

新课标背景下深圳市龙岗区中小学武术教学课程模式探颐

冯朝海^{1*}, 许富洲^{2#}

¹南京师范大学附属龙岗学校体育组, 广东 深圳

²重庆中医药学院通识学院, 重庆

收稿日期: 2025年6月15日; 录用日期: 2025年7月15日; 发布日期: 2025年7月25日

摘要

为落实《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》《武术进校园实施纲要》等文件精神, 结合深圳市“先行示范区”建设目标, 推动中华优秀传统文化传承与青少年身心健康发展。本文运用文献资料法、逻辑分析法与案例分析法基于新课程标准的时代背景对深圳市龙岗区中小学武术教学课程模式进行研究探颐。研究以深圳市龙岗区南京师范大学附属龙岗学校为武术课程教学试点, 以课堂为现场、以教学为中心、以育人为宗旨, 通过武术礼仪培养、武术课程思政、武术套路训练、武术技能竞赛多元一体化形式进行系统性武术课程教学, 贯彻落实以礼始以礼终的武德原则。研究发现深圳市龙岗区中小学武术教学存在课程体系仍需完善、武术教学创新不足、武术教学资源受限、教学评价机制缺位的现实困境, 本文通过优化武术课程体系、创新武术教学方式、完善教学评价机制的教学实践, 旨在构建符合深圳实际、可持续推广的中小学武术教学体系, 为深化中小学体教融合提供实践参考。

关键词

新课标, 武术课程教学, 中小学体育, 学校武术

Exploring the Curriculum Mode of Wushu Teaching in Primary and Secondary Schools in Longgang District, Shenzhen under the Background of the New Curriculum Standard

Chaohai Feng^{1*}, Fuzhou Xu^{2#}

¹Physical Education Team of Longgang School Affiliated to Nanjing Normal University, Shenzhen Guangdong

*第一作者。

#通讯作者。

²School of General Education, Chongqing University of Chinese Medicine, Chongqing

Received: Jun. 15th, 2025; accepted: Jul. 15th, 2025; published: Jul. 25th, 2025

Abstract

In order to implement the “Opinions on Comprehensively Strengthening and Improving the Work of School Sports in the New Era”, “Wushu in Schools Implementation Program” and other documents, combined with the goal of Shenzhen’s “Advanced Demonstration Zone”, to promote the inheritance of the excellent traditional Chinese culture and the development of the health of young people’s physical fitness. In this paper, we use the literature method, logical analysis method and case study method to study the curriculum mode of wushu teaching in primary and secondary schools in Longgang District, Shenzhen City, based on the background of the new curriculum standard. The study takes Longgang School Affiliated to Nanjing Normal University in Longgang District of Shenzhen City as the pilot of wushu course teaching, takes the classroom as the scene, takes teaching as the center, takes educating people as the purpose, carries on the systematic wushu course teaching in the form of diversified integration through the cultivation of wushu etiquette, wushu course ideology and politics, wushu routine training, wushu skill competition, and implements the principle of wushu of starting with the rite of passage and ending with the rite of passage. The study found that the wushu teaching in primary and secondary schools in Longgang District, Shenzhen City, there is still a need to improve the curriculum system, the lack of innovation in wushu teaching, wushu teaching resources are limited, the absence of teaching evaluation mechanism of the reality of the dilemma, this paper through the optimization of the wushu curriculum system, innovation in wushu teaching, improve the teaching evaluation mechanism of the teaching practice, aiming to build a wushu teaching system in line with the reality of Shenzhen City, the promotion of the sustainability of primary and secondary schools, to deepen the integration of physical education in primary and secondary schools to provide practical reference. This paper aims to build a wushu teaching system that meets the actual situation in Shenzhen and can be promoted in a sustainable way, so as to deepen the integration of primary and secondary schools.

