

影响重庆市小学生武术学习的因素调查

关晓燕

(西南大学 体育学院, 重庆 400715)

【摘要】本文主要通过通过对南坪实验小学和天台岗小学的500名小学生关于影响小学生武术学习的因素进行抽样问卷调查,并对数据进行统计与分析,结合心理学和教育学的理论和方法,得出影响小学生武术学习的主要原因,并提出了一些建议。

【关键词】小学生;武术;因素

【中图分类号】G623.8 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2009)01-0086-03

武术是中华民族传统的体育项目,在学校教育中有着重要地位和作用。武术在开展校园体育活动、丰富学校生活、增强学生体质、提高民族自信心方面都起到了重要作用。武术是一种武技,学习武术对人还有一种武德的教育作用。它可以增强社会责任感,培养学生积极健康的情感并可激发出极高的智力水平。结合技能形成的过程,激发他们对武术的热爱,锻炼学生勤劳勇敢、奋发向上、开拓进取、团结协作、持之以恒的意志品质,弘扬中华武术的民族精神对学生进行爱国主义教育,为自我修养的提高、维护社会的正常秩序起到积极的作用。作为一项全国各个省、市每年都会举行中小学生传统武术比赛。虽然大家都知道武术的价值和作用,但学生对武术却是感兴趣的多真正练习的少。我们知道,教学是学生和教师的互动过程,学生是教学的主体,尤其在《新课程标准》的指导下,教师已经不再是命令者、指导者,而是合作者、组织者。因此,我们必须要从学生角度进行分析,了解他们的内心世界,才能找出各种原因,从而有针对性的进行教学。为此,本课题主要

采用文献资料、问卷调查、数据统计等研究方法,从学生的角度对影响武术的学习进行分析,从而对武术教学提出建议。

1 研究对象

以重庆市南坪实验小学和天台岗小学的五、六年级学生进行分层抽样的方法,每年级抽取6个班的一些学生共500人进行问卷调查。

2 研究方法

2.1 文献资料法

查阅武术在中小学的开展相关的著作、全文期刊数据库论文以及相关网站。

2.2 问卷调查法

设计了影响小学生武术学习因素的调查问卷,进行调查。其中无用问卷20份,有用问卷480份。用SPSS软件对各相关数据进行整理统计。

3 结果与分析

经过问卷调查与数据统计分析得出,影响小学生武术学习的主要因素有:学生自身素质因素,武术教师的专业素质因素、武术项目特点和场地设施条件因素。其中以武术教师的专业素质因素为四

表1 影响小学生学习武术的主要因素比例表

因素	学生自身素质	武术项目特点	武术教师专业素质
人数	148	111	221
比例	29.6%	22.2%	44.2%

个因素当中最具有影响力的一个。

3.1 学生自身素质因素

身体素质是人体活动的一种能力,即人体在运动、劳动生产中所表现出来的力量、耐力、灵敏及柔韧等机体的能力。学生是教学过程的主体,是教育的主要对象,对教学过程起到重要的推动作用。因此,学生的自我身体素质对武术学习的影响起着重要的作用。通过对问卷的进一步分析发现,在学生自身素质因素中,学生害羞、素质差、悟性差对武术

学习的影响最大。

根据分析,有60.5%的学生认为悟性对他们学习武术影响是重要的。有52.3%的学生认为害羞、51.3%的学生认为素质对学习的影响一般重要。从这三个方面看出,小学生存在对自我信心的缺乏,对动作的悟性差在很大程度上影响了他(她)们进行武术学习。

3.2 武术项目特点对小学生武术学习的影响

武术有利于心血管系统机能的变化,有利于呼

表2 影响小学生武术学习中学生自身素质因素比例一览表

因素	重要	一般	不重要
害羞	24.9%	52.3%	22.8%
素质	19.8%	51.3%	28.9%
悟性	60.5%	32.5%	7.1%

表3 影响小学生学习武术的项目特点比例一览表

特点	重要	一般	不重要
增强体质	68.8%	25.1%	6.1%
提高协调能力	67.8%	26.4%	5.8%
修身养德	61.2%	31.8%	7.0%
培养终身体育的意识	61.0%	29.3%	9.7%

