

# 高校武术选项课的改革

黄帝全

(华南理工大学 体育部, 广东 广州 510641)

**摘 要:**通过对广东省10所本科院校武术选项课教师的访谈及对华南理工大学97、98级参加武术选项课的学生进行问卷调查和分析,提出高校武术选项课内容设置应以学生的体育兴趣和心理倾向为本,向以散打、跆拳道为主的设置方向改革。

**关 键 词:**公共课;武术选项课;教学改革

**中图分类号:**G852.02 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2001)06-0037-03

## On reform of Wushu elective course of college public course

HUANG Di-quan

(Department of Physical Education, South China University of Technology, Guangzhou 510641, China)

**Abstract:** This essay is summed up by means of interviewing (by telephone) to the wushu elective course teachers from 10 universities and colleges in Guangdong, and paper investigating to the Grade 97 and Grade 98 students of Wushu elective course in South China University of technology. It suggests that contents arrangement of Wushu elective course in colleges and universities should take the students' interest of P. E and psychological inclination as a basis and the sanshou (Free combat) and Taekwondo as the dominant.

**Key words:** public course; Wushu elective course; teaching reform

20世纪90年代开始,高校体育教学作为公共课教学改革的重要组成部分,经过近10年的教学改革,无论在课程设置或是教学方法改革上都取得了可喜的成果。作为体育课内容之一的武术选项课也在体育课的教学改革中取得了一定的成绩。然而,大部分高校的武术选项课在课程内容设置、教学方法等方面还跟不上教学改革的形势,仍然停留在旧的教育观念中,一直沿用旧的教材、教法,以致学生学习兴趣不高,从而收不到理想的教学效果。因此,本文提出对高校武术课选项课进行改革。

## 1 研究对象和方法

### 1.1 研究对象

对广东省10所本科院校武术选项课教师进行访谈;对华南理工大学97、98级武术选项课的学生进行问卷调查。

### 1.2 研究方法

(1)调查访问:调查内容涉及高校武术课内容设置、学生志愿参与情况、课堂情况、教学效果等问题。

(2)问卷调查:就学生对武术课内容设置、学生的武术基

础、学习武术的感受等方面问题,对华南理工大学97、98级参加武术选项课的283名学生发出问卷,收回有效问卷283份,回收率100%。

(3)数理统计:调查、访问所获数据均经过常规数理统计处理。

## 2 调查结果

### 2.1 武术选项课内容设置与课堂情况

从表1可以看出,有6所学校(占60%)的武术课还沿用过去的教材,内容设置以套路为主;有3所学校(占30%)的武术课的内容设置以散打(或跆拳道)为主;有1所学校(占10%)的武术课内容设置套路、散打各占一半。这说明大多数学校的武术课还沿用过去的教材。从参加选报的人数看,无论以教材套路为主要内容的学校,还是以散打、跆拳道为主要内容的学校,填报志愿的学生有些学校多,有些学校少(根据普通高校体育课的特点,一般每个教学班25~35人为宜),这说明武术在高校还能吸引一定的学生参与。从学生的课堂兴趣和教学效果看,以散打为主要内容的3所学校普

收稿日期:2001-05-25

作者简介:黄帝全(1964-),男,广东茂名,讲师,研究方向:体育教学与训练。

遍反映课堂气氛活跃和教学效果显著,而以套路为主要内容的学校普遍反映课堂气氛和教学效果都一般。以上提示武术课的设置应向以散打和跆拳道为主的方向调整。

表1 各院校武术选项课内容设置与课堂情况

学校序号	武术专项课内容设置	参报该课学生人数	课堂学生的兴趣	教学效果
1	散打(散打、跆拳道、简化太极拳)	4个班平均每班26人	很大兴趣	很好
2	散打	8个班平均每班24人	很大兴趣	很好
3	初级套路(一年级选项;二年级项目对换)	4个班平均每班超过30人;二年级平均18人	一般	一般
4	教材套路、规定南拳与散打	4个班平均每班25人	一般	一般
5	跆拳道、散打(自卫术)	3个班平均每班超30人	很大兴趣	很好
6	一年级教材套路;二年级规定套路	一年级4个班平均每班超30人;二年级4个班平均21人	一般	一般
7	教材套路	4个班平均每班28人	一般	一般
8	教材套路	4个班平均每班超过30人	一般	一般
9	教材套路	4个班平均每班超过30人	一般	一般
10	教材套路	4个班平均每班27人	一般	一般