Keywords

New Curriculum Standards, Teaching Martial Arts Courses, Physical Education in Primary and Secondary Schools, School Martial Arts

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 前言

课程是实现教育目的的重要途径,是组织教育教学活动的最主要的依据,是集中体现和反映教育思想和教育观念的载体。近年来,国家针对课程教学改革不断推进顶层设计,其中中共中央办公厅、国务院办公厅于2017年在《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》(以下简称《意见》)中进一步提出:构建中华文化课程和教材体系;推进传统体育等进校园[1]。教育部于2022年在《义务教育课程方案和课程标准(2022年版)》中所推行的新课程标准强调全面贯彻党的教育方针,调整和改革基础教育的课程体系、结构、内容,构建符合素质教育要求的新的基础教育课程体系。其中,在中小学体育教学层

面明确要求通过贯彻落实“学练赛”一体化教学方式,以教会、勤练、常赛为主,掌握与运用体能和运动技能,提高运动能力。然而很长时间内,我国中小学体育教学存在一些影响体育教学高质量发展的现实困境,其底层逻辑包括课程结构单一,学科体系相对封闭,难以反映现代科技、社会发展的新内容,脱离学生经验和社会实际。此外,课程评价过于强调学业成绩和甄别、选拔的功能,以及课程管理强调统一,致使课程难以适应当地经济、社会发展的需求和学生多样化发展的需求。这些问题的存在,以及它们对实施素质教育的制约及产生的不良影响,都足以说明推进中小学课程高质量发展的必要性和针对性。

中华武术作为中国的传统文化,包括哲学、医学、美学等多方面的知识,不仅是一种体育运动,更是一种文化和精神的追求。武术文化在中小学教育环节中的不断弱化迫切需要在新时代“‘守住’武术的根和魂”,回归武术的本质,以武术特色元素融入中小学体育课程发展体系,构建学校体育不同水平下的武术分类教学特色课程体系,通过武术教学实践与贯彻武德教育来提升中小学生的精神面貌与提振青少年坚毅品质,从而提升中小学生对民族荣誉感与文化认同,推进我国优秀传统文化传承的广度与深度。

2. 新课标背景下深圳市龙岗区中小学武术教学的现状审思

学校体育是学校教育的重要组成部分,对学生身心健康、学业质量和社会适应能力等方面有着重要的意义。本文通过扎根教学一线与积极实践调查发现深圳市龙岗区中小学武术教学存在课程教学体系单一与武术教学版块尚未完善的现实困境,为顺应新课程标准改革趋势,积极贯彻素质教育整体方针,本文提出以下实践构思。

第一,在宏观战略背景层面,通过聚焦国家战略,强化武术文化价值引领,积极贯彻教育强国战略,以理论驱动与课程教学为前提,明确传统武德教育为思想指引,立足中小学校学科建设根基,搭建师生交互平台,从顶层设计出发,响应国家号召,贯彻传承武术育人方针来落实立德树人根本目标。第二,在中观教学制度层面,以新课标背景下中小学武术课程育人实践作为教学试点,充分利用武术元素赋能与专业人才优势形成多元一体化教学育人体系,突出体现在武术课程教学与运动队建设中协同并进。首先,通过指导学生开拓智慧和独立自主,探索武术不同项目在不同水平下中小学开展的可行性与实践反馈,深化学校德育管理机制改革,夯实立德树人主体责任;加强武术课程建设,突出武术德育功能;其次,利用武术课堂教学主渠道,塑造德技一体的德育环境,通过科学完善课程德育评价体系,保障武术课程德育质量。第三,在微观教学实践层面,学校体育应全方位贯彻落实武术育人流程,通过定期开展中小学教师武术教学培训,明确教学内容与教学理念,强化武术基本功教学技能,建设一支专业武术教学师资队伍。充分发挥学校武术运动队人才资源,聘请武术专业教师培训指导或与本省、市、区级武术专业队进行联合教学充分贯彻武术进校园的顶层设计,发挥武术运动队示范引领作用,着重体现于省、市、区级比赛获奖来展示学校风采以及为专业队输送在校注册人才。以榜样示范推动在中小学生武术礼仪养成、武术基本功训练、武术套路展示、武术技能竞赛等方面的精准指导,开展独具学校特色的专项学习指导活动。其中在小学分层开展武术礼仪与诸如少年拳、国际武联规定长拳等武术基础拳法作为试点教学内容;中学分类开设八段锦与武术操调整身心与提振精神面貌来助推中考体育建设,实现中小学武术分层教学。有利于关注学生心理健康、培养学生良好的学习与生活习惯,振奋学生精神、促进良好学风养成,进而为中小学武术课程教学和实践育人工作提供新模式与新思路。

