

体育时空

武术在普通高等院校体育教育中的价值研究分析

甘伟 刘金姗

(云南民族大学体育学院 云南昆明 650031)

摘要: 武术作为中华优秀传统文化的重要载体,在新时代高校体育教育体系中承载着独特的育人价值。本文围绕高校体育教育目标的转型需求,系统梳理武术在身体、心理、文化、教育与社会等多个维度的功能体现,并指出当前课程体系、师资建设与评价机制中存在的主要障碍。在此基础上,提出了构建多维价值导向课程体系、强化复合型教师队伍建设与建立科学教学评价机制的策略建议。研究旨在推动武术教育从“存在性参与”走向“价值性融合”,为高校落实立德树人根本任务、提升体育课程综合育人成效提供理论支撑与实践路径。

关键词: 高校体育教育; 武术价值; 课程改革; 育人功能

武术作为中华优秀传统文化的重要组成部分,兼具健身、防卫、审美与育人等多重功能,历来在体育教育中占据独特地位。当前,普通高等院校正处于体育教育改革深化与“立德树人”根本任务落实的关键时期,对课程的综合育人价值提出更高要求。在此背景下,武术以其独特的文化属性、身体锻炼价值和德育功能,为高校体育教育赋予了新的内涵。然而,受限于课程设计单一、教学理念滞后与价值认知模糊等因素,武术在高校体育体系中的实际作用尚未充分发挥。为此,本文以“价值研究分析”为核心,系统探讨武术在普通高等院校体育教育中所体现的身体、心理、文化、教育与社会五重价值,结合当前教学实践,剖析价值实现过程中面临的制约因素,并提出优化路径,旨在为高校武术教育的内涵式发展与综合价值提升提供理论支撑与实践思路。

1. 高校体育教育中的武术价值定位分析

1.1 武术在高校体育课程中的功能延伸

在高校体育教育目标从“增强体质”向“综合育人”转型的进程中,武术的功能实现也发生了显著变化。作为传统体育项目,武术原本以身体锻炼为主要目的,但随着教育理念的更新,其在高校课程中逐步演化为集体能训练、人格塑造、文化认同与道德教育于一体的综合育人载体^[1]。武术中蕴含的礼仪规范、尊师重道、修身养性等思想内核,与当前高校“立德树人”的育人宗旨高度契合。同时,武术训练对体质健康的促进作用明显,有助于改善大学生常见的亚健康状态。其独特的文化属性和群体实践特征也为校园文化建设注入活力,形成以传统文化为核心的体育育人环境^[2]。因此,武术在高校体育课程中的功能已远超体能训练,正在成为促进学生全面发展的重要平台。

1.2 “价值多元”视角下的武术教育属性重构

武术在高校体育教育中的价值表现不应仅限于其运动属性,而应从多元视角加以系统重构。在身体维度,武术通过有节奏、有结构的动作组合促进体能全面发展;在心理维度,其重视意志锤炼、情绪控制与专注力培养,契合心理健康教育的目标;在文化维度,武术作为中华优秀传统文化的重要载体,蕴含哲学思想、礼仪精神和民族认同,有助于增强学生的文化自信^[3];在社会维度,武术推动公共健身理念的普及,服务国家健康战略,具有积极的社会延展性。这种“运动+文化+思政”的融合教育理念,打破了传统体育教育中技术导向的单一格局,为新时代高校体育教学注入深层次的人文精神与教育价值,是高校课程改革与价值转型的重要方向。

1.3 高校教育语境中武术价值研究的现实意义

在高校体育课程面临“去竞技化、重教育性”转型的大背

景下,系统研究武术的价值内涵具有重要现实意义^[4]。一方面,武术能够有效补充高校体育教育目标的内涵,实现体育课程从“身体教育”向“综合素养教育”的延伸;另一方面,作为兼具文化和思想内涵的体育形式,武术在新时代高校“三全育人”体系中具有独特地位,可在课程思政、民族文化和青年价值引导等方面发挥积极作用。通过对武术教育多维价值的挖掘,有助于高校构建符合时代需求的体育育人体系,提升体育课程的育人质量与社会认同度。同时,也为相关教育决策与课程资源建设提供理论依据,推动武术教育在普通高等院校中由“存在性”走向“价值性”的深度实现。

