

“立德树人”背景下大学武术散打课程思政与实践途径

周永盛¹, 张峰²

(1. 集美大学体育学院, 福建 厦门 361021; 2. 集美工业学校, 福建 厦门 361021)

摘要:“立德树人”是当前国家对学校教育的总要求,教育部要求各类学校全面贯彻“三全”育人教育理念。武术散打是我国传统武术的一个代表,如何创造性、创新性地应用散打运动特质来立德树人?研究从逻辑演绎与现实追究两个视野,对作为体育的散打与作为文化的散打内涵进行分析,对大学武术散打课程思政实践中存在的问题进行梳理。将散打课程的思政内涵提炼为“武德先行、果敢担当、自强宽恕、举礼为纲”,并在课堂教学过程中随机适时传承优秀文化;时时注意对抗过程中场地与护具的安全;培养果敢攻防与不退却的担当;在激烈的对抗中强调尊重规则与敬重对手。将思政教育与品德培养融合在踢打快摔的进攻与防守全过程。

关键词:立德树人;课程思政;散打课程;文化传承;武术

中图分类号:G 807.4;G 852.4

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2024)05-0073-05

Under the Background of “Cultivating Virtue and Nurturing People” ——Analysis of the Ideological and Political Structure and Practical Approaches in University Martial Arts Sanda Courses

ZHOU Yongsheng¹, ZHANG Feng²

(1. Physical Education Institute of Jimei University, Xiamen 361021, China;
2. Jimei Industrial School, Xiamen 361021, China)

Abstract: The overall requirement of the current state for school education is to cultivate students with moral character, and the Ministry of Education requires all types of schools to fully implement the “San Quan” education. As a martial arts course in university, it represents China’s excellent traditional culture. How to creatively and innovatively apply the characteristics of Sanda to cultivate morality and talent? This study analyzes the connotations of Sanda as a sport and Sanda as a culture from the perspectives of logical deduction and practical investigation, and sorts out the feasibility and practical problems of ideological and political education in Sanda courses. The paper extracts the ideological and political connotations of Sanda courses into “martial ethics first, courage and responsibility, self-improvement and forgiveness, and etiquette as the key”, and randomly and timely inherits excellent culture in the classroom teaching process; always pays attention to the safety of the venue and protective equipment during the confrontation process; cultivates a sense of courage, offense, and non-retreat; emphasizes respecting rules and respecting opponents in intense confrontation. It integrates ideological and political education with moral cultivation throughout the entire process of kicking, hitting, throwing attacks and defenses.

Key words: cultivating virtue and nurturing people; ideological and political; Sanda course; cultural heritage; Wushu

教育部2020年颁发了《高等学校课程思政建设指导纲要》的通知。通知指出:“培养什么人、怎样培养人、为谁培养人是教育的根本问题,立德树人成效是检验高校一切工作的根本标准。全面推进课程思政建设,就是要将价值观引导贯穿于知识传授和能力培养中,帮助学生塑造正确的世界观、

人生观、价值观,让所有高校、所有教师、所有课程都承担好育人责任,守好一段渠、种好责任田,使各类课程与思政课程同向同行,将显性教育和隐性教育相统一,形成协同效应,构建全员、全程、全方位育人大格局”^[1]。

体育课是大学必修课,体育教师要扎实上好体

收稿日期:2023-04-03

第一作者简介:周永盛(1976—),男,福建龙海人,讲师,硕士。研究方向:散打教学与训练。

育思政课,在大学生世界观、价值观、人生观形成的敏感期中,守好“一段渠”,建设好“主渠道”,在快乐的运动中达到教书育人的效果。

1 大学散打课思政的内涵

1.1 体育课与专业思政课的融合与分工

思政教育在国家的基础教育中是一以贯之的,从幼儿园的教育开始就有爱国、爱党、爱社会主义教育。但是我们也要防止过多说教式的思政教育,这无法达到教育人和培养人的目标。

教育部通知中的课程思政,具体有习近平新时代中国特色社会主义思想、加强中华优秀传统文化教育等方面内容。体育课如何开展这些方面的教育?应当针对不同专业的学生,与专业思政课无缝对接。党课、入学教育、军训、思政专业课等主要培养爱党、爱国家等情怀。而结合这个前提,作为优秀传统文化载体的武术运动,则是以几千年形成的“格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下”八目为依照,培养学生具备传统文化的君子品质。