3. 新课标背景下深圳市龙岗区中小学武术教学的现实困境

武术作为中华优秀传统文化瑰宝和国家战略推广项目,其在中小学教育体系中的有效实施面临多重结构性挑战。作为中华优秀传统文化,需要在新时代中小学体育课程教学中找准发力点,应着力于学校武术课程育人为现实指向,构建多元一体的武术育人体系,来探颐我国民族传统体育项目在新课标

背景下深圳市龙岗区中小学课程模式创新之路, 为进一步实现文化自信自强开辟课程教育新赛道。面对新课标下的时代机遇, 如何解决好当下中华武术文化融合学校体育教学的现实困境仍然是重中之重。

3.1. 课程体系仍需完善

武术文化的革新之解体现于既要在文化发展中和合包容域外文化, 也要在文化互通中坚守文化本位与文化底线, 不能因现代化而忽视传统文化原真性发展; 不能因全球化而丢弃文化本位与本土文化认同。教学实施过程的结构化难题在现实教学中得以体现, 第一, 课程体系零散化, 缺乏国家层面统一的进阶性教学大纲与评价标准。诸如教学内容选择随意性强, 各学段衔接断裂, 难成体系, 低学段重趣味游戏, 初中突然转向复杂套路[2]。在课程设置方面, 当前, 深圳市龙岗区大多数学校在武术课程设置与教学实践方面存在例如低学段以简单操化动作为主, 中高年级未能形成武术技能进阶链条, 多数武术课程并未根据不同层次学段学生的身心特点设计进阶内容。现行课程大多覆盖 1 至 9 年级, 但低年级(1 至 6 年级)以武术操为主, 高年级(7 至 9 年级)因升学压力仅保留基础套路教学, 少数学校开展过健身气功八段锦教学, 而开展了武术散打基本技能教学的学校较少, 相比于武术套路课程教学存在技能进阶断层, 缺乏系统连贯性的情况。第二, 文化传承存在表层化, 教学多聚焦于肢体动作(“术”), 对武术蕴含的哲学思想、伦理道德、美学意境(“道”)挖掘浅薄, 文化教育功能流于形式。例如武术文化渗透不足, 武术精神以及历史文化类的内容仅占课时 5%, 学生问卷调查显示, 仅 15% 学生能阐述武术文化价值, 存在文化认同弱化情况, 少部分学生仅掌握动作, 不了解武术历史与精神内涵。此外, 课时保障不足导致武术课在高学段开展不足, 实际开课率未能达到课程计划要求, 主要依靠大课间或校队社团进行开展。第三, 教师普遍存在安全风险与责任焦虑, 如强对抗性练习、器械使用蕴含潜在风险, 缺乏细化的安全操作规范和清晰的责任认定机制, 导致教师教学畏手畏脚, 从而简化教学内容。而在教学实施方面也存在质与量的双重短缺, 武术教师的专业素养和教学水平直接影响武术教学的质量, 学校仍有专业化短板, 具备武术专业教育背景的体育教师严重匮乏。大量一线教师依赖短期培训上岗, 动作规范性、文化阐释力、安全教学能力普遍不足, 武术教学多由非专业教师兼任动作示范的规范性仍需加强, 存在运动损伤风险。

