

The Value and Practical Strategies of Integrating Traditional Culture into Martial Arts Teaching in Colleges and Universities

Dandan Zhu Feng Zhu

Kunming University of Arts and Sciences, Kunming, Yunnan, 650000, China

Abstract

Martial arts teaching in colleges and universities not only undertakes the task of enhancing students' physical fitness and improving their sports skills, but also serves as an important carrier for the inheritance of excellent traditional Chinese culture. Integrating traditional culture into martial arts teaching in colleges and universities helps students understand the philosophical thoughts, moral norms, and aesthetic values embedded in martial arts techniques while mastering them, thereby enhancing their cultural identity and national pride. Based on an analysis of the current situation of martial arts teaching in colleges and universities, this paper explores the practical value of integrating traditional culture into martial arts teaching and points out its significance in promoting national spirit, cultivating students' sound personality, and enhancing the educational function of the curriculum. Meanwhile, combined with the actual teaching situation in colleges and universities, this paper discusses practical strategies for integrating traditional culture into martial arts teaching from aspects such as reconstructing teaching content, innovating teaching methods, and improving evaluation systems, with the aim of providing important reference for the reform of martial arts courses in colleges and universities and the inheritance of traditional culture.

Keywords

University martial arts; Teaching; Integration of traditional culture

高校武术教学中传统文化融入的价值与实践策略

朱丹丹 朱枫

昆明文理学院, 中国·云南 昆明 650000

摘要

高校武术教学不仅承担着增强学生体质、提升运动技能的任务,更是中华优秀传统文化传承的重要载体,将传统文化有机融入高校武术教学,有助于学生在掌握武术技术的同时,理解其蕴含的哲学思想、道德规范与审美价值,增强文化认同感与民族自豪感。本文在梳理高校武术教学现状的基础上,分析传统文化融入武术教学的现实价值,指出其在弘扬民族精神、培育学生健全人格及提升课程育人功能方面的重要意义。同时结合高校教学实际,从教学内容重构、教学方法创新及评价体系完善等方面,探讨传统文化融入高校武术教学的实践策略,以期高校武术课程改革和传统文化传承提供重要参考依据。

关键词

高校武术; 教学; 传统文化融入

1 引言

在新时代高等教育背景下,高校课程不仅强调专业能力培养,更注重立德树人和文化育人功能,武术作为中华民族传统体育项目,具有深厚的文化底蕴和独特的教育价值,是高校体育课程中不可忽视的重要内容^[1]。但当前部分高校武术教学仍以技术传授和动作训练为主,对武术所承载的传统文化内涵挖掘不足,导致学生对武术学习兴趣不高、文化认知浅表。如何在高校武术教学中有效融入传统文化元素,使学生在“习武”的同时“明理”“修德”,成为高校体育

教学亟需思考的问题^[2]。因此,系统探讨传统文化融入高校武术教学的价值与实践路径,对于提升武术教学质量、推动中华优秀传统文化进校园具有重要现实指导意义。

2 高校武术教学中融入传统文化的现实价值

2.1 增强大学生对中华优秀传统文化的认同感

高校阶段是大学生世界观、价值观逐步成熟的关键时期,武术作为中华优秀传统文化的重要组成部分,其发展过程与中华民族历史、哲学思想和审美观念紧密相连^[3]。在高校武术教学中融入传统文化内容,如武术起源、流派特点及其所蕴含的文化精神,有助于学生在学习动作技术的同时,理解武术背后的文化逻辑。通过系统呈现武术与中华优秀传统文化之间的内在联系,能引导大学生正确认识传统文化的时代

【作者简介】朱丹丹(1992—)女,中国云南宣威人,硕士,助教,从事武术与民族传统体育研究。

价值,增强其对中华文化的理解与认同,从而在潜移默化中提升文化自信^[4]。

2.2 促进大学生健全人格与道德素养的形成

传统武术不仅强调技击能力的提升,更注重“以武修德”的价值追求,武德教育是传统武术文化的重要内容,包括尊师重道、克己守礼、公平正直等道德规范。在高校武术教学中融入武德教育,有助于引导学生树立正确的行为准则和价值取向,通过课堂教学、实践训练及规范化礼仪要求,学生在长期的学习过程中逐渐形成自律意识与责任意识,有利于其健全人格的培养。相较于单纯理论说教,武术教学中渗透传统文化与道德教育,更具实践性和感染力。