吸系统机能的变化,有利于中枢神经系统机能的变化,武术具有壮内强外的全面健身作用,防身自卫的攻防作用,修身养德的教育作用,武术能增强学生体质,培养学生良好的意志品质和道德风尚,武术是使学生终身受益的有氧运动。根据表3的数据显示可以看出,武术项目特点中以增强体质(占68.8%)、提高协调能力(占67.8%)、修身养德(占61.2%)和培养终身体育意识(占61.0%)对学生武术学习的影响最大。

表4 影响小学生武术的教师专业素质比例一览表

因素	重要	一般	不重要
教师示范动作能力	85.7%	13.3%	1%
教师的讲解表达能力	77.4%	22.1%	0.5%

3.3.1 教师示范动作能力是影响学生武术学习的首要因素

根据表4的分析结果看出,教师示范动作能力是影响小学生武术学习的众多因素当中最重要的因素之一,占到了85.7%。

我们知道,动作示范就是教师或教师指定的学生以具体的动作为范例,使学生了解动作形象、结构、要领的方法。为了调动学生的积极性投入到学习中,让其对武术感兴趣,武术教师的教学示范起着推动作用和促进作用。在武术教学活动中,学生的学习是通过模仿教师的示范,反复练习完成的。动作示范是学生模仿的标准,它决定着学习的效果,示范时动作不准确就会误导学生,动作不到位就会给学生一个模糊的标准,从而影响了学生学习的提高。

3.3.2 教师讲解表达能力因素

讲解是教师给学生说明教学目标、动作(练习)名称、动作要领、动作方法、规则与要求等,指导学生进行运动技能学习,掌握运动技能的方法。而武

3.3 武术教师的专业素质因素对学习的影响

武术的教学是在教师的引导和学生的积极思维及练习的相互作用下完成的。教师起主导作用,而主体却是学生,二者的有机结合,才能完成教学任务,教师通过自身的能力发挥出自己的主观能动性。根据统计分析,武术教师的专业素质以教师示范动作能力(占87.5%)、教师讲解表达能力(占77.4%)对小学生武术学习的影响最大,也是众多影响因素中影响最大的因素。

术动作多,路线复杂,动作规格要求高,因此,武术动作的讲解示范要求较高。讲解简明扼要、条理清楚、示范准备优美,才能使学生在教师的讲解示范中得到启发,受到感染,激发他(她)们积极学习的情绪。

3.4 武术学习的场地设施

武术的地面要求铺设地毯,并设有压韧带的地方,侧面有镜子,以便于学生在练习中观察自己的动作。所有的体育项目的硬件都是以减少运动员的受伤机率和提高运动成绩而不断改变的。所以拥有一个良好的学习环境也是对小学生学习武术起到一定促进作用的。

4 结论与建议

4.1 结论

从以上数据可以看出影响小学生学习武术的主要因素是学生的自身素质因素,武术教师的专业素质因素、武术项目特点和场地设施条件因素。其中教师的专业素质能力最重要,其次是学生自身素质和场地设施,最后为武术项目的特点。

4.2 建议

4.2.1 加强武术教师综合素质和专项技术的学习,是提高学生武术学习兴趣的首要措施

武术教师的讲解示范能力、语言表达能力是影响学生武术学习的重要因素。因此,应该加强武术教师综合素质和专项技术的学习,以提高武术教师综合素质和专项技术水平,提高学生习武的积极性和兴趣。

4.2.2 培养学生自信心、素质和领悟能力,对提高学生武术学习有很重要的作用

武术是一项集表演性和技击性的运动项目。所以在教学中,教师要培养学生敢于战胜自我、挑战自我的心态,即自信心。还可以培养学生的武德,提高修养,把武术动作表现得更加完美。

4.3 优化课的内容,运用多样化教学方法和手段,积极营造良好的教学环境

在选择教学内容和制定教学计划时,必须优化课的内容、结构,采用形式多样、灵活生动的教学方法,因材施教,同时发挥学生的主体作用,以激发学生习武的主动性。教师必须具备丰富的专项理论知识,要有多种相关学科知识的储存、充沛的精力、体力,特别是要有一颗热爱本职工作、关爱学生的责任心。只有这样才能调动学生学习的积极性,提高习武的兴趣,培养良好的师生关系,营造一个轻松愉快的学习氛围,带给学生热情奔放的情感体验。

4.3.1 接受信息反馈 优化教学方法

4.3.1.1 循序渐进 螺旋上升

在武术教学初期,可以先让学生先动起来,进行简单的练习,对动作规范与否不作过高要求,“依样画葫芦”即可,由培养兴趣过渡到养成习惯,然后逐渐提高动作要求,待其基本掌握后,再对动作质量提出相应的要求,并逐步加强理论知识的传授和学习。