3.2. 武术教学创新不足

武术在新时代需要走好全局最优解的发展道路, 不仅要考虑到其项目的多样性与复杂性, 更要切实将传统项目进行规范性整理, 将优势项目合理规划, 加大对武术套路的实践教学, 并充分利用新时代互联网传播的广度与深度, 以发掘和整理以及结合学校实际与学生水平来促进武术项目高质量发展[3]。目前, 多数学校武术课程仍采用“示范-模仿-练习”的传统模式, 缺乏游戏化、情境化教学设计, 学生兴趣随年级升高递减。1 至 6 年级未建立“基本功-套路-应用”递进链条, 初中年级学生因技能基础薄弱而参与度不够, 同时高年级课程未与青春期心理特征结合, 缺乏防身术应用、团队对抗等实践模块, 学生参与动机持续下降。高年级女生因课程内容偏向“力量型”兴趣度不足。第二, 研究发现跨学科教学联动薄弱, 未设计系统化跨学科项目, 武术与语文(古典武侠文学)、历史(冷兵器演变)等学科联动缺失, 未能形成文化育人合力。以及周边资源未能激活, 学校周边武馆、非遗传承人资源未有效引入合作, 校本课程存在“闭门造车”的境况。

3.3. 武术教学资源受限

中华武术精神包括尚武崇德、忍让谦逊、坚韧不拔等, 其魅力在于技艺精湛、内涵丰富、文化独特和实用性强。尚武, 即崇尚武艺, 注重武术技能的培养和提高; 崇德, 即注重道德修养, 以德为先, 以武为辅。这种精神体现了中华武术的独特之处, 即强调武艺和道德的统一[4]。首先, 政策执行存在落差,

尽管《体育与健康课程标准》明确将武术列为重要内容, 但实际课程地位出现边缘化。大量学校仅在运动会表演、特色检查时突击开展, 日常教学课时被严重挤压或替代, 学生练习时间难以保障。而在教学实践层面, 武术器械教学受限也是一个关键原因, 因安全顾虑, 器械(武术刀、棍、剑)课程仅限学校校队使用, 普通班级基本以徒手教学为主。其次, 硬件设施不足突出体现在专用武术场馆、高质量器材(如垫子、器械)在基层学校普及率低, 难以满足安全、规范教学的基本需求。此外, 数字 AI 赋能与多媒体资源实际利用率低, 超一半教师未使用过标准化武术教学视频进行系统性教学, 缺乏武术项目完整的教学体系延伸。此外, 考虑到学生安全问题以及武术专业性, 也有学校并未配备专业武术课室作为课程实施场地, 大多数以田径场草坪与篮球场为主, 存在一定运动损伤风险。最后, 武术教材的开发滞后在现有校本教材多停留在动作图解阶段, 缺乏二维码视频链接、文化拓展阅读等立体化设计, 学生在课后自主学习力支撑不足, 自主学习意愿与内在驱动力较低。

3.4. 教学评价机制缺位

教学评价体系的滞后问题相对而言也影响了武术课程教学的完整联动, 如评价多侧重技术动作完成度或套路熟练度, 忽视武德修养、意志品质、文化理解等核心素养的评估, 评价方式单一, 导向存在偏差。未能建立系统的教学评价机制。当前武术课程教学过程中存在重技能轻文化、重结果轻过程, 文化理解与武德表现仅作口头评价, 未纳入中小学生综合素质评价体系, 导致“重形轻神”现象普遍。第二, 教学效果评价较为单一化, 技能考核占比较高, 武德表现(礼仪、合作)仅通过教师主观评价, 缺乏量化指标。此外, 由于缺乏过程性评价工具, 并未定期集中展示评定成绩, 学生集体荣誉感难以得到激励, 主动学习意愿与内在驱动力也在逐步减弱。第三, 社会认知与协同育人的“融合性”障碍影响了家长的认知偏差与功利化倾向, 部分家长、学生将武术视为“非主流”运动或“竞技特长跳板”, 对其全面育人价值认同不足。应试压力下, 武术课轻易被视为“可牺牲”科目。考虑到深圳市中小学严峻的升学现状, 中小学学生武术特长未与评优评先、综合素质评价有效挂钩, 学生长期练习动力不足, 武术校队人才流失率偏高[5]。家长也存在对武术认知存在偏差, 尽管武术能够提振中小学学生“精神面貌”, 但仍有部分家长认为“武术影响文化课学习”以及担忧学生运动安全问题, 家校沟通平台未建立常态化武术教育宣传机制, 学校、家庭、社会武术俱乐部之间缺乏有效衔接机制与资源共享平台, 未能形成育人合力。