1.2 散打课程思政的对象

大学的散打课主要面对两部分学生:一是武术与民族传统体育专业的学生,武术将成为他们毕业后一种职业,扎实的专业基础与宽阔的专业视野是这部分学生的必备素养。他们要成为优秀传统文化的继承与创新者,需要比较系统的传统修身文化、健身文化的知识,需要掌握系统的武术知识与出色的专业技术技能,掌握武术散打教学与训练的方法,也需要经过实践历练。二是大学公共课选修课程学生,大学体育的目标是让学生在体育锻炼中“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”。这部分学生只要求初略了解祖国优秀传统文化中有这样的集防身、健身、修身于一体的运动方式,初步掌握散打运动技能,能够科学从事散打运动锻炼。

不同对象的体育课思政目标应该有区别、课程内容有区别、课程结构有区别、课程评价标准有区别。

1.3 散打课程思政的内容与结构

在中国几千年历史长河中,武术一直伴随着中华民族繁衍发展。国家将武术列为优秀的民族文化,在强调文化自信的当代,武术运动应该有重要的地位。我们必须看到,产生于农业社会的武术运动,随着工业化的进步,从聚居乡村的生活到城市化的生活,在

法制逐渐健全的社会背景下,武术的格斗作用已经基本转变了,武术散打已经是一项体育运动,那么作为一项运动的武术散打,会给习练的学生带来什么?

作为体育运动的散打,如何在课程教育中构建现代的体育观,如何让公共体育课学生理解“健康的五大要素”,如何在散打运动中增强体质的同时找到乐趣?如何在运动欣赏、运动参与的过程中感受体育运动的巨大魅力?可以通过先进的多媒体来观赏高水平运动竞技,引导学生参与并支持运动,以至走向社会后,成为体育运动发展的有力支持者。

作为一种徒手格斗技术,散打主要的运动内容是“踢、打、快摔”,配合踢打快摔的步法、提升击打力量的辅助练习等。如何科学有效地训练,达到提升专项身体素质?散打技术又如何有效习得?如何在散打运动各类竞赛中,通过战胜自己、超越自己的过程赢得人格的健全发展?如何根据社会经济与文化环境的改变,发展好自己的专业,为社会文化的繁荣,为人民群众丰富的生活增添光彩?这些教学的细节都充满修身的文化传承可能性。

运动课程的结构是教师讲解、教师示范、教学领做、学生练习、教师纠错、学生再练习、考试或讲评。体育教学课中提倡:学会、多练、常赛。教师需要在把握教育过程全局的背景下,设置合理的课堂进阶,在学生认真练习、学会运动技术、参与各类竞赛中,有效地践行思政教育。

2 引导大学散打课思政的四个方面

体育课程思政推进中,不同运动项目重点应有所不同。如篮球运动应该突出:团队竞争、规则意识、胜负观念、敢打敢拼;田径运动则突出:生存发展、吃苦耐劳、脚踏实地、奋勇争先。

散打运动的特点在格斗,就是在规则的限制下,自由多变地应用踢、打、快摔等徒手技术,进行斗勇、斗智的身体运动。散打运动思政引导可以从四个方面入手:

第一是“武德先行”。在法制健全的今天,格斗已经受到严格的限制,但是武术格斗总给他人和社会一种压力,我们在散打教学课程应该特别强调“武德先行”。古代武德有:“禁暴、戢兵、保大、功定、安民、和众、丰财”,这是国家层面的武德。当今散打运动者的武德主要在于爱国、守纪、勇气、自信、敢打、能打,而且有节制。我们身处充满竞争的社会环境中,

对于个体来说,敢于竞争、善于竞争是优秀的品质。学习竞争有多种渠道,散打运动中的竞争,无疑是最原始、最接地气的。生活中充满竞争,人没有原始的冲动,不敢竞争,步入社会难免被淘汰。但是竞争必须是有节制的,在法规、法律规范下的敢于竞争。这也是“武德先行”教育的必要所在。