2.3 提升高校武术课程的教育深度与吸引力

当前部分高校武术课程存在教学内容单一、学生参与积极性不高等问题,将传统文化融入武术教学,有助于拓展课程内涵,丰富教学内容层次^[5]。在动作教学之外,适当引入武术历史背景、文化内涵及审美特征,能增强课程的知识性与文化性,使武术教学不再局限于体能训练和技术模仿。此种“技理结合、文武并重”的教学方式,有助于提高学生对课程的整体认知和学习兴趣,从而提升高校武术课程的教育深度与教学吸引力。

2.4 推动高校体育课程思政建设的落实

在高校课程思政背景下,体育课程被赋予了更加丰富的育人功能,武术课程天然蕴含爱国精神、集体意识和奋斗精神等价值元素,是开展课程思政的重要载体。将传统文化融入高校武术教学,有助于教师在教学过程中引导学生理解中华民族精神与时代责任,使体育教学与思想政治教育形成协同效应。通过挖掘武术文化中的思想内涵,将价值引领融入技术教学之中,有利于推动高校体育课程思政建设的有效落实,增强体育课程的育人实效。

3 高校武术教学中传统文化融入的现实困境

3.1 教学目标侧重技能训练,文化目标弱化

在高校体育课程设置中,武术课程通常被归入技能类课程,其教学目标多集中于动作规范、套路完成度和身体素质提升等方面^[6]。受课时安排和考核要求影响,部分教师在教学实践中更倾向于完成技术教学任务,而对武术所蕴含的传统文化内涵关注不足,文化育人目标在课程目标体系中体现不够明确。此种以技能训练为主的教学取向,使传统文化内容难以系统融入课堂,影响了武术课程整体育人功能的发挥。

3.2 教学内容单一,文化呈现形式不足

从教学内容来看,一些高校武术课程主要围绕规定套路展开,教学内容相对固定,文化知识多以简单介绍的形式出现,缺乏系统性和层次性。由于课堂时间有限,传统文化内容往往被压缩或简化,难以形成稳定的教学模块。同时,文化呈现方式较为单一,主要依赖教师口头讲解,缺乏情境化、体验式的教学设计,导致学生对武术文化的理解停留在

表层,难以产生深入认知。

3.3 教师传统文化素养与教学能力有待提升

教师是高校武术教学中传统文化融入的关键因素,部分武术教师在专业技能方面具备较强能力,但对传统文化理论知识系统掌握不足,对武术文化内涵的理解不够深入,影响了文化教学内容的有效传达。此外,在教学方法上,一些教师对如何将传统文化与武术实践有机结合缺乏成熟经验,难以通过科学设计实现文化与技能的协同教学,这在一定程度上制约了传统文化融入武术教学的实际效果。

3.4 课程评价体系忽视文化学习成效

当前高校武术课程评价多以技术动作完成情况、出勤率和体能表现为主要依据,对学生传统文化学习情况关注不足,评价指标中缺乏对文化理解、价值认同及学习过程的考察,导致学生在学习过程中更重视技术训练,而忽视对武术文化内涵的主动学习。此种单一的评价方式不利于引导学生全面理解武术课程的文化价值,也在一定程度上削弱了传统文化融入教学的实际成效。

4 高校武术教学中传统文化融入的实践策略

4.1 优化教学目标,强化文化育人导向

高校武术教学在目标设定上,应突破单纯强调技术掌握和身体锻炼的传统思路,将传统文化教育明确纳入课程目标体系。在教学目标中,既要包含学生掌握基本武术技能、形成良好锻炼习惯的技能目标,也要同步提出文化认知与价值引导目标,如理解武术的文化起源、认识武德规范及其现实意义。例如,在一个以太极拳为主要内容的教学单元中,教师可将教学目标细化为三个层面:一是动作技能目标,要求学生掌握基本套路;二是认知目标,引导学生理解太极拳“以柔克刚、动静结合”的思想内涵;三是情感态度目标,促使学生在学习过程中体会传统文化所倡导的平和心态与自我修养。通过明确而具体的目标设定,使传统文化融入武术教学具有清晰方向,避免停留在零散讲解层面。

4.2 重构教学内容,丰富传统文化融入形式

在教学内容安排上,应将传统文化内容与武术技术教学进行整体设计,而不是简单附加,教师可围绕武术动作、套路和训练方法,对应融入相关文化知识,使文化内容成为动作学习的有机组成部分。例如,在教授长拳基本动作时,教师可结合其历史发展背景,简要介绍长拳形成于军事训练和民间武术实践的过程,引导学生理解动作中所体现的力量感与节奏感;在学习武术礼仪时,将行礼动作与传统礼仪文化相结合,说明其所体现的尊重他人、自我约束等价值观。通过这种“动作—文化—意义”相结合的内容重构方式,使学生在完成学习任务的同时,自然接触并理解传统文化内涵。