4. 新课标背景下深圳市龙岗区中小学武术教学的模式探赜

针对当前中小学武术课程教学面临的多维困境, 需构建涵盖制度保障、师资建设、课程重构、资源支持、评价创新、文化赋能的系统化解决方案, 实现从“形式嵌入”到“内涵发展”的转型。通过以南京师范大学附属龙岗学校为武术课程教学试点, 以课堂为现场, 以教学为中心, 以育人为宗旨; 通过武术礼仪培养、武术课程思政、武术套路训练、武术技能竞赛等形式进行系统性武术课程教学, 贯彻落实以礼始以礼终的武德原则, 以多元性思维为主导, 通过教学实践与科学探索的有机结合, 才能实现对于学校武术课程教学的综合研究。

4.1. 提升教育教学效果, 促进课程建设成效

他山之石可以攻玉, 立足当前我国中小学体育教育教学研究领域的前沿, 结合武术多种项目特点将中小学体育课程与武术校队, 从武术教学内容传授提升到教学内容运用, 分层分类对校内中小学生学习武术课程教学, 以武术基本功、武术操、中小学规定基础武术套路、太极拳、健身气功等功能性武术训练为主, 实现“学”与“用”的深度融合来提升教育教学效果, 使小学阶段学生能够基本武术基本功与武术操; 其次积极开设教师健身气功与武术社团, 通过对教学形式和内容的完善与优化, 与其他教师进行

武术教学交流, 促进武术校队建设在中小学体育中的多元化与体系化。通过全员参与来突破“少数精英化”局限, 实现“人人会武术, 班班有特色”。进而联动教育、体育、文化多领域资源, 实现“强课程、育新人、传文化”三重目标, 将传统文化融入大课间当中实现文化传承, 提振中小学生“精神面貌”。以积极响应党中央对青年提出的要求, 有效整合校内外资源, 积极探索武术课程教学与中小学生精神文明建设协同推进的创新教育模式。

4.2. 积极创新与开展中小学武术特色大课间

知之愈明, 则行之愈笃。通过聚焦武术育人与武德教育的深度融合, 提出“以武强体、以武育德、以武促智”的三维目标体系, 构建“文化浸润-技能习得-德行内化”的教学框架, 为落实新课标核心素养要求提供实践参考[6]。基于此, 学校体育组与德育处应协同并进, 通过分层制定中小学武术教学计划, 对不同水平下中小学生进行分层武术教学, 实现武术操大课间常态化。在中小学体育节规划中融入武术操集体比赛元素, 以班级为单位开展武术操团体赛, 设置“动作质量”、“团队协作”与“武德礼仪”的三维评分标准, 推动技能与品德协同发展, 积极调动学校中小学生武术兴趣, 鼓励学生全员参与。通过运用课程设计文化性与技能性的双维统整, 充分利用分层教学策略, 依据学生身心发展规律实现文化赋能与技术分层。其中, 小学低学段1至2年级由学校体育教师教授武术基本礼仪——“抱拳礼”, 通过差异化目标降低学习焦虑, 针对不同学段学生身心特点, 将武术操动作分解为“基础型-标准型-拓展型”三级目标, 降低学习门槛, 提升初中生动作表现力。在日常教学中进行文化融合, 将武术动作与古诗词、传统哲学结合, 开发“招式释义”微课, 如“拨云见日”对应“知行合一”理念, 增强文化认同感。解决传统大课间“内容枯燥、参与度低”问题, 通过武术文化赋能, 使平均出勤率上升, 创新“微负荷、高频次”运动模式, 实现锻炼效果与安全性平衡。