## 2.2 对华南理工大学97、98级武术选项课学生的调查

表2显示,大多数学生希望武术课只设散打好;绝大多数学生以前从未接触过武术,认为武术比其他项目难学;但

通过1年的散打学习后,对散打产生浓厚的兴趣,多数学生要求三、四年级后能继续选修散打课。这充分反映散打(或跆拳道)在大学生中是被认可的,而且有相当大的发展潜力。

表2 华南理工大学97、98级专项武术选项课问卷调查结果

序号	调查内容	调查结果
1	你认为武术课内容怎样设置好?	A. 只设散打(58%);B. 只设套路(15%);C. 散打、套路各设一半(27%)
2	你以前学过武术吗?	A. 学过(6%);B. 没学过(94%)
3	你觉得武术容易学吗(比别的项目)?	A. 易学(21%);B. 难学(66%);C. 差别不大(13%)
4	三、四年级继续设散打课为选修课,你参加吗?	A. 参加(60%);B. 不参加(29%);C. 学分不够时参加(11%)

## 3 分析与讨论

### 3.1 高校武术课的回溯

从20世纪50年代开始,国家对发展武术十分重视,先后整理出简化太极拳、甲乙组和初级长拳、刀、枪、棍、剑等20多个武术套路,编写了体育学院通用教材,武术作为体育课进入大中小学。高校体育课教材中出现青年长拳、青年长拳对练、简化太极拳、太极剑等套路。近几年的教材中,在原有套路基础上增设散手、擒拿等技术内容。80年代初期,各学校纷纷成立武术协会、武术队,课内、课外练武都十分活跃,每年还组织不同内容、不同层次的武术比赛,对增强学生身体素质,为中华武术的普及打下广泛的群众基础。

进入90年代,随着高校体育课教学改革理念的提出,不少高校大胆改革体育课设置,推出专项选项课。选项课的提出,一方面根据学生的个性差异,尊重学生的爱好、兴趣和特长,为学生提供了选择项目上课的机会;另一方面,可以让学生学习更深一层的专项技术,为各专项技术的发展提供更广泛的群众基础,同时又能更好地培养学生的“终身体育观”,这对高校的武术发展无疑是一个好开端。然而,在众多的选项课中,武术课的发展却不尽人意。学校的武术课内容设置未能很好地根据学生的兴趣爱好来设置,而是依然沿用过去的以套路为主的教材。尽管有些学校对教材内容和教学方

式进行了改革,但仍未能形成较完善的理论体系。

### 3.2 武术选项课的出路

由以上调查结果可知,无论是一年级就开设武术选项课还是二年级才开设武术选项课,各校均反映学生对武术套路课的兴趣不大。原因不外如下几种:第一,武术套路动作千变万化,且难度大,对学习者的基本功要求高,而大学生中绝大多数人以前未接触过武术,使学生学起套路来感到非常吃力。第二,在学生心目中,套路运动“实用性”不高,大多数学生认为,学武术除锻炼身体外,最主要就是能学到防身自卫的技能。第三,套路运动有固定的练习模式,教师只能按固定动作运用“传授-接受”的教学模式讲课,难于充分发挥教师的主观能动性;学生按教师的示范和讲解死记硬背,反复练习同一套路,没有新意而容易产生厌学情绪。

总之,教学的内容设置不符合学生学习的心理倾向,这样就很难调动学生学习的主动性、积极性。学生学习的主动性、积极性发挥得怎样,直接影响并最终决定着个人的学习效果和身心发展水平。所以,学生学习的心理倾向在体育课课堂教学中是不可忽视的。

### 3.3 武术选项课的教学内容

(1)散打是武术的精华,是一种两人运用踢、打、摔等技术,按照一定的规则,斗智较力,以提高身体素质;培养勇猛

顽强的意志、训练格斗技能的体育运动。作为对抗性体育运动,该项目有严格的比赛规则和必要的护具,保障了运动的安全性,对发展学生灵敏性、开发学生灵活应变思维及训练学生耐力有十分重要的意义。同时学生掌握散打技术对将来在复杂的社会环境中防身自卫,维护社会治安和献身国防事业也有十分重要的意义。

(2)跆拳道是一项运用手脚技术和身体能力进行自身修炼和搏击格斗的传统体育项目。跆拳道虽然来源于国外,但近20年,跆拳道运动风靡世界,1980年被国际奥委会列为国际性竞技比赛,1986年在汉城第10届亚运会上,跆拳道成为正式比赛项目,1988年第24届奥运会上跆拳道再次被列为正式比赛项目,从此,它发展到世界的每个角落。在中国,跆拳道起步较晚,1992年国家体委同意筹备,1995年中国跆拳道协才成立,但发展速度十分快,现已遍布全国各大城市及几乎所有高等院校。练习跆拳道已经成为大学生们的一种时尚。与散打运动一样,跆拳道运动也有严格的规则,其安全性更高,对发展学生综合素质、特别是腿的灵活性有十分重要的意义。