在武器发达的今天,拳脚的威力也无足轻重。我们强调武术散打的思政,主要在敢于格斗的勇气与担当。而传统君子之风的“仁、义、礼、智、信”,是武德的最高境界。

第二是“敢打、担当”。散打对抗是毫无逃避余地的直接对抗,在与对手激烈的拳腿交加攻击中,敢于迎头面对直接的正面攻击,不躲闪、不回避,自信、果敢、冷静等独立自主的品质,是我们现代青年所需要的优秀品质。总体看,目前青少年比较缺乏这种敢于迎着直接冲击上的勇气。散打运动不可能将全国青少年培养成搏斗的能手,但是希望他们在学习这项运动的过程中,拥有敢于担当与直面斗争的勇气。在教学的竞争中重新设计评价体系,使每个参与散打对抗的学生,无论其能力如何,都能从散打教学竞赛参与中获得积极的体验,这是培养敢打、担当的重要途径。

第三是“自强宽恕”。突出散打习练、学习格斗技术,通过散打对抗使弱者养成坚忍不拔的性格。每一个人在生活中都会遇到一些艰难困惑,必须通过拼搏化解危机,弱者才能成为强者;同时,散打竞技中还要使强者具有同情心,当自己明显强大时,要同情帮助弱者^[2],要有传统的“仁”和“恕”,避免因格斗学习而变得粗野蛮横。培养习武之人追求人性的关怀,同情体恤弱者,自我克制,大度而自信。具备威而不猛、内心强大、举止优雅、柔中有刚的气质。学习散打技术,首先要能打,能够从容与实力相近的对手对抗,占有胜机,才能在面对较为弱小的对手时表现出宽容与忍让。为较弱同学的进步递招,甘当陪练,这是一种宽容与自信的体现。教师在教学训练中应该注意到这种磨砺方式对学生的教育引导作用。

第四是“举礼为纲”。散打竞赛中有严格的礼仪规定:运动员上台前向教练行“抱拳礼”;比赛开始前向裁判员敬礼、向对手敬礼;比赛结束后分别向对手、裁判员、对方教练员行礼。礼节正是培养郑重地与他人相处的一种有效手段。课程教育中,严格规范地行礼,从站立姿势,行抱拳礼的手势,到内在的敬意与面部的表情都要到位,不能一边敬礼,一边是表情淡漠

或漫不经心。这些细节必须充分注意,通过表扬肯定规范的学生,纠正礼节表现不到位的学生,达到教育学生的效果。

“动若脱兔,静如处子”,以“礼”为约束,特别是两人对抗中拳来腿往,激烈竞争;间歇时,相敬如宾,彬彬有礼。要求学生把武术礼仪化为课堂日常的行为:“看到长辈或同学要大声问候”“得到帮助要表示感谢”“怀着感恩之心,热心助人”“行、立、坐、卧除了简洁合理,还不能给他人带来麻烦”等等。

3 大学散打课面临的几个问题

3.1 教师自身的问题

“教师身教与见识不足”问题:术科教师个人知识结构相对薄弱,对理论知识重视不够,武术运动内含传统文化领会有待加强,而且及时接受新的教育理念方面也存在诸多不足。

教师在教学过程中还存在着“规矩制度缺位”问题:专项教师重视运动选才,选择出身体条件与心理品质优秀的苗子,然后严格要求,加运动量,或者以赛代练,给学生创造更多竞赛的机会,对竞赛成绩好的学生,在平常的训练与言行方面放任情况时常出现。在教学训练生活中对学生了解也不细。训练中管理学生方式较为粗暴,自己成长的经历也是被师傅骂出来的,当老师了,责骂学生时有出现。

教师要以身作则,对专业心怀敬畏。在课堂教学过程中,要求学生做到,老师先要做到。如何设计教学过程,如何在适当的时机提出适当问题,哪些内容放在什么时候说,遇到什么情况可以进行集体性的引导,什么情况要个别的指导与批评。这些问题要有预先的良好教学设计,教师还必须具备随机分析问题、解决问题的能力与知识储备。

3.2 受伤与胆怯的问题

武术散打与其他项目不同,总让人感觉是直接的打斗,是野蛮的运动。散打运动拳打脚踢直接碰撞,容易造成伤害,也让部分公共课学生在选课时望而却步。对于专项学生来说,已经有三五年的专项训练,参加过省级以上竞赛,具备一定抗压力。但是成绩上升经常会遇到瓶颈,或者受伤影响运动成绩。而对于公共课学生来说,从来没有体验过直接对抗,面对对抗过于紧张,或者在对抗教学过程中,偶有出现轻伤,遇到体重大、力量大的对手,本能反应是退让与逃避。或者受伤后在接下来的课程中,不愿意继续参与对抗