2. 武术在高校体育教育中的核心价值表现

2.1 身体价值: 提升学生体质与运动能力的有效方式

武术作为综合性身体活动,对提升大学生体质健康具有显著优势。其动作设计多样,结合力量、速度、柔韧与协调等多种运动能力训练要求,不仅可以全面调动身体各部位肌群,还能增强心肺功能、提升灵敏性与爆发力,改善大学生常见的身体素质弱项。武术中的基本功训练、步伐配合与呼吸调控,有助于形成节律感和身体控制能力,特别适用于提高身体协调与灵活水平。

2.2 心理价值: 促进心理调适与意志品质培育

武术训练注重意志力的磨砺与情绪的内在调控,在心理教育层面具有独特作用。在训练过程中,学员需通过持续的练习来突破身体与心理的耐力边界,从而在不断挑战中增强自控力与耐力。武术讲求“身心合一”,通过呼吸与动作的协调实现心理安定,对缓解焦虑、调节情绪与释放压力具有显著效果,特别适合高校学生面对学业、人际与发展压力所产生的心理负担。同时,武术所倡导的尊重、克己、自省等道德精神,对学生品格塑造与心理成熟具有积极引导意义。

2.3 文化价值: 传承中华优秀传统文化的教育媒介

武术不仅是一项体育运动,更是中华民族深厚文化底蕴的具象化表达,其在高校教育中的开展对弘扬传统文化、增强文化认同具有重要意义。作为中国传统礼仪、哲学、美学的集中体现,武术课程能够有效引导学生理解儒道思想中的修身、齐家、治国、平天下等理念,在实践中实现文化认知与精神体验的统一。武术的传播形式也多样化,可通过课堂教学、社团活动、节庆表演等方式融入高校校园文化生活,推动中华优秀传统文化走近青年、融入日常。

2.4 教育价值: 深化德育功能与思政教育融合

武术教育历来强调“以德为先”,其中所蕴含的武德观念、行为规范与人格修养,能够有效助力高校“立德树人”根本任

务的落实。武术教学中注重纪律意识、尊师重道、谦虚礼让等行为养成,促使学生在体育学习过程中潜移默化地接受德育内容,形成自我约束与社会责任意识。与此同时,武术课程作为思政育人的优质载体,可在课程中引入民族精神、家国情怀与历史担当的教育元素,使思想政治教育实现“润物无声”的融合表达。在当前“课程思政”体系不断深化的高校育人背景下,武术具备天然的价值承载能力,可实现知识传授与价值引导的有机统一,是高校打造“思政+体育”协同育人机制的关键组成部分,体现出体育课程在全人教育中的基础地位和战略意义。

2.5 社会价值:拓展就业路径与服务社会健康战略

随着健康中国战略的全面推进,社会对体育人才的需求结构日益多样,武术作为特色鲜明、文化兼备的体育项目,在社会服务与就业导向层面具有积极拓展空间。一方面,武术专业人才可在教育培训、文化传播、体育组织管理等领域实现多元化就业,满足当前健身指导、传统文化推广与中小学生体质干预等社会需求;另一方面,武术课程在高校中的普及培养了学生终身体育意识和健康生活方式,为全民健身目标的实现奠定了社会基础。武术所倡导的健康理念与行为方式,对于构建和谐社会、促进国民健康具有长期影响。

3. 高校武术价值实现面临的障碍与瓶颈

3.1 课程体系缺乏整体设计与层次性建构

当前高校武术教学普遍存在“重技能、轻理念”“重套路、轻应用”的问题,课程内容单一、结构松散,难以体现武术的多元教育价值。大多数课程仍停留在基本套路训练和模仿练习阶段,缺乏与健康教育、心理调适、文化认知等功能模块的系统整合,导致教学目标狭窄、学生获得感不足。同时,缺乏针对不同年级、不同基础学生的分层分类教学体系,课程难以因材施教、逐步递进,限制了学生的持续参与和能力发展。纵深课程结构缺失,难以实现教学目标的系统性与持续性,也不利于学生在武术学习中形成自我成长路径,阻碍了其育人价值的充分实现。

3.2 教学理念与师资建设对武术价值挖掘不足

多数高校武术教学仍以传统模式为主,教学理念滞后,忽视武术作为文化与教育载体的潜能挖掘。教学内容以技能展示为核心,缺乏对其德育、文化、心理等多重价值的系统引导,使学生难以深入理解武术的精神内涵。师资方面,一方面教师数量不足,难以满足大班教学与个性化指导的双重需求;另一方面,部分教师专业深度虽强但教育素养不高,缺乏课程思政、跨学科融合与学生心理引导的能力,限制了教学质量的全面提升。缺少复合型师资队伍建设,严重制约了武术课程从“体育活动”向“综合育人平台”的跃升。