(3)散打、跆拳道作为高校武术选项课的必要性。首先,教育的规律决定了教材内容和教学方式必须要符合学生的愿望和兴趣。从以上华南理工大学武术选项课的问卷调查可知,大多数学生更喜欢这种对抗性强、集身体素质、心理素质和技术素质于一体的运动。其次,这些项目能更好地调动学生学习自觉性和积极性,开拓学生独立思考的思维,培养学生勇敢创新精神。第三,散打、跆拳道动作简单、明了,学生易于接受;不像武术套路那样除要求有一定的速度、力量外,还要注意动作的三型(手型、身型和步型)和四法(手法、眼法、身法和步法)与节奏的协调。第四,便于教师灵活运用教学方法。散打、跆拳道运动除要求学生有较好的身体素质外,对技术的要求也十分讲究;但教学方法很多,如就防守方法来说,同一个进攻动作,有多种不同的防守方法;教师可以运用“讲授法”教学,也可以运用“讨论法”或“问题-发现”法等教学方法进行教学,多让学生独立思考、以培养学生分析问题和解决问题的能力;同时又能加深学生对所学知识的理解和记忆。另外,散打、跆拳道的辅助练习设备也很多,教

师可以灵活运用如拳套、拳靶、脚靶、速度球、沙袋和护具等设备进行教学。这样能充分发挥教师的主导作用,又能很好地调动学生的主动性。第5,也是教师的愿望。相对于套路课而言,散打、跆拳道课没那么辛苦,散打动作少而简单,俗语说散打就九个动作:三拳(直拳、勾拳和摆拳)、三腿(蹬腿、鞭腿和踹腿)和三摔;而一个简单的初级拳就有30多个动作,除有规范的“三型四法”外,还要讲究动作的速度、节奏、劲力的协调。动作难学,也就难教,查阅的各种资料中也普遍反映出教师教武术比教其他任何项目更辛苦。第6,利用散打、跆拳道教学可以提高学生的身体素质,掌握一门技能,学到一定的武术文化,这与完成高校体育任务、实现高校体育目的也相吻合。

随着高校基础课教学改革不断深化,高校体育选项课教学改革的不断完善,原来教学内容已经不能满足学生对体育的要求,如果不及时改变这种过时的内容,以吸引更多的学生来参与武术运动,高校武术发展的路子将越走越窄,高校武术的群众基础就会越来越差。因此,高校武术选项课的改革应以提高学生身体素质为前提,将武术课的内容改为以散打、跆拳道为主,以吸引更多的学生参与。散打的内容设置应以传统散手为基础,重点突出竞技散打的教学,理论课与实践课相结合,使学生既能了解散打的根源,又能体会现代散打的要求。同样,跆拳道的内容设置应包括理论部分、套路教学(可选其中一部分品势套路或段位练功套路教学)、基本技术、实战教学等内容。

#### 参考文献:

- [1] 韩丹.论我国学校体育新世纪的新纪元[J].体育学刊,2000(1):2-5.
- [2] 林宋荣,卢考纯.终身体育与体育兴趣、体育能力[J].体育学刊,2000(2):59-60.
- [3] 易小坚.21世纪普通高校体育专业课程设置趋向的研究[J].体育学刊,2000(3):53-55.

[编辑:周威]

(上接第36页)省的民间一定会有流风余韵传存下来。他认为潘文学、李云标所传播的通备武学,就是清初颜李学派的遗绪,或者说是在颜、李学说的影响下形成的。

#### 注释:

- ① 甘肃体育史料专辑[C],1984(4).
- ② 岑仲勉.墨子城守各篇简注[M].中华书局,1987.
- ③ 高大伦.张家山汉简《引书》研究[M].巴蜀出版社,1995.
- ④ 《后汉书》卷24《马援传》.传曰:“吴王好剑客,百姓多创”.

- ⑤ 《史记》卷109《李广传》.
- ⑥ 《新唐书》卷136《李光弼传》.
- ⑦ 范成大.桂海虞衡志.
- ⑧ [明]朗瑛.《七修类稿》卷43《鹿猿条》.
- ⑨ [明]唐顺.《荆川集》卷3《峨眉道人拳歌》.
- ⑩ [清]黄百家.《学箕初稿》卷1.
- ⑪ 马明达.颜李学派与武术.文载说剑丛稿[M].兰州:兰州大学出版社,2000.

[编辑:谭华]