

段位制教学对大学生武术运动参与的影响研究

张 猛¹, 王 凤²

(1.合肥师范学院,合肥 230601;2.安徽大学,合肥 230039)

摘要:[目的]探讨武术段位制对大学生课内外体育参与情况的影响。[方法]选取320名武术选项班的学生,将其分为实验组和对照组两组。对实验组进行为期1a的武术段位制教学方式的教学,而对对照组进行1a的武术传统模式(以长拳和太极拳为主)的教学,实验前后对所有受试者进行运动参与积极性标准量表的调查。[结果]两组学生在课内、外体育活动的参与行为状况、参与的主动性、参与的情感、参与的认识等方面的比较均具有统计学差异($P < 0.05$)。[结论]武术段位制对大学生的课内、外运动参与具有积极的影响,具体表现在显著增加学生课上和课下参与武术等体育活动的参与行为状况、参与的主动性、参与的情感、参与的认识。

关键词:武术段位制;大学生;运动参与

中图分类号:G852-4 **文献标志码:**A **文章编号:**1673-1891(2018)01-0126-03

Study on the Influence of Segmentation System Teaching on College Students' Wushu Sports Participation

ZHANG Meng¹, WANG Feng²

(1.Hefei Normal University, Hefei 230601, China; 2.Anhui University, Hefei 230039, China)

Abstract: Objectives: The influence of martial arts segment system on the participation of college students in class and abroad. Methods: A total of 320 Wushu elective students were selected and divided into two groups: experimental group and control group. The experimental group was taught for one year of martial arts teaching system, while the control group for 1 year of martial arts traditional model (to Changquan and Taijiquan-based) teaching, before and after the experiment for all subjects to participate in sports Investigation of Positive Standards Scale. Results: There were statistically significant differences between the two groups of students in the class, the participation of the physical activity, the participation of the initiative, participation in the emotions, participation in the understanding and so on ($P < 0.05$). Conclusion: Wushu segment system has a positive effect on the participation of students in class and outside sports. It is manifested in the significant increase in the participation of students in class and participating in martial arts and other sports activities, participation in the initiative, participation in the emotions, participation in the understanding.

Keywords: martial arts segment system; college students; exercise participation

为了进一步发展高校武术运动,弘扬民族精神,我国部分地区的一些高校逐渐将“中国武术段位制”引入高校的武术课程改革中,并逐步推广到体育教学过程中^[1]。有学者认为武术段位制的推广与试行不仅丰富了高校的武术课程体系,还有助于高校的武术教学改革;同时,也为高校武术运动的开展指明了前进的方向^[2]。经过查阅资料发现,目前传统武术由于受到其它运动项目的冲击,大学生武术参与的积极性不高,参与人数比例也非常低。本研究旨在探索武术段位制融入高校体育教学过

程中,对提高大学生运动参与的积极性是否有良性影响,从而为武术段位制在高校的推广提供理论依据^[3]。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

从安徽大学、安徽农业大学、合肥工业大学、中国科技大学四所高校中选取320学生,每所高校80人,男女比例为1:1,并且他们均为2014级武术选项班的学生。每所高校选取2个平行班分别作为实验

收稿日期:2017-10-26

基金项目:安徽省体育社会科学研究项目(ASS2016220)。

作者简介:张猛(1984—),男,山东滕州人,讲师,硕士,研究方向:民族传统体育。

组与对照组,所有学生的年龄分布均18~20周岁。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

根据本研究目的从中国知网、万方数据库等,以武术段位制、大学生、运动参与为关键词,搜索与其相关的期刊、学术论文;此外还阅读了与“武术段位制”相关的图书等。对其相关知识内容进行阅读分析,寻找武术段位制方面的研究缺失点及创新点,并以此为题确定本文的题目。

1.2.2 问卷调查法

根据本研究的研究目的,设计运动参与积极性的调查问卷;对受试学生进行实验前后的运动参与积极性标准量表的调查,收集并且整理相关数据。

1.2.3 实验法

实验分为教学内容实验对照和教学评价实验对照2个部分。根据选好的实验分组,对实验组进行武术段位制教学方式的教学,对对照组进行武术传统模式(以长拳和太极拳为主)的教学。对所有学生进行2个学期的实验教学,具体时间为2015年2月-2016年2月。

