

武舞对高校武术教学促进作用的研究

俞特, 孙晨曦

浙江传媒学院, 浙江 杭州 310018

DOI: 10.61369/VDE.2025050031

摘要 : 武术在高校体育教育中占据着重要的地位, 它不仅是增强学生文化自信、传承民族精神的重要载体, 更是锻炼学生意志、品质的有效手段, 尤其是在凝聚学生群体力量、塑造价值观念方面具有关键性的作用。武舞作为武术的“分支”, 它和武术课程的结合, 能够进一步健全学生的武术知识体系, 拓宽武术视野。基于此, 本文分析了武舞对高校武术教学促进作用、武舞和高校武术的联系, 并从重视武舞作用, 明确教学目标; 借助信息技术, 激发武舞兴趣; 丰富武术活动, 提升学习体验三个方面对武舞对高校武术中的应用路径进行了初步探究, 希望可以为各位同行提供一些参考与借鉴。

关键词 : 武舞; 高校武术; 促进作用; 教学应用

A Study on the Promoting Role of Wuwu in College Wushu Teaching

Yu Te, Sun Chenxi

Zhejiang University of Media and Communications, Hangzhou, Zhejiang 310018

Abstract : Wushu occupies an important position in physical education of colleges and universities. It is not only an important carrier to enhance students' cultural confidence and inherit the national spirit, but also an effective means to exercise students' will and quality, especially playing a key role in condensing the power of student groups and shaping values. As a "branch" of Wushu, the combination of Wuwu (martial dance) and Wushu courses can further improve students' Wushu knowledge system and broaden their Wushu vision. Based on this, this paper analyzes the promoting role of Wuwu in Wushu teaching in colleges and universities, as well as the connection between Wuwu and college Wushu. It also preliminarily explores the application paths of Wuwu in college Wushu from three aspects: attaching importance to the role of Wuwu and clarifying teaching objectives; using information technology to stimulate interest in Wuwu; and enriching Wushu activities to enhance learning experience. It is hoped to provide some references for colleagues.

Keywords : wuwu; college wushu; promoting role; teaching application

引言

当前, 在高校武术教学中积极融入武舞内容, 不仅可以持续改进与优化现有课程体系, 还可以为武术教师创新教学理念、方法和内容指明了道路。然而, 在借助武舞促进高校武术教学的过程中, 仍面临诸多挑战。因此, 教师必须要增强问题意识、探究意识和创新意识, 深入挖掘武舞和高校武术的结合方法, 充分发挥其教学促进作用, 才能够提高高校武术的教学质量、效果, 助力学生武术素养全面发展。

一、武舞对高校武术教学促进作用分析

(一) 落实多元教学思想

教学思想在教学中具有较强的指导作用, 可以引导教师转变教学理念, 创新教学方法^[1]。武舞在高校武术课堂中的融入, 一方面可以打破教师传统武术教学思维、模式, 应用跨学科教学思想, 将舞蹈和武术融合到一起, 从而助力教学改革。另一方面武舞教学, 需要动作与音乐、情境的协同、配合, 促使教师采用情境教学策略、知行合一思想, 例如, 创设古代战场情景, 将军事

文化、艺术表达与武术技法相串联, 使学生在在学习武舞知识、练习武舞技巧的过程中, 深刻领悟武术的文化内核与哲学思想, 主动践行“知行合一”思想。

(二) 提高课堂教学效果

传统的高校武术训练教学普遍存在较为明显的单一性、重复性等问题。因此, 不少大学生在学习武术期间常常会感受到枯燥和乏味, 影响教师课堂教学效果^[2]。武舞的加入, 可以有效改善这一问题。武舞具有“阴柔美”、“线条美”“动作繁多”等特点, 这些特点的存在, 很好地“克服”了传统武术训练的“短板”,

从而让学生愿意主动参与到课堂活动中。同时,武舞和武术“师出同源”,二者具有许多相通之处,例如,武术踢、打、摔、拿等动作,武舞中同样存在,区别在于武舞将这些实战动作转化为了“挥戈舞盾”“旋刺击刺”艺术化的动作。因此,在课堂中加入武舞,不仅可以调节课堂氛围,还可以达到事半功倍的武术训练效果。

(三) 激发学生学习兴趣

学生的兴趣是驱动武术学习的核心内动力。在武术教学中,教师只有满足、调动学生的兴趣,必然可以活动事半功倍的教学效果。武舞和武术“同宗同源”,通过在武术课堂中带领学生练习武舞,既可以帮助学生扎实武术基础,培养武术兴趣,还可以提升学生的动作协调性与艺术表现力,锻炼他们创新创编思维^[8]。尤其是对当代大学生来说,武舞的舞服美、音乐美、动作美带来的立体审美冲击,可以深度刺激他们的感官神经,从而产生武舞、武术学习兴趣。

(四) 培养创新创造意识

随着教育、企业发展,各行各业对大学生的要求也越来越高。良好的创新创造意识,不仅可以为企业带来更高的效益,还可以为学生将来创业提前打好基础。例如,学生在创编武舞的过程中,会融入各种元素,如水墨风格的舞服、水袖、武术故事、中华美德故事等,通过这种创新创造,不仅可以提高武舞对学生综合素养的影响,还可以锻炼他们的创新创造能力^[4]。与此同时,武舞和武术具有非常特殊的联系,通过学习武舞可以帮助学生更好地理解武术文化、掌握武术技巧,反之,通过武术训练,能够帮助学生夯实武舞根基,如旋子、腾空飞脚等,从而实现从“舞”到“武”的认知维度升级,完善其对中华传统武学体系的认知。

