

# 高校武术必修课开展情况的研究与调查<sup>①</sup>

## ——以西北民族大学为例

陈戈

(西北师范大学体育学院 甘肃兰州 730070)

**摘要:** 武术不仅是我国一项历史悠久的传统体育项目,更是我国璀璨文化的重要组成部分。本文将通过对西北民族大学体育教育专业武术必修课开展情况的研究与分析,找到制约武术必修课发展以及学生武术水平提高的因素,从中得到启示并给出建议,为西北民族大学的学科建设做出贡献。

**关键词:** 武术必修课 传统武术 竞技武术 武术套路

**中图分类号:** G807

**文献标识码:** A

**文章编号:** 2095-2813(2019)04(c)-0202-02

西北民族大学作为一所综合性院校,学校体育学院设有武术必修课作为体育教育专业本科生要学习的学科,由体育学院武术老师负责授课,所学内容有太极拳,初级拳,初级刀,初级剑,以及长拳等武术项目。学生总成绩的组成及其所占百分比分别为平时成绩20%、期中考试成绩20%和期末考试成绩60%。每位学生的总成绩必须达到及格要求才能获得武术必修课的学分。

### 1 研究目的与意义

#### 1.1 研究的目的

武术是我国的传统运动项目,是我国璀璨传统文化的重要组成部分,已经有上百年的历史。因此,我们要继承和发扬武术,必须要有优秀的武术人才为基础。体育教育专业以培养一专多能的复合型人才为目标,对体育教育专业学生来说武术必修课是大学四年学习过程中的重要学科,是以提高体育教育专业学生武术水平为目标的学科,所以希望通过对西北民族大学体育教育专业武术必修课的开展情况的调查研究,来找出武术必修课开展过程中的问题并解决问题,提高武术必修课的教学质量。

#### 1.2 研究的意义

本文通过对西北民族大学体育教育专业武术必修课开展情况的调查研究,根据对体育教育专业学生的调查,找出影响体育教育专业学生学习武术必修课的问题,分析问题并找出解决方案,以此来提高武术必修课的教学环境与教学质量,使体育教育专业学生获得更高质量的武术训练,让体育教育专业学生在武术必修课的课堂上能够提高武术水平并学到更多的知识,帮助他们在日后工作中培养更多的武术人才,发扬我国武术项目。

### 2 国内外研究现状

现如今许多中小学武术教师的武术基本功底都非常薄弱,有的甚至只了解一些皮毛就去给学生教授武术技能,这种现象降低了教学质量的同时也严重浪费中小学生学习的时间;国外有关学者谈到美国高校的体育教育人才培养主要提倡多种教育计划实行,培养在多种运动技能方面都具备教学能力的人才,并且已经形成一个系统化、科学化的体系。

### 3 研究对象与方法

通过文献资料法、问卷调查法、数理统计分析法、访谈法,对西北民族大学体育学院2017级体育教育专业一班学生40人进行研究。

### 4 结果分析

#### 4.1 武术必修课的场地与设施情况

##### 4.1.1 武术必修课的场地情况

西北民族大学榆中校区武术馆内现有训练地毯三块,其中两块为专业训练地毯,一块为全国标准武术比赛地毯。经过调查,学生对武术馆的场地情况基本满意,认为武术馆场地能够有效的为武术必修课服务,但有个别学生认为武术场地灰尘大,长时间不清理,加之老师不要求学生上课换鞋,对学生健康以及学习有一定影响。

##### 4.1.2 武术必修课的设施情况

武术馆现有武术器械包括:刀(45把)剑(45把)棍(55根),这些器械能够满足武术必修课以及其他武术课程的需要。但还是存在损坏问题以及不能够及时修理或更换的问题。

#### 4.2 武术必修课的开展情况

##### 4.2.1 课堂学习内容的情况调查

在授课过程中授课老师会根据课时计划的安排来教授学生内容,例如慢跑热身、柔韧练习、基本功练习、套路学习。通过调查,学生们基本对于课堂学习内容感到满意,认为能够在武术必修课课堂上学到知识。

##### 4.2.2 学生学习态度及练习情况的研究

经调查,体育教育专业学生在武术必修课课堂上的练习态度不端正,在课堂存在讲话、打闹、不认真听授课老师讲解示范等现象较为严重,还存在趁机偷懒,说话打闹等情况,因此练习强度与练习质量达不到课时计划标准。

##### 4.2.3 武术必修课课时安排的情况研究

根据调查,体育教育专业学生每周的武术必修课为两个课时,而不足之处在于武术必修课之前是田径、足球、排球、篮球等这些相对比较消耗体能的学科,这使得学生在上完前一节专业课后再来上武术必修课就存在体能不足、消耗过大、注意力不集中的现象。

##### 4.2.4 学生课后练习的情况研究

调查中发现,多数体育教育专业的学生在武术必修课

①作者简介:陈戈(1995—),男,汉族,甘肃兰州人,硕士在读,研究方向:民族传统体育学。

后从未练习课上所学内容,只有在临考时才会突击考试套路,所以我认为,体育教育专业的学生在武术必修课后的练习情况不乐观。

## 5 结论与建议

### 5.1 结论

在调查中发现,能够发现西北民族大学足够重视武术运动,配备有专业的武术场馆和比赛场地,但学生反映武术场地灰尘较多较脏,课前不换鞋,对学生上课的健康与教学质量造成了影响;馆内的武术器械虽然能够满足武术教学需求,但存在器械损坏以及损坏器械不能够及时修理或更换问题,在一定程度上会影响武术教学质量并增加学生运动损伤的几率;学生对武术必修课缺乏重视,欠缺自觉性,常有迟到早退、偷懒打闹、注意力不集中等不良现象发生,严重影响课堂秩序和教学质量;通过学生反应及实际调查,总结出学生练习武术的时间较为短暂。另一方面的问题是课间时间较为短暂,学生的时间和精力全都浪费在上课途中,导致学生不能够及时到达武术馆做课前准备,没有足够的体能应对武术必修课上的消耗,导致精力不集中,眼到手不到的现象,直接影响着武术必修课的教学质量。