4.3. 注重教学成果质量, 形成特色研究领域

新课程标准要求更高质量的教学指引, 应紧跟我国体育科学发展潮流, 坚持研究成果的实践应用价值与学术创新价值并重原则, 围绕“武术项目课程教学”和“学生精神文明建设”两条主线, 开展从宏观到微观再到应用、从文化到技术再到精神提振的立体式研究模式, 旨在将武术育人研究与心理健康促进、教学需求同国家战略相结合。有效整合教师优势和学校教育资源, 致力于将区域合作、学术研究和人才培养融入学校学科建设目标之中, 积极推动学校武术项目课程多层次教学实践, 逐步形成中小学武术课程教学研究领域新的特色, 为学校体育学科发展与青少年精神文明建设提供内在支撑。其次, 服务校级运动队伍, 展示学校综合形象。通过围绕教育局武术竞赛计划安排, 对中小学武术校队进行系统性培训与引导, 实现“教会、勤练、常赛一体化”, 通过对学生运动员的心理环境、精神面貌和关键技术动作等进行动态评估与科学指导, 实现竞技能力和运动成绩的双向提升, 使受服务的运动队伍在竞赛场上完成奖牌目标任务, 以及通过对当前技术运用特征的梳理, 探寻武术散打与武术套路项目的发展规律, 突出武术训练在学生心理健康建设与精神文明建设中的重要性 and 必要性, 激励中小学生身正为范, 传承武术思想与传统文化, 弘扬正气。以“问题导向、分层突破、动态迭代”为原则, 围绕武术课程体系优化、推进教学方式创新、教学评价机制完善三大核心维度, 分阶段推进研究, 构建“基础研究-实践验证-成果固化”闭环, 最终形成可推广的校本化武术课程教学模式。

5. 新课标背景下深圳市龙岗区中小学武术教学的内在进路

中小学武术课程的发展困境, 本质是优秀传统文化传承与现代制度化教育体系融合不畅的系统性表征。破解之道需超越单一层面, 构建包含顶层设计优化、师资培养体系重构、课程内容文化深度融入、

评价机制多维革新、资源保障切实落地、社会认知积极引导在内的综合治理方案。本文通过精准分析深圳市龙岗区各学校学情构建“基础普及 + 兴趣拓展 + 文化浸润”三位一体的校本武术教学模式。主要包括开发分层分级武术课程体系、设计“技能 + 文化 + 德育”融合的教学内容、创新武术特色大课间育人模式、构建武术校级队伍育人模式、建立多元化评价与激励机制。

5.1. 优化武术课程体系

新课标背景下中小学武术教学应构建“一体两翼”体系(即以中小学武术课程教学提振中小学生学习民族荣誉感与坚毅品质为“主体”,以运动队建设与中小学精神文明建设为“两翼”)的教育协同机制的构建与研究,建立具备稳定性、可持续性以及可引领性的武术课程育人模式和中小学武术教学工作团队,有效提升我校中小学教师跨专业教学水平。做好武术课程教学与精神文明建设协同实践育人工作,充分结合中小学生学习身心特征,分层分类对学生进行武术课程教学,探索武术教学规律,总结武术教学经验,优化武术教学体系。首先,课时保障层面,保障1至6年级每周武术课1课时,7至9年级每两周1课时。积极贯彻“教会、常练、勤赛”的新课标理念,保障每日练习时间,以武术校队与中小学课堂为教学载体,以武术校队成员为点,辐射到各个年级、班级面,为学校正向引导其他学生树立典范。通过各年级体育教师进行武术统一教学为全校武术分层培养模式打下基础。把握教育规律,切实加强课堂教学管理,努力提高教学质量。其次,采取分层教学策略,如低学段采用“情境游戏法”(如“穿越梅花桩”训练步法);高学段引入“任务驱动法”(如设计防身术解决校园欺凌场景);明确各学段核心动作授课、负荷强度与文化知识点(如四年级重点学习五步拳与李小龙故事,六年级学习武术散打与现代攻防技击理念与防身术)。为学生进行武术散打比赛规则与裁判法培训,每学年组织一次“武术技能挑战赛”,开展小型武术散打全护具实战对抗赛,检验衔接效果。最后,建立“校内培养 + 校外协同”的可持续师资发展机制。对于专业师资队伍加强方面,实施“每月集训制”,在每月第二周周三开展技能打磨与教学研讨,集中培训或邀请校外武术教师进行规范武术教学动作的协同交流,建立区域武术教研共同体,定期开展跨校观摩与专题研修,提升教学示范专业性。

