使课堂上师生的交流氛围更加和谐。老师也可以在课堂上多增加一点趣味性的活动，让学生可以将所学到的知识进行实践与操作，这样不仅可以让学生们将理论与实践结合起来，还可以在师生之间或者学生与学生之间形成一股很好的学习氛围感，为高职武术教学的课堂营造出一种更为活泼与浓郁的学习氛围。更何况兴趣是最好的老师，高职武术的教学要坚持通过提升学生的兴趣来促进武术教学的推进这一方式。就比如说，老师可以在武术教学课堂学习的过程中播放适当的音乐来营造良好的课堂氛围，从而达到提高学生的积极性的效果，学校也可以通过开展武术比赛或者武术游戏等活动来提升学生的学习热情，激发学生的胜负欲，吸引学生的注意力，以此来促进中国武术学习的效率，推进高职武术教学的影响力。

4 结语

武术作为一项中国传统运动，蕴含着深厚的文化内涵与历史，在高职武术教学过程中，老师和学生都可以感悟到中国文化的博大精深与源远流长，师生们可以通过对中国武术的学习增加学生的体魄，锻炼学生的意志，培养良好的品德。在学习过程中应注重对武德的培养，激发学生学习的主动性，促进学生掌握住中国武术的宗旨与精髓，从而达到学以致用的境界，让学生们可以继续把中国武术的文化精神传承下去，继续推进着中国武术文化向国际的舞台上继续发展，让更多的人看到中国文化之魅力。

作者简介：陈志刚（1982.2—），男，河南荥阳人，硕士研究生，中级，研究方向：民族传统体育。

【参考文献】

[1] 曾祥阔，陈平，王海瑞.浅谈高职武术教学中对学生能力的培养[J].当代体育科技，2020（14）：232

[2] 陈学超，马甜甜.高职武术教学中对学生能力的培养研究[J].当代体育科技，2019（20）：190.