训练。面对这些课堂常出现的问题,教师需要因材施教,有效地处理。对受伤的散打专业学生,伤后及时治疗与康复必须列入教师教学计划中。

3.3 有待提升的“生活体育文化”理念问题

无锡高级中学唐江澎校长在 2021 年政协会议委员通道上说:“好的教育应该是培养终身运动者、责任担当者、问题解决者、优雅生活者”^[3]。唐校长认为责任担当、问题解决是从跑步运动开始的,这个观点得到许多人的认同。大学体育课程应该在培养学生良好运动习惯上发挥重要作用。从认知上理解“生活体育文化”,为将来“优雅生活”打下良好基础。

北京体育大学任海认为:“生活体育文化将体育融入青少年的生活,让他们充分体验‘更快、更高、更强’的进取精神,感悟‘卓越、尊重、团结’的社会价值,让体育成为他们探索自我,开发自我的生活伴侣,从而彻底解决我国青少年体育文化缺失的问题,并为其终身体育打下坚实的基础”^[4]。

教师应该明了什么是“生活体育文化”。明了散打课应该解决大学生体育课程的基本目标:领悟体育真谛,维护健康法则;知晓人体运动奥秘;把握科学健身要义。

4 突出散打特质的课程思政实践途径

在体育课中讲坚持党的领导,或许学生感觉调子高,显得落不到地,这导致德育目标的“虚化”及上下位目标的“虚实错位”。散打教学的课程思政如能结合散打运动特质,解决青年学生部分修身问题,就是完好地守住体育课程思政的责任田了。

4.1 传承优秀文化

中国武术强调“天人合一”,敬重自然规律。在日常的生活中就是要保持良好的生活节奏,早起早睡,三餐适度,开朗乐观,适度运动,科学安排读书、运动时间。“自强不息”的精神在武术传承中就是在学习训练中不惧困难,坚持忍耐,持之以恒,发挥自己所长,身体机能与智慧结合展示出散打运动技巧。“和谐、包容、中庸”修养表现在格斗中尊重同伴、在课堂上敬重老师、爱护器材。君子之风的“刚健有为、内在自信、外示谦和、威而不猛”需要老师在散打教学的课堂讲解、讨论、练习、竞赛细节中引导学生习得。

在散打的对抗学习中,要注意吸取传统智慧。“古来习武必知兵”,在战术上知晓“知己知彼”“以正合、以奇胜”等传统智慧;从“慎战”的战略思维出发,

从自身的强大,追求“不战而胜”。在对抗实践中引导学生对传统兵法智慧的领悟,对中华优秀传统文化的兴趣不是停留在口号上,不能浮在灌输式的说教上。传统的智慧不仅应用于散打对抗实践中,也可能在社会实践与校园生活中应用:决胜庙堂、夯实基础、敢于竞争、善于竞争。^[5]

4.2 果敢行动与担当的精神教育

在人的品质中,担当与果敢的精神是非常重要的,责任意识、担当精神在我国传统文化中是品德高尚的表现。相对于体育运动的集体项目,个体偶尔还可以依靠队友;而散打运动,只要站立在台上,与人交手,再大的困难,再强硬对手,也只有自己去面对。击打的最佳时机与距离也是对手反击你的最佳时机与距离,所以敢打敢拼、果断出击是散打对抗取胜的重要因素。教学过程中,要设计好对抗双方学生的技术、力量,让学生敢于迎面对手的挑战,并且能够通过自身技术与身体素质的提高,在一定范围内战胜对手。^[6]正所谓“敢于直面惨淡的人生”,这对一个人来说,只要经历过散打对抗的磨砺,并且能够坚持并找到其中乐趣,在一定程度上就已具备了担当果敢的优秀心理品质。这也是社会主义事业合格建设者的一项必备心理品质。

