

基于武术教学传承发展中华优秀传统文化探微

◆许剑霞

(南宁市卫生学校 南宁 530007)

摘要: 武术文化中蕴含着丰富多彩的中华优秀传统文化, 基于武术教学传承发展中华优秀传统文化意义重大、实效性强。做好相关工作应注重理论联系实际、注重武德的培养, 还应注意循序渐进、因材施教, 同时还要充分利用好课内课外多种教学资源。

关键词: 武术教学; 传承发展; 中华优秀传统文化; 武德

文化是一个民族的基因和血脉, 是民族之间互相区分的显著标志; 中华优秀传统文化源远流长、灿烂辉煌, 是五千年以来中华民族智慧和心血的凝结, 在维系国家和民族统一、推动社会进步等方面发挥着无可替代的重要作用。2017年1月, 中共中央办公厅、国务院办公厅联合印发《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》, 将传承发展中华优秀传统文化作为建设社会主义文化强国的重大战略任务, 提出把传承发展中华优秀传统文化融入教育工作的全过程和各环节。本文就基于武术教学传承发展中华优秀传统文化略作探讨。

一、传统武术中蕴含着丰富的中华优秀传统文化

张岂之先生在《中华优秀传统文化核心理念读本》中把中华优秀传统文化划分为十二个部分, 并进行了全面的阐述, 十二个部分分别为: 天人之学——天人和諧的探索精神、道法自然——顺应自然的辩证法则、居安思危——安不忘危的忧患意识、自强不息——生生不息的奋斗精神、诚实守信——进德修业的立身之本、厚德载物——做人做事的根本原则、以民为本——中国古代政治思想精华的体现、仁者爱人——超越自我的大爱精神、尊师重道——传道授业解惑的教育理念、和而不同——博采众长的会通精神、日新月异——与时俱进的革新精神、天下大同——只想未来的理想之光。

中华武术为国之瑰宝, 和中国京剧、中国书法、中国医学一起, 合称“四大国粹”。传统武术有着悠久的历史 and 极为广泛的群众基础, 在强身健体和振奋民族精神等方面具有独特而重要的意义。传统武术对于研习者有着诸多规范和要求, 比如“习武十德”——武德高、武旨正、武纪严、武风良、武礼谦、武志坚、武学勤、武技精、武仪端、武境美; 再比如“习武十不可”——不可轻师、不可忘义、不可逞斗、不可欺人、不可酗酒、不可赌博、不可吸毒、不可戏色、不可炫耀、不可无礼。从以上规范不难发现, 传统武术中蕴含了自强不息、厚德载物、尊师重道、和而不同、居安思危等丰富的中华优秀传统文化为文化资源, 基于武术教学传承发展中华优秀传统文化大有可为。

二、基于武术教学传承发展中华优秀传统文化的实施路径

1. 理论与实践相结合

当前, 人类社会已经进入第四次工业革命时期, 以人工智能、清洁能源、机器人技术、量子信息技术、虚拟现实和现代生物科技为代表的新技术给各行各业带来了难以想象的巨大变化, 有些甚至是颠覆性的, 教育教学活动概莫能外。实际工作中不难发现, 教育教学手段的更新和进步越来越快, 新的教学观念教学理论不断涌现、获取知识的途径和方法更为迅捷和多元。

基于此, 作为一线教师应敏感地察觉并及时跟进教育教学领域里产生的诸多新变化, 以变化应对变化、以不断学习来应对新的挑战。基于武术教学传承发展中华优秀传统文化亦应汲取新的教育理论、掌握新的授课方法, 以理论指导新的教学实践。

2. 挖掘整理传统武术蕴含的中华优秀传统文化资源

深入挖掘和整理传统武术中蕴含的中华优秀传统文化资源, 是基于武术教学传承发展中华优秀传统文化的关键所在。“五禽戏”里包含了丰富的道法自然的思想, 主张返璞归真、敬畏自然。习武强身蕴含着“天行健、君子以自强不息”的自信自强精神, 自

信自强是中华优秀传统文化的核心要义之一, 是中华民族生生不息、不断发展强盛的力量之源。武术各门派之间互相切磋和交流包含着“和而不同”的文化精神, “和而不同、各美其美”, 不同的武术流派和风格共同构成了繁花似锦的传统武术大花园。习武者不可轻师蕴含着尊师重道的优秀道德文化, 尊师重道是一个国家和民族发展进步的不竭动力。传统武术中蕴含了丰富的中华优秀传统文化, 有待进一步挖掘和整理。

3. 循序渐进、因材施教

据笔者观察, 因为武术具有强身健体、扩大交际交往范围等作用, 有相当多的当代青年学生还是很喜爱传统武术的, 也包括相当多的女同学, 她们更多是出于防身自卫的目的。但是, 实际教学中常常会看到, 一些同学练习了一段时间后, 就失去了对武术的兴趣, 或者是干脆把武术抛到脑后。究其原因, 主要有两个方面: 一是没有遵循循序渐进的教学原则——在条件不具备、基础还不够扎实的情况下就急于出成绩、上难度, 这样的拔苗助长最终使大家失去了继续坚持学习的兴趣。另外一个主要原因是没能因材施教, 例如有的同学喜欢静一些太极, 或者有的女生想学一下防身自卫术, 但是学校没有安排相应的课程或者没有相关的社团, 最终导致他们与武术失之交臂。

4. 技术与武德并重

技术与武德并重, 是基于武术教学传承发展中国优秀传统文化的关键。习武当然要学习技术, 否则武术教学就无从谈起了。但同样重要的是, 在传授技能技法的同时, 要悉心培养武德, 武德中蕴含着丰富的中华优秀传统文化。武德即武术道德, 它历史悠久、内涵丰富; 早在春秋时期左丘明所著的《左传》中就有“武德有七”的提法, 常见的武德有“三不传”、“五不传”、“十不传”、“八戒律”、“十要诀”等, 武术各门各派也会有自己的“门规”、“戒约”。武德的本质是积极进取、公平正义、尊师重教、和谐相处、自律修身、乐于助人等中华优秀传统文化。不难看出, 基于习武学习武德就是于潜移默化中传承发展中华优秀传统文化, 意义重大、泽被深远。

5. 课内与课外相结合

基于武术教学传承发展中华优秀传统文化还应注重课堂教学和课外练习相结合。从学生的角度来看, 就是要不满足于课堂上老师所传授的知识技巧, 还应通过其他形式获取相关知识和信息; 从教师的角度而言, 在传授技能技法的同时, 应注重启发和引导, 可以为学生提供更多的参考资料、尽可能给学生提供练习、比赛的平台等。此外, 加强相关校园文化建设, 亦是实现预期教学目的的重要一环, 学校相关部门应有计划地支持和建设相关社团, 在条件允许的情况下, 把武术教学和表演作为办学的特色和亮点。课内外结合还包括聘请社会相关知名人士到学校办讲座、进行表演, 进行相关理论研讨等多种形式。

参考文献:

- [1] 张岂之. 中华优秀传统文化核心理念读本[M]. 北京: 学习出版社, 2014.
- [2] 胡平清. 武术教育的当代价值研究[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2016.
- [3] 陈芳芳. 基于文化自信视角的武术文化发展研究[J]. 安阳师范学院学报, 2018(05).

作者简介: 许剑霞(1974—), 女, 汉族, 河南洛阳人, 学士学位, 南宁市卫生学校、中教一级, 研究方向: 体育教育, 南宁市西乡塘区罗文大道16号, 530007。