在实验前后,对教学实验的对象发放运动参与的调查问卷进行多维度评价;通过学校体质测试对研究对象进行身体素质评价;同时,邀请3名达到武术六段,并具有武术段位制考评员资格的专业教师组成专家组,对研究对象的武术技术水平进行评价。

1.2.4 数理统计法

采用SPSS17.0对收集和整理的数据进行分析对比。

2 结果与分析

2.1 武术段位制教学对学生课内运动参与的影响

由表1可知,经过1a左右的武术段位制相关内容的教学之后,实验组的学生在参与行为状况、参与的主动性、参与的情感、参与的认识等方面与对照组的相比差异具有统计学意义(M段位教学组>M传统教学组,段位教学组优于传统教学组)。实验组学生的课堂表现主要体现在课上学生认真进行准备活动,认真听讲,积极参与体育游戏,努力进行基本功练习,认真理解分析武术动作;这些表现反映了学生对武术段位制等内容具有较高的认知性,并且同时表现出较高的参与行为状况和参与的主动性。相反,对照组学生则表现出参与积极性不高,不愿意学习武术套路,组织游戏没有兴趣,跑步热身活动敷衍了事,天气稍恶劣,对体育课就表现

出厌烦,想方设法从事与武术课程无关的事情,认为武术课程没用,学的都是花拳绣腿。实验组学生参与积极性高,主要是课程内容选择的全面并且有一定的挑战性,武术教师专业技能水平较高,课程组织形式多样,教学方法多变,评价方式更注重以人为本,注意对学生进行思想教育,注意激发学生的好奇心、探索意图和探索欲望,学生能够切实获得益处,短期内不断地自我提升,久而久之,形成良好的武术锻炼习惯,其参与的主动性自然提高。

表1 实验前后课内活动参与情况方差分析

| | 参与行为状况 | | 参与的主动性 | | 参与的情感 | | 参与的认识 | |
|------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|-------|--------|
| | F | Sig | F | Sig | F | Sig | F | Sig |
| 前后测 | 9.68 | 0.02** | 11.38 | 0.01** | 12.34 | 0.01** | 12.11 | 0.01** |
| 组别 | 9.43 | 0.02** | 15.00 | 0.00** | 13.25 | 0.00** | 13.02 | 0.00** |
| 交互作用 | 0.50 | 0.48 | 0.78 | 0.35 | 0.67 | 0.51 | 0.49 | 0.42 |

2.2 武术段位制教学对学生课外运动参与的影响

由表2可知,经过1a的武术课教学后,我们发现实验组学生比对照组学生在参与课外活动方面表现出较高的参与行为状况、参与的主动性、参与的情感、参与的认识(M段位教学组>M传统教学组,段位教学组优于传统教学组),说明实验组课外运动参与的积极性显著提高。经过一段时间的武术段位制教学之后,有的学生课后练习武术的频率和时间都有极大的提高,甚至有些学生还积极组织参与武术俱乐部,主动学习更多武术段位制方面的内容,有的学生还积极成立不同武术项目的学习兴趣小组,比如武术协会、双节棍兴趣小组、健身气功锻炼小组、运动养生俱乐部等。俱乐部活动时间在早上或晚上,每次锻炼早上持续1h左右,晚上能够持续2h左右,其中双节棍兴趣小组的学生每天都在3h左右,持续到晚上10:30以后,每天都在校园广场上锻炼和练习。武术运动参与文艺活动的频率也明显增加,经调查进行实验的几所学校,在试验期间和实验后,每次文艺活动中武术表演项目逐渐增多,其表演的项目有刀、剑、枪、双节棍、拳术等,这些项目受到学生的欢迎,表演学生也获得了极大的成就感,实现自我价值,课外活动参与的积极性越来越大。受试几所学校运用武术作为锻炼方式的学生数目明显增加,经统计,几所学校参与武术活动的学生比之前增加数倍,部分学生清晨带领老年人进行锻炼,受到周边健身锻炼群体的好评,每周锻炼的频率明显增加,由实验前平均不到每周一次,到现在平均每周2次课外锻炼。学生课下进行武术知识学习的积极性增加,在武术理论考试中,84%的学生改变了以前对武术的看法,认识到

