

# 高校散打课程思政元素的挖掘与运用研究

戴丹婷

嘉兴南湖学院, 浙江 嘉兴 314000

**摘要:** 武术散打课程蕴含丰富的思政元素, 在教学中挖掘并运用这些思政元素, 对学生实施思想道德教育, 对学生的发展有重要意义。但长期以来, 大学散打专业课程太过偏重于技能教学, 不注重对思政元素的挖掘与实施, 从而使散打课程教学与思政教育相脱节, 阻碍了学生能力素质的同步发展。基于此, 本文将深挖散打课程中蕴含的思政元素, 并将其融入到日常教学中, 实现对学生能力素质的同步教育。

**关键词:** 散打课程; 思政元素; 融入设计

“德”是中国数千年来的优良传统, 中华武德是对历史文化的继承, 也是散打课程思政的价值基础, 在教学中, 充分挖掘散打中的德育元素, 既有利于学生个人能力素质的发展, 也有利于中华优秀武术文化的传承。散打注重武德, 这一点和课程思政有许多融合之处。在散打课程中加入德育内容, 有利于加强武德教育, 提升学生品德素质, 提升散打课的教学质量, 推动学生的思想品德和体育素质的全面提升。同时, 在散打教学中加强武德教育, 对学生的武德品质进行培养, 也是一种提高思政教育质量的有效措施。总之, 两者相互补充, 相互促进, 散打教学与课程思政的融合必将获得更为理想的教育效果。

## 1 高校散打课程中的思政元素

所谓的课程思政要素, 就是一套包含了理想信念、爱党爱国等一系列价值追求的教育资源, 是一种能够对学生进行道德与价值观教育的元素<sup>[1]</sup>。有效地挖掘与运用课程思政元素, 是提高课程教学质量的前提。

### 1.1 散打课程中的家国情怀

在课程思政建设中, 爱国主义是一个非常重要的思想内容, 它是一种对自己的国家有一种归属感。家国情怀是个人对家庭、社会以及国家团体的感情认可, 是一种比较深刻的爱国爱社会主义。学生在散打课程中, 通过对武术散打历史的研究, 可以理解历史上那些保家卫国、抵御外敌的历史人物, 感受到心怀世界, 修身齐家治国平天下的情怀, 并在此基础上, 对自己的祖国产生一种与祖国共荣辱, 共进退的感情认同<sup>[2]</sup>。

武术散打起源于中国, 通过学习散打的源头文化, 学生们就会对自己国家的发展和繁荣充满信心。在散

打课上, 可以用民族英雄的故事来激发学生们的民族自豪感, 让学生对中华民族的强大充满信心, 更加坚定地相信自己的国家, 并将民族精神付诸实践。

### 1.2 散打中的民族文化

武术散打中所蕴涵的中国传统美德, 对学生进行精神价值、品德、德行的培养有很大的作用。中国武术强调武德兼修, 故而在散打课上, 学生既能学到散打的技巧, 也能学到其丰富、优秀的精神文化内涵, 并在这些优秀文化的教育与熏陶下, 学会以德立身, 以德立学。

散打文化是中国传统武术的一个主要表现形态, 它的发展与推广, 既可以提高学生的文化自信心, 又可以传承与弘扬我们民族的传统文化。在学习散打的过程中, 学生能够感受到散打中所包含的传统文化的精华, 从而提高自身的文化自信心与自豪感。在学生熟悉并认同散打文化及其中蕴含的价值后, 就会坚定自身的理想信仰, 提高自身价值追求, 并积极主动践行和发扬中华优秀传统文化<sup>[3]</sup>。

### 1.3 散打中的武德精神

#### (1) 点到为止

点到为止体现的是一种境界, 它既反映了个体的品德修养与文化修养, 又反映了中国武术散打文化的文化理念与价值。在散打课中, 老师可以把“点到为止”和“安全意识”相结合, 让同学们带好护具, 让同学们既能提高自己的战斗技巧, 又能展现出自身的修养与品德。

#### (2) 止戈为武

止戈为武是中国武学体现出的高境界。散打自诞生至今, 一直在深化着武德和博爱, 止戈为武就是要

让学生们胸怀天下，有远大的志向和抱负。在散打课上，学生们能通过楚庄王和楚国宰相潘璋的故事，体会到止戈为武的精神，从而深刻理解中华武术深刻的文化内涵，并逐渐将其内化为自身的一种涵养与素质<sup>[4]</sup>。

#### 1.4 散打中的礼仪规范

##### (1) 守诚信崇正义

诚信是中华民族的一种最根本的传统美德，自古以来，诚信就是个体的品德修养的一个重要方面。见义勇为是一种勇敢的表现，更是一种大无私的精神。古语有云：“以仁安仁以义正我”，个体与社会之间永远相互依存，学生作为新时代的公民，必须要有“以仁安仁以义正我”的见解与气度。在武术散打课上，教师可以以见义勇为的实际事例为基础，采用情境教学的方式，对防御和还击的技巧进行训练<sup>[5]</sup>。在此基础上鼓励同学们创编见义勇为的情景剧，在培养他们的创造力的同时，也能让他们弘扬守信用崇正义的社会主义核心价值观。