3.3 缺乏跨领域整合与价值评估机制

武术课程在高校育人体系中常处于“孤岛”状态,难以实现教体美思政等多领域的协同联动。教学实践中,课程设计与学校整体人才培养目标脱节,缺少与德育、心理健康、文化素养等模块的横向融合,使其教育价值未被充分识别和利用。同时,高校在课程评价方面多以出勤率、完成度为核心指标,尚未建立涵盖身体、心理、德育与文化传承等多维目标的综合评估机制,导致武术课程成效难以被量化呈现与制度认可,也难以激励教师深度开展教学创新与价值拓展,从而影响了其在整体教育价值链中的定位与影响力。

4. 增强武术教育在高校价值功能的实现路径

4.1 构建多维价值导向的武术课程体系

高校应围绕“身体素质提升、心理健康培育、文化传承引

导、价值观塑造”的多元目标,系统重构武术课程体系。通过模块化设计,将课程划分为基础技能训练、健身调理、武德修养、文化赏析等功能导向模块,满足不同学生的成长需求。同时,推动课程设置由“横向覆盖”向“纵向递进”转变,构建分学期、分阶段的课程梯度,形成科学、系统的教学进程。应突出“体-心-德-文”四位一体的教学结构,融合身体训练与文化认知,打造兼具专业性、通识性与育人性的课程形态,真正实现武术教育价值的立体化呈现。

4.2 加强高素质复合型武术教师队伍建设

武术课程价值的实现依赖于具有复合能力的高素质教师队伍。高校应通过师范院校联合培养、校地协同培训等方式,推动师资培养向教育学、心理学、文化学等方向拓展,强化教师在育人理念与教学策略上的系统提升。支持教师参与教学科研项目,推动教研融合,将研究成果转化为校本课程资源。鼓励优秀教练转型为教育型人才,并通过进修学习提升其教育素养。同时,设立教师发展激励机制,增强教学积极性与创新能力,提升武术教师在学校育人体系中的话语权与专业影响力,夯实武术教育质量基础。

4.3 建立武术教育价值导向的评价与激励机制

应构建以“价值实现”为核心的多元评价机制,打破以技能考核为主的单一评价模式。新型评估体系应覆盖学生在身体素质改善、心理素养提升、文化认知深化和行为习惯养成等方面的综合发展成效。鼓励采用定量与定性相结合的方式,如成长档案、过程性评价、学生反馈与表现性任务等,实现对武术教育价值链的全面呈现。同时,将武术课程成效纳入高校人才培养质量评价指标,推动其在教学资源分配、课程安排、师资考核中的制度化认同,进一步激发教师与学生的参与热情,形成良性教学生态与育人效应。

5 结语

武术在普通高等院校体育教育中的价值不应仅被视为身体锻炼的手段,而应被全面认知为集身体、心理、文化、教育与社会价值于一体的综合育人载体。当前,高校在课程设置、师资建设与评估机制等方面仍存在诸多瓶颈,制约了武术教育功能的充分发挥。未来,应以多维价值为导向,优化课程体系,培育复合型教师队伍,完善教学评价体系,推动武术教育在高校实现由“形式参与”向“价值驱动”的转型,为新时代高校人才培养提供更丰富、更有力的路径支持。

参考文献:

- [1]吕艾文,郭玉成. 实体·主体·体道: 武术套路审美的三重意象 [J]. 上海体育大学学报, 2025, 49 (03): 87-97. DOI:10.16099/j.sus.2024.06.21.0004.
- [2]熊霞,雷斌. 武术师徒制的基本特性、文化内涵与现代启示 [J]. 武汉体育学院学报, 2025, 59 (03): 63-69. DOI:10.15930/j.cnki.wtxb.2025.03.009.
- [3]杨建营,杨建英. 基于中国健康体育课程模式的普通高校太极拳选项课改革实践探索 [J]. 体育学刊, 2020, 27 (06): 111-117. DOI:10.16237/j.cnki.cn44-1404/g8.2020.06.011.
- [4]徐亚奎,王维月,杨建营. 普通高校武术选项课教学流程设计研究 [J]. 武汉体育学院学报, 2018, 52 (04): 68-74. DOI:10.15930/j.cnki.wtxb.2018.04.010.

作者简介:甘伟,2000.04-,男,汉族,四川泸州人,硕士研究生在读,研究方向:体育产业、民族传统体育。

刘金姗,2000.12-,女,汉族,山东淄博人,硕士研究生在读,研究方向:体育教学训练、健身瑜伽。