### 5.2 建议

针对上述所发现的问题,建议武术馆管理人员以及武术授课老师做好定期清洁和保养武术场地的工作计划,保证在上课过程中学生的安全和健康;其次建议武术馆管理人员以及武术授课老师加强针对学生进馆上课换鞋的监督工作,保证武术馆的干净整洁;针对武术器械损坏问题以及损坏的武术器械不能够及时修理或更换的问题,

(上接201页)

育教师也因当要不断地充实自己专业素养,在教学素材的基础上,创造出更加有趣且实用度高的东西出来,便于提高学生参与度。使体育游戏有更加显著的效果。

#### 4.1 锻炼性原则

体育游戏不仅仅是具有娱乐性,同时他也具有锻炼的规定。体育游戏和才能游戏有着飞车本质性的差别,多数体育游戏是动态的或者其他什么组别形式开展的,存在竞争性。这种模式就有点像我们生活里的劳动、劳作,对人的生理和心理有着一定的锻炼价值。

#### 4.2 教育启发性原则

体育游戏它不单单是一项娱乐性活动,同时更是它学校教育里不可或缺模式之一。在教学过程开始的时候前面准备部分总是以游戏的模式作为开始活动,体育课前的开始活动。我们常常选与本节课上课内容相同的游戏切入教学和开展。

#### 4.3 趣味性原则

兴趣是提升体育游戏成果的重要路径,如果体育游戏实在单一无味,将从根本上使学生失去注意力以及吸引力。为了提升体育游戏的兴趣和娱乐特点,而且我们还可以换一种形式去开始游戏可以让它加入一些的难度和技术手段。

#### 4.4 安全性原则

在创编体育游戏的过程中当中,我们一定要特别的注意游戏实施过程中的安全性,对于游戏而言每一个各环节都要做一个充足的安全工作。在上课之前我们要积极的检查学生的衣物是否适合体育活动随身带的物品是否会成为危险物。避免伤害事故的发生。在课后,我们可以看一下场地安排情况以及的周围是否有其它障碍物

建议授课老师在课前仔细检查武术器械的完好程度,一旦发现有损坏的武术器械应及时更换。同时也要加强学生使用武术器械的规范,指导学生保护武术器械、爱惜公共财物的意识;针对上述在武术必修课堂中出现在各种问题,建议授课教师在今后的授课过程中若发现此类现象的发生应该及时提醒警告,加强学生的课堂管理工作,提高教学质量;各班级班委积极配合授课教师管理;授课教师应与表现不好的学生沟通交流,找出问题所在,及时解决问题,保障武术必修课程保质保量进行;针对上述调查研究结果,建议老师与学生互相配合,尽可能的在上课过程中争取更多宝贵的时间用于教学,同时建议各位专业课老师互相配合,在不影响教学的情况下多为学生保留出课间,督促学生争取及时赶到场地,不要在路上浪费时间影响学习。

### 参考文献

- [1] 蔡龙云. 武术运动基本训练[M]. 上海: 上海教育出版社, 2006.
- [2] 王晓辉, 邹东旭, 刘大伟. 我国竞技体育后备人才培养体系发展趋势的研究[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2003(2): 11-13.
- [3] 周军. 中国竞技体育人才资源开发战略研究[D]. 武汉体育学院, 2007.
- [4] 余万斌, 黄开国. 西部地区竞技体育后备人才的可持续发展研究[J]. 山西师大体育学院学报, 2007(2): 30-33.
- [5] 杨再淮. 竞技体育后备人才培养[M]. 上海: 人民体育出版社, 2006.
- [6] 喻坚. 现代体育与可持续发展[J]. 四川体育科学, 1998(1): 10-13.

或者危险品,防止和四周的障碍物发生撞击。

## 5 创编体育游戏的方法和步骤

### 5.1 确定游戏的目标和任务

从加入游戏的参加人员来说,参与游戏的意义在于娱乐身心,参加的人员大部分是为了从游戏里获得快乐。创编体育游戏的时候,最主要的是应该明白游戏的意义是什么,然后我们的创编才可以顺利进行。

### 5.2 制定游戏的规则

体育游戏的规则是游戏是否能够进行的关键,只有完善规则才可以带动参加者的参与度。一套完备的游戏规则同时也是评定游戏胜负的关键依据所在。起码规则应该保障游戏的公平。规则一定要细化,尽可能完备制定出每一个可能会发生的情况。奖罚分明,从而让参加者明确规矩的重要。

体育游戏的创编规定,要使规则具有的统一性,使各个规矩能够互相促进,互相加强。另一方面要注重理清各个细则间互相对立、互相制约的关系。最大程度地减轻它们间的互相干预。要从提升游戏的全局质量,决定自己的应该如何取如何舍,重实效,重创新。

### 参考文献

- [1] 朱艳燕. 民族游戏与小学体育教学的融合[J]. 上海课程教学研究, 2018(9): 42-45.
- [2] 肖尔盾. 基于满族文化传承的体育课程校本化实施研究[D]. 东北师范大学, 2018.
- [3] 徐康德. 民族地区体育课游戏式教学的必要性研究[J]. 青少年体育, 2018(4): 92-93.
- [4] 曾晓进. 变迁、互动、交融与发展[D]. 福建师范大学, 2011.