##### (2) 尊师重道

散打作为中华武术的一个分支，非常注重礼。散打中有许多关于礼仪的规定与要求。如拱手行礼，要站直，腰杆笔直，恭敬行礼；注目礼，眼睛要跟随对方，教师讲话或讲评时，学生不能三心二意顾左右而言其他，必须双眼随视教师，给师长以应有的尊重；安全礼，二人在进行训练或攻防对抗时，必须互相保护，点到为止，不能故意伤害对方，不能攻击对方的头部、颈部、裆部等要害部位。这些礼仪规范均对学生有一定的教化作用。在课堂上，教师通过给学生讲解以及学习练习这些散打中的礼仪，能够规范学生的行为，端正学生的心性，塑造学生的品格，推动学生武德的形成与发展。

#### 1.5 散打中的个人品质

坚韧的意志品质是指一个人在实现某一目的的时候，能够坚定不移，不为任何困难所吓倒。意志品质的坚韧是运动精神的主要内容，在散打训练中，当遇到体能不支、技术成长遇到瓶颈的时候，坚韧的意志品质能够支撑学生克服困难阻碍，获得持续的成长。

## 2 高校散打课中思政元素的融入设计

### 2.1 教学目标设计

#### (1) 理论部分

了解散打术语的含义，武术散打的生产与发展状况，发展趋向与特征与作用，散打运动概述，散打运动的特征；了解散打比赛的规则，组织和裁判，技巧和战术，掌握散打比赛的规则，能够担任散打裁判；了解散打教学教法、训练方法散打训练中的安全常识和注意事项，以实现散打教学中讲解和示范的要求。

#### (2) 实践部分

学习和精通散打的基本姿势，基本步法，拳法与腿法；掌握散打的综合技术，包括进攻，防守，防守反击等，能熟练地将散打的战术运用于实际比赛中。

#### (3) 思政目标

激发学生对散打运动的热爱，体会到散打中所包含的民族精神，从而提高他们的民族自豪感与自信心，建立起文化自信；引导大学生自觉践行中国传统文化和社会主义核心价值观，自觉弘扬传统美德；重视美德的培育，培养正确的竞争意识和良好的协作精神，敢于承担责任，在历史的潮流中担负起自己的职责和任务，并具有很强的社会适应性；学生通过对散打的基础技术与理论的学习与掌握，用自己的身体去感受到传统文化中的厚德载物，用心灵去理解自己的民族精神，从而使学生的技术技能、思想观念、政治觉悟和道德品质得到提高，从而达到以武育人、以德树人的教育目的<sup>[6]</sup>。

### 2.2 散打运动发展概述教学中思政教育的实施

“散打运动发展概述”这一课中包含了爱国主义、民族文化自信等思政元素。

在教学中，教师可在给学生讲解散打运动发展历史的这一过程中，将这些思政元素适时适当的融入，将思政教育渗透到散打教学中。教师给学生讲明“散打”一词的产生和来源，让学生明确散打就是发源于中华传统武术，从而增强学生的民族自豪感与民族自信心。给学生讲解散打运动的发展历程，引导学生了解散打从产生、快速发展再到走出国门经历了哪些困难阻碍，取得了哪些成就，在讲解的过程中引导学生运用发展的眼光，带着思辨的角度对看待散打的发展，以此培养大学生对中华传统武术的文化思辨能力，锻炼其整体的思辨能力。在课堂上，教师配合多媒体课件、教材、历史文献等资源，给学生讲解散打的形式、发展历史与精神内涵等，让学生体会散打中蕴含的慈恕、包容、尊重等文化理念，增强学生对散打运动的

认同与兴趣，让学生积极主动承担起践行、弘扬散打精神与散打文化的责任<sup>[7]</sup>。

### 2.3 散打武德礼仪教学中思政教育的实施

在“散打武德礼仪”这一课中，蕴含的思政元素有：尊师重道、点到为止、尊重对手、尊重裁判、尊重观众、服从纪律等。

在武术散打的对抗中，相互尊重是一种可贵的精神，也是对抗双方在对抗中必须拥有的一种武德素养。因此高校的武术散打教学需要引导学生学会相互尊重，做到相互尊重。在武术散打对抗中，对抗的双方需要从各个方面表现出相互尊重，表现出自己良好的武德修养。在散打比赛中，场上的宣示必须向观众，裁判，工作人员和对手等行礼。对抗过程中，若一方因动作失误或其他原因导致比赛暂停，再重新比赛时双方要通过碰拳的方式表达对对方的尊重。比赛结束后，对抗双方要相互行礼，并向裁判员、观众、己方及对方教练行礼，表示尊重。这些都是教师需要在日常的教学教给学生的规范与礼仪。

