

# Discussion on the Difficulties and Countermeasures of Wushu Teaching

Xiaoyan Wei

Weihai City Sports School, Weihai, Shandong, 264200, China

## Abstract

In Wushu teaching, there are many difficulties and problems, but we should correctly treat all the difficulties and problems, actively come up with solutions, and make corresponding corrections. We should have new innovations and have different educational methods in the face of different students, so as to better achieve excellent teaching results and achieve the corresponding teaching purpose.

## Keywords

Wushu teaching; countermeasures; innovative methods

## 浅谈武术教学的难点与对策

魏晓燕

威海市体育运动学校, 中国·山东威海 264200

## 摘要

在武术教学中, 存在许许多多的难点与问题, 但是我们应该正确对待所有的难点与问题, 积极想出应对方法, 并且做出相应的改正, 要有新的创新, 面对不同的学生要有不同的教育方法, 这样才能更好地取得优异的教学效果, 达到相应的教学目的。

## 关键词

武术教学; 对策; 创新方法

## 1 引言

武术运动是中华民族的传统运动, 在历史的变迁中, 武术又单纯的攻防逐渐发展成为今天的攻防技能可以强身健体, 也可以丰富地展现肢体动作, 是一种非常好的体育项目。在传承的过程中, 也从传统的拜师学艺到现在的普及教学或者兴趣提高培养班或学校等教学场所提供教学。近几年来, 许多学校都尝试开展武术进校园的活动, 让武术更好地融入当代学生的校园生活中, 并且使学生铭记这种传统艺术。但是在教学过程中存在许多的难点, 我们就应找到难点, 想到相应的对策, 并且突破问题, 展开相应的探讨。

## 2 推进武术教学的意义

### 2.1 对于社会的意义

体育运动是人类社会规范和文化规范与体育锻炼的有机结合, 对人的身体有着潜移默化的影响。与西方体育注重

规范控制、以独特规则影响人不同, 中国民族体育的代表武术注重人的道德修养, 对具有中国武术伦理的人施加影响。具有良好道德标准的人能够自觉地遵守社会规范。在中国传统文化的影响下, 武术对武术从业者有着很高的伦理道德要求。拳击是以道德为基础的, 道德是第一艺术, “先学道德, 后练武功”把道德放在非常重要的位置。长期的武术可以将道德内化为人们的意识和行为。因此, 武术道德修养的塑造功能一定可以有利于人的健康成长和社会的和谐发展<sup>[1]</sup>。

习武者以自强不息精神为动力, 以厚德载物为保障, 以“修身齐家治国平天下”为己任, 文明的习武群体日益表现出高雅的品质。通过中国武术进行修身养性、强身健体, 不仅可以提高人们的生活能力与质量, 还可以帮助人们预防和消除生活中学习、工作、生活压力导致的焦虑, 提高社会适应能力。

### 2.2 其本身意义

教育是人类为了延续自己总结和积累的文化, 避免任何事都从头做起, 开始不自觉的传承知识和技能, 以及社会

【作者简介】魏晓燕(1976-), 女, 中国山东菏泽人, 本科, 高级教练, 从事武术套路训练研究。

和文化规范的过程。先秦时期,有一种文武兼备的教育理念:六艺。武术之所以可以成为教育手段的原因,是因为武术本身就非常的生动、形象、方便、有效地传承民族文化的功能。因为掌握武功要花很多时间,自然是磨练人心、塑造侠义、修身养性的好方法。武术的意义已经超越了技术动作本身,成为传承文化、练武的手段。中国古代武术实践者以师傅的言行传授,并传承着师徒关系,维持着人际关系。进入现代后,这一模式在现代学校教育中逐渐演变为尊师重教,进而在师生关系中发挥了积极作用。从人类文明进程的角度来看,中国人利用自己的思维方式、民族的性格、行为的准则、价值的取向和审美的情趣,将一种非常残酷的格斗技术演成一种形式非常多样的,且有着很高艺术欣赏价值的技艺,以技术为基础,追求生活最高境界的文明<sup>[2]</sup>。

### 2.3 对于国家的意义

武术文化是整个中国文化的主要部分。武术的体系是完整的。虽然历史上人们关注技术,很少进行理论总结,但其强大的生命力和足够的文化承载力足以反映民族文化的辉煌。在中国文化的大系统中,武术与哲学、宗教、兵法、医学、养生、美学、伦理等其他文化子系统密不可分。武术在长期的文化渗透中获得了丰富的营养,值得为中国人民创造的东方武术。我们不仅要承认武术是一种技术,我们也不应该仅把它看作是增强我们身体的一种手段,更不用说自卫了。这些理解是正确的,它是一种宝贵的文化和教育资源。对武术的理解和理解,也要站在民族的高度,看到它对弘扬民族精神、传承民族文化、增强国家软实力有着深远的意义。