中国武术文化的博大精深。

表2 实验前后课外活动参与情况方差分析

| | 参与行为状况 | | 参与的主动性 | | 参与的情感 | | 参与的认知 | |
|------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|-------|--------|
| | F | Sig | F | Sig | F | Sig | F | Sig |
| 前后测 | 11.18 | 0.01** | 12.43 | 0.01** | 13.45 | 0.00** | 13.42 | 0.00** |
| 组别 | 10.11 | 0.02** | 15.01 | 0.00** | 12.31 | 0.01** | 14.00 | 0.00** |
| 交互作用 | 0.48 | 0.50 | 0.73 | 0.40 | 0.60 | 0.53 | 0.48 | 0.50 |

3 结论与建议

3.1 结论

武术段位制对大学生的课内、外运动参与具有积极的影响,具体表现在显著增加了学生课上和课下参与武术等体育活动的参与行为状况、参与的主动性、参与的情感、参与的认识,显著增加了他们体育活动参与的频率及锻炼时间,有利于学生终身体育意识的形成。

3.2 建议

3.2.1 创新武术教法形式

将更多的现代教学技术(如多媒体、拍照摄像等技术)应用到武术教学过程中,帮助学生尽快地建立视觉表象,更直观地了解动作和了解自己,有利于改正错误动作和形成正确动作^[4]。一些能够增

加学生运动兴趣的手段应当应用在教学当中,比如各类沙袋、护具的应用,学生可以放心地进行练习,动作发力可以尽全力^[5],这样不仅练习效果好,而且能够培养学生的练习兴趣。

3.2.2 加强武术课程和武术段位制之间的研究

武术课程和武术段位制是两个对立统一的系统,要将段位制融合到武术课程中,需要进行大量科学研究,探寻两者科学的结合点,同时根据各个高校自身的软硬件和学校环境基础进行创新和自身制度的完善,形成校本教材和制度体系,形成完善的长效机制^[6]。

3.2.3 加强对武术段位制的宣传

武术段位制是在借鉴韩国跆拳道优点基础上为了武术自身的发展而设立的;完善的段位制度对韩国跆拳道的发展起到了决定性的作用,同时韩国也非常注意跆拳道的宣传,在韩国的电影、电视、书籍等都融合有对跆拳道的宣传^[7],并且韩国的跆拳道作为韩国中小学的必修课程、俱乐部等发展繁荣的必然选择,在国内经大力宣传已发展成熟。所以中国武术段位制应当加强宣传,形成好的武术文化氛围,以促进武术段位制课程的发展^[8]。

参考文献:

- [1] 王学华.中国武术段位制在上海市高校推广普及策略研究[D].上海:华东师范大学,2010.
- [2] 马卫平.体育与人——学校体育文化重构[D].长沙:湖南师范大学,2005.
- [3] 邢秋浩.武术段位制在北京市普通高校推广研究[D].北京:北京体育大学,2012.
- [4] 平娜.中国武术段位制社会化发展制约因素及其推广策略研究[D].石家庄:河北师范大学,2010.
- [5] 卢爱新.我国大学生心理健康教育发展研究[D].武汉:华中师范大学,2007.
- [6] 袁玉涛,田振生,刘春明,等.河北省普通高校大学生心理健康与其体育锻炼行为特征的相关研究[J].北京体育大学学报,2005,28(11):1505-1506.
- [7] 吴尚.武术段位制纳入高校的改革对策[J].搏击,武术科学,2008,5(9):10-11.
- [8] 花妙林.构建高校武术段位制课程教学形式的研究仁[D].上海:华东师范大学,2006.

(上接第125页)

注释:

- ① 图片来源:https://www.sc115.com/shows/159361.html.
- ② 图片来源:https://weibo.com/mingxinzhaye?refer_flag=1005055013_&is_all=1.
- ③ 图片来源:http://blog.sina.com.cn/s/blog_cae0048c0102w66o.html.

参考文献:

- [1] 李彬彬.设计心理学[M].北京:中国轻工业出版社,2001.
- [2] 霍伊尔·麦金尼斯.消费者行为学[M].北京:北京大学出版社,2011.
- [3] 舍尔·伯林纳德.设计原理[M].上海:上海人民美术出版社,2004.
- [4] 唐纳德·诺曼著.设计心理学3:情感:设计[M].何笑梅,欧秋杏,译.北京:中信出版社,2012.
- [5] 莱希.心理学导论[M].9版.上海:上海人民出版社,2010.
- [6] 吴亚莲.情感与体验——基于消费心理学视阈的包装设计交互性研究[D].长沙:东南大学,2015.
- [7] 王一博.交互式包装设计研究[D].长春:长春工业大学,2011.