在课堂上，教师要教给学生各项必备的礼仪。如拱手行礼，要站直，腰杆笔直，恭敬行礼；注目礼，眼睛要跟随对方，教师讲话或讲评时，学生不能三心二意顾左右而言其他，必须双眼随视教师，给师长以应有的尊重；安全礼，二人在进行训练或攻防对抗时，必须互相保护，点到为止，不能故意伤害对方，不能攻击对方的头部、颈部、裆部等要害部位。这些礼仪规范均对学生有一定的教化作用。在课堂上，教师通过给学生讲解以及学习练习这些散打中的礼仪，能够规范学生的行为，端正学生的心性，塑造学生的品格，推动学生武德的形成与发展。

### 2.4 散打体能训练中思政教育的实施

散打体能训练课中蕴含的思政元素包括：坚韧的意志品质、可贵的格斗精神、自我管理与自我品质能力；与己竞争的观念及精神等。

在课上，通过打沙包、抱沙人、打靶等方式，指导学生进行实战演练，培养学生的散打精神；在两人一组的抗击打练习中，要增强学生的安全意识，要懂得打击要害部位的技术要点和注意事项，做到点到为止；与此同时，同学们要互相协作，互相学习，加强协作意识，树立双赢的观念，增进同学们的友谊，提升他们的人际关系水平；在打击与对抗训练过程中，

要使同学们建立起持之以恒的学习心态，把他们锻炼成坚强的意志，并在高强度的特训中，让他们意识到自由散打的道路还很长，从而建立起牢固的理想信念，加深散打的职业理想。

## 3 高校散打课程中思政元素的融合运用保障措施

### 3.1 贯彻立德树人教育理念

高校散打教学中要注意培养学生的思想品德，培养学生的思想政治素养。要建立起一个关于课程思政建设的交流平台，定期开展经验交流，观摩示范课，充分运用现代信息技术，推动优质资源的共享。教研室和课程小组等基层教学组织要多进行课程思政的集体教研，让教师在课程中充分发掘出其中的思政元素，并切实地去实践。

### 3.2 科学设计课程体系，促进教育融合

为了更好地将课程思政的内容与散打课程相结合，要在课程目标的设计、教学大纲的修订和教案的制作等层面加强对思政教育的渗透。在制定课程目标时，要立足于社会需要，注重对学生思想道德素质的培养。同时，要从教学分析、教学内容、教学评估和教学反思等方面，按照课程思政的要求，重新设计课程教案。在散打课上以更科学、更严密的方式来构建课程思政体系。

在教学过程中，老师要采取寓教于乐的教学方式，以育人为本，将散打技术的传授与价值塑造和能力的培养相结合。同时，也要凸显职业特点，以实践性为导向，激发他们的学习积极性，对学生进行社会主义核心价值观的引导，从而达到德育与专业共同育人的目的。

### 3.3 创新教学方式，革新教学方法

散打课要与思政教育形成协调育人的合力，同时也要对课堂教学方式进行改革，把现代信息技术运用到课程思政教学中去，对网络课堂和实践课堂进行充分的建设，开展实践教学、网络教学、专题讲座与专题研讨结合、现场演示与教师点评相结合、小组学习、教师讲授与学生研讨相结合、课前调查与课后反馈相结合、线上学习与线下研讨相结合的开放式教学模式，以此促进专业技能教学与思想政治教育的顺利实施。

## 4 结论

武术散打课程中蕴含着丰富的思政元素，如爱国爱家、尊师重道、点到为止、止戈为武等等。在教学过程中深入挖掘并有效运营这些思政元素，对于学生个人的成长进步以及武术散打的发展均有重要意义。因此在武术散打教学中，教师要深入分析课程理念，

充分挖掘思政元素，并将各思政元素巧妙地融入到各教学环节与训练阶段，对学生既进行技能训练，又进行思想道德的培育，从而促进学生能力素质的同步发展。

#### 参考文献

- [1]李斌,李印东.课程思政视角下高校院校武术课教学设计研究[J].武术研究,2024,9(5):87-89,96.
- [2]朱永光,王国强.高校武术功法课程思政的学理逻辑分析[J].武术研究,2024,9(2):1-3,11.
- [3]杨青,唐守彦,刘世美.高校武术公选课思想政治教育探析[J].武术研究,2023,8(11):64-67.
- [4]王华满.高校武术散打课程思政建设的实践路径探究[J].科学咨询(教育科研),2023(10):75-77.
- [5]袁雪涛.普通高等学校武术散打课程建设与教学改革研究[J].当代体育科技,2023,13(8):77-80.
- [6]张陵.高校散打课程思政建设的价值与实施路径探究[J].当代体育科技,2022,12(24):138-141.
- [7]姚亚伟.高校散打课程思政实践路径探析[J].武当,2022(6):74-76.