## 3 武术教学的难点

### 3.1 从学校方面

从学校方面主要是师资方面的缺少或者教练不具备相应的教学能力进行教学,造成学生对于武术的认解有错误。还有就是学校不重视武术教学,只是为了表面的应付而不是真正想让学生学会此项技能或了解武术文化。还有就是学校对于学生的影响力不够大,开设活动次数较少,只是简单地开设一次或两次活动,并没有长期进行此方面的活动研究或者是展开长时间段的武术活动进行学生的教学或者实践活动。造成了学生对于武术活动见解有着不一样的想法,此想法让学生并没有真正意识到武术的重要性,并不了解武术的相关文化,从此也减少了对于武术的兴趣。

### 3.2 从学生方面

从学生方面来说,主要是学生有着对于武术的排斥心理或者是不想学习此项运动的心理,造成对于学校方面强行

教给学生的教学,有的学生只能选择敷衍了事,或者干脆逃课。我们应该杜绝这种行为的出现,这是非常严重的一点。还有就是学校方面对于学生的教学使学生提不起想学的兴趣,让学生兴趣低下,从而造成厌学的情况出现,从而加重学生的逆反心理,包括对于此项运动的逆反心理都是非常严重的。对于武术教学的难点都包含在其中。还有就是本来有想学的学生,但是由于武术动作复杂,对肢体的协调性要求太高,学生非常难掌握,往往是课上学会了,但是课后就不加以练习,所以就造成了一点儿一点儿对武术的学习丧失兴趣,从而出现了放弃学习的情况出现。

## 4 对于武术教学的改进对策

### 4.1 教学定位

根据当代学生的特点、师资力量和硬件情况辅助教学。应本着弘扬民族精神追求、宽待、和谐的品德在价值上达到通过增强体质来培养学生的竞争体育精神和坚韧不拔的意志。在手段上要注重简单化、实用化,并且带有娱乐性可以快速见效等方法相结合来对学生进行武术教学。这样可以更好地让学生对于武术的学习有兴趣。

### 4.2 如何提高教学质量

#### 4.2.1 在师资配备方面

在教练的配备上,可根据现在的状况,采取外聘或者本校教练自己培训的方式来逐步进行过渡使师资变得稳定化。有专项教练,要解决当前学校师资力量不足的问题,提高教学教武术教练的教学水平。一些学校自编的武术动作要求。因地制宜,容易教学,适应本校学生,并且不会给学生造成太大的学习压力。

#### 4.2.2 对学生的实用化与兴趣化

从学术方面有两点就是教学的实用化与兴趣化,实用化主要体现在有利于促进学生自觉练习和教学的推广。要根据本校学生的特点来制定一套,适合本校学生的动作,动作简单易学,并且在后期的训练中容易操练,适合长时间的训练,像一些初级的长拳、简式太极拳都可运用在其中。具体的教学还要有着学习的基础,保证安全,也强身健体,这样将武术与健康相结合来彰显武术的价值。同时也要在教学方面做出自己的突出,在学习兴趣方面,为教学而开设的课程不能太过无聊,要设法让学生提起兴趣,应找一些适合学生心理的课程做起并且在男生女生方面也要做出相应的调节,像有的女生想学习防身术和还有一些男生想学习对练或者散手等来使大多数学生满意,这样可以提高相应的教学效果<sup>[3]</sup>。

### 4.2.3 提高教学的创新

在创新方面,我们要将传统的精神进行保留,然后加强对于教学方法方面的创新,多加进一些现代学生喜欢的东西,要将教学训练呈现多样化,是学生提起学习的兴趣,在学习过后,也有相应的欲望想去练习所学习过的动作,这样才能更好地使学生学习武术。

## 5 结语

武术教学是对于当代学生学习武术的最好方式。通过课堂来教学就要有着相应的难点,但是我们也要做出相应的对策。我们在教学过程中要加强课堂的反馈,要及时调整教学方案,教师不能一味地采取同样的方法教学,要了解学生

的意见。与此同时,在课后我们还要及时地总结设计经验,不断地提高我们的教学质量。在失败中找到经验教训,从而在下一次教学中可以改正,这样可以更好地使学生学习武术,学习武术精神,学习中华民族的传统文化。

### 参考文献

- [1] 刘成义.试析如何将武德教育贯穿到中小学武术教学中[J].拳击与格斗,2020(6):42.
- [2] 黄亚彬.浅谈高校武术教学中加强武德教育的意义与对策[J].当代体育科技,2015(7):107-108.
- [3] 沈威,刘欧美.普通高校体育武术俱乐部教学模式的实施难点与对策研究[J].当代体育科技,2019(8):187-188.

(上接第78页)

美太少了,无意的一句赞美,给了他自信,更给他带来了成功。

## 5 结语

区域游戏的开展使幼儿真正成为了学习的主人,也对我们教师提出了更高的要求,今后的路还很长,前面还有许多问题需要去解决,还有许多困难需要去克服,笔者将边研究边总结,在活动中更好地激发孩子的探究欲望,发展孩子的探究能力。

### 参考文献

- [1] 张雪珏.在区域活动中有效培养幼儿的探索能力[J].作文成功之路(中旬),2016(1):13.
- [2] 焦婷.在区域活动中培养幼儿的自主性探索能力[J].学前教育研究,2006(3):59.
- [3] 邢宇.在区域活动中幼儿自主性探索能力培养的研究[J].课程教育研究,2015(8):11-12.