5.2. 创新武术教学方式

武术根植于中华文化且经过长期的发展与传承,其技术理论以及思想内涵本就对德性具有潜在的塑造作用[7]。首先,通过开发女生专项内容,通过引入太极拳、健身气功与武术舞蹈模块,融入艺术动作编排与音乐元素,提高学生参与度;增加武术自编操与搏击操提升学校中小学生武术运动强度与难度,让学生感受武术乐趣与氛围。在风险应对方面,为武术器械课程与学生武术参赛提前购买专项保险,制定校园武术安全教学规范作为教学保障,明确场地布置、器械管理、对抗保护操作流程。由校医、体育教师、家长代表参与安全监督,高危动作(如空翻)仅限校队教学,普通班禁用规避学生运动损伤风险。其次,推进跨学科课程与数字资源开发。与历史科合作开展“冷兵器时代武术演变”课题研究,将武术与生物力学进行融合为学生进行多媒体授课,完善动作规范性、连贯性。细化武术动作中发力点与力的传导等深层次的现代体育科技对武术的数字化推进,如建设国家中小学武术教育资源库,开发VR武术文化展厅、AI动作纠错系统;推广“智慧武术课堂”,学生通过可穿戴设备实时监测动作轨迹,生成个性化训练报告。最后,充分开展健身气功八段锦教学与武术散打基础教学,有效缓解中学生中考压力,进一步加深学生“内于己、外于人、合于众”的武德修养。通过稳定的武术教学课程与完善的武术竞赛机制,鼓励支持学生积极训练,帮助学生自信心的建立,突出育人精准性、提升学生联动性、强化价值引领性。中小学武术教学要紧紧围绕育人模式与育人方向的转变而进行创造性转化与创新性发展[8],明确立德树人的根本目标,通过武术礼仪教育为前期基础,以武术基础拳法教学实践为重点,全面响应与落

实中小学德育工作。

5.3. 完善教学评价机制

聚焦国家战略, 强化德育价值引领, 以育人目标的全面性为逻辑主线, 建构多元一体的武术教学评价机制。首先, 构建“技能 + 文化 + 武德”三维评价体系, 细化评价标准, 如建立量化武德指标加强学生精神文明建设, 将课堂礼仪(抱拳礼执行率)、合作行为(小组训练互助次数)、责任感(器材收纳自觉性)作为综合评价机制的重要认证。武术套路、养生功法中所展现的身体姿态、节奏劲力、精神气韵等都蕴含着丰富的美育元素[9]。武德思想锻造坚毅品格, 将武德独有的道德内容和认知方式耦合素质教育, 积极推动中小学生学习提高认知水平和品德修养。通过积极培育在大课间进行武术操、健身气功·八段锦、校园五禽戏等项目统一动作的集体练习。武术套路、养生功法中所展现的身体姿态、节奏劲力、精神气韵等都蕴含着丰富的美育元素。武德思想锻造坚毅品格, 将武德独有的道德内容和认知方式耦合素质教育, 积极推动中小学生学习提高认知水平和品德修养。科学完善课程德育评价体系, 保障武术课程德育质量[10]。其次, 开发“武术文化认知水平测试题库”(如武术历史、武术明星、经典套路渊源等)作为课后小竞赛活动, 激发学生对武术历史的求知欲, 增加学生抱拳礼的使用场景, 如遇外校老师进校时, 学生使用抱拳礼进行敬礼, 提升中小学武术氛围。最后, 通过定期对学生进行问卷调查与技能考试, 收集学生武术动作喜爱度反馈, 不断优化与完善教学评价机制。依托现有师资与设施, 避免过度依赖外部资源, 确保模式可持续。其教学实践系统涵盖了常规课程之外的多种体育锻炼方式, 包括体育锻炼、视频模仿、武术操练习, 也为学生课后的知识与动作巩固与提高提供有力抓手。在武术训练与武术竞赛中充分发挥学生主体性与教师引导作用, 让学生在实践中展示自我能力, 充分利用武术训练加强精神文明建设, 让学生在武术训练过程中找到自我价值。