4.3 创新教学方法,提高学生参与度

在高校武术教学中,若教学方式长期以教师示范、学生模仿为主,学生易产生被动学习心理,参与积极性不高,

不利于传统文化内容的深入理解。因此,在融入传统文化的过程中,有必要创新教学方法,增强课堂互动性和体验感,使学生在参与中感悟武术文化内涵。情境教学是提升学生参与度的有效方式,教师可结合武术教学内容,创设具有传统文化特征的学习情境。例如,在进行武术礼仪教学时,教师可模拟传统武馆授课场景,明确课堂训练前的行礼顺序和规范要求,引导学生在情境中完成训练准备,学生在实际体验中,不仅掌握行礼动作,还能直观感受到武术中尊师守礼、严谨自律的文化内涵,学习过程更具真实感。在情境教学基础上,引入案例教学,有助于加深学生对传统文化价值的理解。例如,在讲授武德内容时,教师可选取历史上武术名家注重品德修养的典型事例,结合课堂训练要求,引导学生思考武术行为规范在现代学习生活中的体现。教师可组织学生以小组为单位进行简要讨论,并将讨论结论落实到后续训练表现中,如训练态度、合作意识等方面。通过情境体验与案例分析相结合的教学方式,学生由被动接受转变为主动参与,在“做中学、悟中行”的过程中加深对武术文化的理解,有效提升高校武术课堂的参与度和教学效果。

4.4 完善评价体系,注重文化学习效果

在高校武术教学中融入传统文化,评价体系的完善是保障教学效果的重要环节,若评价仅停留在动作技术层面,学生往往将学习重点放在套路完成与考试成绩上,而忽视武术所蕴含的文化内涵。因此,有必要在现有评价基础上,引入体现传统文化学习成效的评价内容,使评价过程与教学目标保持一致。在具体实施中,可采用过程性评价与终结性评价相结合的方式,将文化学习融入日常教学评价。例如,在武术基本礼仪与武德教育教学中,教师可先将学生分成若干学习小组,围绕“课堂训练中如何体现尊师守礼”的学习任务开展合作练习。教学过程中,教师通过观察学生行礼是否规范、训练态度是否认真以及小组合作情况,对学生进行过程性评价;在单元结束时,再通过小组展示或简要学习反思,

对学生对武术文化理解情况进行综合评价。此种以学习任务完成情况和实际表现为依据的评价方式,有助于引导学生在 学习过程中主动关注武术文化内涵,将传统文化理解转化为具体行为表现,从而提升高校武术教学中传统文化融入的实际效果。

5 结语

高校武术教学不仅是体育技能教学的重要组成部分,更是中华优秀传统文化传承与发展的重要载体,将传统文化融入高校武术教学,有助于拓展武术课程的育人内涵,使学生在掌握运动技能的同时,加深对中华优秀传统文化精神与价值观念的理解。通过对高校武术教学中传统文化融入价值、现实困境及实践策略的分析,可以看出传统文化的有效融入需在教学目标、教学内容、教学方法和评价体系等方面进行系统设计 与协同推进。在教学实践中,只有坚持以学生发展为中心,合理运用情境教学、小组合作和任务驱动等教学方式,并通过科学的评价机制加以引导,才能真正实现“教、学、评”一体化,提升高校武术教学的整体质量。

参考文献

- [1] 高璇,裴广,王岩. 传统武术文化融入高校武术课程思政教育的路径研究[J].世纪桥,2025,(11):115-117.
- [2] 王翔. 传统文化教育融入高校中华武术课程思政教育的研究与实践[J].广东农工商职业技术学院学报,2024,40(03):69-74+81.
- [3] 张茜. 武术的强流量与弱现实——兼议传统武术文化融入高校课程思政[J].少林与太极,2024,(07):6-10.
- [4] 尹诗淇,刘洋. 中华传统武术融入高校体育文化教育的对策研究[J].中华武术,2023,(10):110-112.
- [5] 孙楠楠. 重拾传统文化——课程思政融入高校武术的路径探讨[J].中华武术,2023,(08):109-111.
- [6] 李立三,江红梅,陈裕焯. 民族传统体育中武术文化融入高校体育课程思政的实施路径[J].中华武术,2023,(08):115-117.