4.3.1.2 以点带面 全面突破

大部分学生对武术比较陌生,掌握起来感到困难,其中有许多同学担心动作不到位而不敢投入,针对这种情况,教师可以利用业余时间先教会一些

有一定基础的武术爱好者,让他们在课上先练习起来,造成一种课堂气氛,带动和促进其他同学,从而打开武术教学的局面,丰富学生课内外的锻炼活动。

4.3.2 把握运动负荷 注重全面发展

4.3.2.1 遵循规律 合理训练

练习时心率保持在120~140次/mim的练习时间应为一次锻炼总时间的2/3左右为宜。因为研究证明:心率在120~140/mim之间,为人体健身的最佳区间。此外,在教学过程中,还应根据各类练习负荷的特点,合理安排练习顺序。

4.3.2.2 兼顾整体 全面发展

训练内容有益于提高身体各方面的素质。例如:武术能培养灵敏、柔韧、协调性;能增强关节的灵活性,发展下肢力量和柔韧性;跳跃练习能提高弹跳力。但是,它和其他项目一样,在全面发展人体机能上也有一定的局限性。武术在发展人体上肢力量上相对其它部位较弱,并且由于女生的生理特点所致,一般上肢力量较弱,因此每次练习后,应安排一些适当的力量练习,如哑铃、拉力器等,以弥补她们的不足,使身体得到全面发展。

4.3.2.3 系统科学 持之以恒

武术的训练要向系统化、经常化、科学化的方向发展。武术对学生的力量、耐力、柔韧、协调等素质要求较高。这些素质不是一朝一夕就能训练出来,必须要系统地、经常地、科学地、持之以恒的训练。

4.3.3 注重攻防教学 提高教学质量

在教与学的双边活动过程中,学生是否具备自我锻炼的能力,是检验教师教学效果的重要标志,同时也是直接影响学生终身健身的重要因素。武术教学具有灵活性,同一内容用不同的教法,就会产生不同的效果。教师在平时的教学中,应该注重攻防教学,让学生了解动作的用法,就能提高学习兴趣,从而提高教学质量。而且学生每周只有两学时的体育课,因此必须课外与课内紧密结合,才能保证教学效果得以巩固,采用课后留作业和安排自我设计锻炼计划两种形式,可以进一步培养学生创新的能力和意识。

注释及参考文献:

[1]徐才.徐才武术文集[M].北京:人民体育出版社,1995.
 [2]康戈武.中国武术实用大全[M].北京:今日中国出版社,1990.
 [3]唐宏贵.新中国中小学体育教学大纲和体育教材建设的回顾与展望[J].武汉体育学院学报,2000,34(2):14-18.
 [4]靳苏.高校武术对开展全民健身的意义[J].中国科技信息,2007,20(5):170-172
 [5]徐伟军.武术的嬗变与发展[J].北京体育大学学报,2006,29(5):684-685
 [6]翟少红.试论构建“淡化套路,提倡技击”的武术教材体系[J].体育文化导刊,2005(5):58-59. <http://www.cnki.net> (下转96页)

(1.Sichuan Vocational and Technical College, Suining, Sichuan 629000;
 2.Xichang College, Xichang, Sichuan 615022)

Abstract: After investigating the present situation of sport health education and using a combination of scientific research methods, we find the sport health education in our country's higher vocational and technical college or institute can't meet the students' needs. So we want to give scientific basis and theoretical support to perfect the system of sport health education and make it meet the needs of social development with our investigation and research.

Key words: Higher vocational and technical college; Sports health education; Sports health needs

(上接88页)

[7]曾于久,彭鹏,郑勤,等.华中地区中小学武术教育调研报告[EB/OL].<http://www.cenet.org/unfile/81201.doc>,2005 12 06.

An Investigation on the Influencing Factors of the Chongqing Municipal Pupils Studying Martial Arts

GUAN Xiao-yan

(Physical Education Institute of Southwest University, Chongqing 400715)

Abstract:This paper conducted a sampling survey on the 500 primary school pupils in Nanping experimental Primary School and Tiantaigang Primary School about the factors of influencing their study martial arts. Based on statistical data and analysis, combined with psychological and pedagogical theories and methods, this article found out the main reason for influencing pupils studying martial arts, and then put forward some suggestions.

Key words:Primary School Students; Martial Arts; Factors