6. 结语

中小学教育阶段作为国家教育的关键之要, 应谋长远之势、行长久之策、建久安之基。本文以武术教学为切入点, 以课程教育为落脚点, 教育引导中小学生学习树立和践行正确的价值观, 文明其精神, 野蛮其体魄, 统筹推进教育协同发展, 立足区域差异, 既弥补各自的短板, 又发挥共同的优势, 开展多层次、多领域的平台和项目合作, 强化区域协同, 努力在新时代拓展教育新领域、探索教育新赛道, 做好深圳市龙岗区中小学体育课程的高质量发展转型。新课标背景下破解武术课程教学困境需要精准施策与协同推进, 通过制度保障稳固根基、课程重构提高质量、资源支持补齐短板、评价创新引导方向, 方能实现武术教育从“技能传授”到“人格塑造”的跃迁, 使青少年在“拳脚生风”中感悟中华精神, 于“动静开合”间树立文化自信。方能使武术教育真正扎根校园, 实现其“以武育德、以武启智、以武强体、以武塑美”的独特育人使命, 为培养全面发展且具有文化自信的时代新人贡献力量。

参考文献

- [1] 张长思, 杨建营, 张长念. 中华优秀传统文化文化教育传承的目标、内容与方略[J]. 首都体育学院学报, 2022, 34(1): 24-33.
- [2] 姚丹, 李士英. 新时代我国中小学武术教育核心素养实现障碍及解决路径[J]. 体育文化导刊, 2019(3): 93-98.
- [3] 健蛟, 冯朝海, 李印东. 新时代我国民族传统体育文化发展方位审视[J]. 北京体育大学学报, 2022, 45(4): 134-144.
- [4] 本期文化元素中华武术|中华武术, 精神永存, 魅力无限[J]. 锻造与冲压, 2024(7): 47+57+71-72+74+80.
- [5] 张峰, 李文鸿. 学校武术教学改革实施策略[J]. 上海体育学院学报, 2016, 40(6): 97-102.
- [6] 柴广新, 孙有平. 指向武术核心素养的义务教育阶段武术课程内容设计[J]. 北京体育大学学报, 2020, 43(4): 113-

124.

- [7] 席隆, 罗应景, 阴文慧, 等. “竞技”的消解: 武术运动员身份建构及认同转向的质性研究[J]. 体育学刊, 2025, 32(2): 25-32.
- [8] 赵歆, 龙行年, 彭小伟, 等. 高校武术课程思政的育人内涵、面临问题与推进策略[J]. 武汉体育学院学报, 2022, 56(8): 68-74.
- [9] 李铭函, 苗苗, 姚蕾. 体育与健康课程传承中华优秀传统文化的历史回顾、特征与前瞻[J]. 首都体育学院学报, 2022, 34(1): 16-23+33.
- [10] 耿宝军, 马学智. 新时代武术课程德育的学理审视与实践策略[J]. 体育文化导刊, 2021(9): 105-110.