4.3 敬重规则与宽恕之心的培养

运动竞赛被现实社会引以“公平、公正、公开”的典范,不论省市级比赛还是班级教学比赛,都应该严格培养公平、公开、公正的竞赛意识,引导学生遵守契约的精神。^[7]尊重规则、尊重对手。台上裁判员发出“开始”口令之前,或者裁判“喊停”之后攻击对手判为犯规,必须严格遵守;禁止部位、禁止使用的方法都会造成运动员损伤,引起伤害事故,要严格防止。偶尔出现则重罚并在课堂反复提示,引以为戒。在一个代表队或者班级中,学生的体型、体能、气质是有明显差异的,尽量促进全员进步,调动学生学习的自觉性与激发他们的潜能,如让力量大、技术好的学生与较弱学生对抗,要求以强带弱、帮助弱者成长,学习宽容与慈悲;让技术较弱的学生有机会发挥所学的技术,进行有效的防守与反击,技术或体能较弱学生在学习的各方面给强者反馈,互相激励共同进步。而对略有骄傲之气的学生,组对时让他对抗强手,有限制地打击与挫折,让其感受强中还有强手,生活充满竞争,武坛强手如林,学会自信而不狂妄,努力发挥自己所长,从而培养学生宽容与不懈的品性。

4.4 安全措施下培养无畏精神

学生在学校,不论是课堂还是宿舍中,安全是非常重要的,学校在教育的各个环节中,愈发重视安全因素。散打课拳打、脚踢、快摔直接对抗,既是敢打敢拼素质养成的有效途径,也容易造成伤害事故,一拳打断鼻梁骨,一记重拳打得对手呼吸困难,有时打中对手反而把自己的腕关节伤了,这些可能发生的问題,教师都应该有充分的预案来处理,开始对抗前,场地、器材方面都应该充分考虑到安全。培养敢于迎着拳腿而上的无畏精神,必须在安全保护的前提下进行。精神专注,掌握格挡、阻截、移动闪躲,从动作限制的对抗,到全面放开的对抗,循序渐进;课堂中安排对抗时,双方的身高、体重、体能相近与否都需细致考虑。在保证不受伤前提下,鼓励学生勇敢无畏,迎着对手攻击、主动进攻,或以攻代守、防守反击。

5 结语

武术作为中国优秀的民族传统体育,它是中华民族几千年繁衍中形成的一种身体运动。远古以搏杀为主要形式的生存技术,随着时代的变迁,功能在不断地变化,而习武人多年的积累,也让武术的文化内涵不断地扩展与深化。作为集养生、健身、护身于一体的散打运动,它具备中华核心文化的自强、自信、宽容、不屈的精神。作为突出对抗的武术散打课程,完全可能在教学过程突出其果断、担当、宽容、以德为先、以礼为纲行为习惯的培养,以踢、打、摔、跌、进攻与反击的身体运动来践行中国传统修身——正心、诚

意、格物、致知。

我们要守住散打课这段渠,通过散打课程的引导与磨砺,让习练散打运动的大学生有强健的身体,有扎实的格斗技能,对自然有敬畏之心,对他人有尊重之仪,遵纪守法、克制宽恕、彬彬有礼,自信自尊、独立勇敢、果断而富有行动力,从而为培养合格的社会主义事业的接班人与建设者贡献智慧与力量。

参考文献

- [1] 教育部关于印发《高等学校课程思政建设指导纲要》的通知[Z]. 教高〔2020〕3号.
- [2] 郑旭旭,袁镇澜. 从术至道——近现代日本武术发展轨迹[M]. 厦门:厦门大学出版社,255.
- [3] 唐江澎. 王欢委员谈教育:这届家长是最好的家长[EB/OL]. (2021-03-08)[2023-04-01]. <https://www.163.com/v/video/VK3L9BUAC.html>.
- [4] 任海. 聚焦生活 重塑体育文化[J]. 体育科学,2019,39(04):3-11.
- [5] 毛振明,梁风波,温君慧. 论体育立德树人和体育课程思政的策略与方法(二):目标、内容与方法[J]. 体育学刊,2023,30(04):1-10.
- [6] 孙麒麟. 大学体育与健康教程[M]. 北京:高等教育出版社,2013:20.
- [7] 郑旭旭,周永盛. 武术精神的当代价值[J]. 中国武术(研究),2015,4(21):90-95.

[责任编辑 江国平]