二、武舞和高校武术的联系

武舞是我国众多艺术瑰宝的重要构成之一,它和武术一样具有悠久的历史和文化积淀。武舞最早是从武术中演变而来的,这一点在《礼记》《春秋》《谷梁传》《史记》等书籍均有记载,例如,传说中的《阳康氏之乐》和西周时期的《大武》其舞蹈中包含了明显的武术动作^[9]。在唐代以前,武舞和武术并没有清晰的界限,两者都有剑、盾、舞等元素。而唐代以后,经过人们有意识的划分武舞和武术才开始走上不同的道路。武术以防身、实战、健身为主,武舞则以表演娱乐为主,不再具有“杀伐”属性。虽然二者的区分越来越明显,但是,二者仍旧具有密切的联系,例如,二者对练习者的柔韧性、力量、腿功、腰功、协调性等方面都有相同的要求。

一些现代舞蹈艺术专家认为,搞武舞不可以不学武术,武舞同源共生,只有学习一些武术,武舞才能表现更加优美、动人^[6]。此外,武术与武舞二者还具有很多共同的表现特点。外在方面,二者都讲究身法的灵动、刚柔并济,武术注重动如脱兔,不动如山,武舞则强调动静相生、形神兼备。内在方面,武术通过表演者的“精、气、神”,可以带给观众巨大的感官冲击,而

武舞则通过有节奏感的肢体摆动、传神的神态,向观众传递出舞蹈的肢体美、阴柔美,从而和观众的中华传统美学产生情感共鸣^[7]。不过,尽管二者在表现形式与动作节奏上存在差异,但本质上都是为了让观赏者领会演练者所传递的动作内涵。正是武术与舞蹈之间的诸多共性,为武术套路的发展开辟了新的拓展空间。

三、武舞在高校武术教学中的应用

(一) 重视武舞作用,明确教学目标

武舞在高校武术教学中具有积极的促进作用,能够很好地帮助教师完成教学工作^[8]。但是,在实际应用,院校常常缺乏具体的执行、应用标准,使得教师在武术课堂中应用武舞时,出现武舞教学理解参差不齐的情况,例如,有的教师仅将武舞视当做热身活动的一环,未能深度挖掘其中的武术文化内涵;有的教师则在盲目提高武舞教学占比,降低武术教学质量和效果。因此,院校在鼓励教师融入武舞教学时,必须要制定明确的、科学的教学目标和标准,引导教师不断反思和改进教学理念、方法,才能够发挥武舞在武术课堂中的作用,完善学生综合素养^[9]。例如,可设定“一学期内学生必须要掌握3种武舞身法”、“每节课融入1个武术典故解析”、“期末以武舞形式完成武术套路创编展示”等具体目标,同时,定期组织教师进行武舞教学反思活动,进而推动武舞应用从“形式融入”向“深度育人”转变,切实提升学生武术技能熟练度与文化认同感^[10]。

(二) 借助信息技术,激发武舞兴趣

不同于武术的“苦”,武舞更加优美、轻松,因此,武舞受到了大部分学生的喜爱。但是,武舞在武术教学中一小部分,教师很难增加武舞占比,减少武术教学时长,一定程度会影响教师的教学质量和学生的学习兴趣^[11]。信息技术的引入,一方面可以延长课堂教学时长,让学生可以结合兴趣,利用课余时间完成武舞学习,提升武术素养,另一方面信息技术可以大大提高教师课堂教学武舞的质量和效果,从而让学生在有限的“武舞教学时间”中,获得更多的收获和技能,从而提高学生对武术学习的兴趣和热情。例如,AR技术和武舞对接。学生通过观看AR教程,可以360度观察武舞动作,精准把握每个动作的发力点与运动轨迹。同时,AR系统还能模拟不同场景下的武舞场景,从而让学生以身临其境的方式,感受武舞和武术文化之间的联系,持续提升学生文化素养^[12]。

(三) 丰富武术活动,提升学习体验

武舞在高校武术中的加入,既可以丰富武术教学活动内容,又可以改善学生武术学习体验,从而激活课堂活力。例如,定期举办“武舞文化节”,设置传统武舞表演、武舞创意创编大赛等环节,让学生在沉浸式体验中感受武术与舞蹈的融合之美;鼓励院系社团与武舞结合,成立武舞社团,定期参与校际交流或社区文化活动等^[13]。通过多元化的武舞武术活动,一方面可以加深学生对武术、武术文化的认识和理解,另一方还可以增强学生文化传播的责任感与成就感,加深其对“武术文化传播者”身份的

认同,从而从“被动学习”武术转变为“主动传承”武术、武术文化。同时,学生学习体验的增强,能够进一步强化他们的武术热情,更加主动钻研、探究武术招式和武舞之间联系以及文化内涵,自发分享武舞学习日常、帮助武术水平一般的同学,从而实现学生整体武术素养提升^[14]。

四、结束语

总而言之,在高校武术中融入“武舞”内容,既能促进学生

全面发展、提升艺术修养与身体素质,也可为武术事业发展注入新活力,促使教师更好地践行现代教育思想、理念。相信未来,会有更多的高校、教师参与到“武舞”和武术融合教学中来,以更加先进的育人理念、育人工具为学生提供更加多元化、丰富化的武术教学资源,满足当代大学生的武术学习需求,为国家培养更多具有高素养、创新创造思维、责任心强的武术传承者^[15]。

参考文献

- [1] 刘洋. 武舞同源 互融共生——武术元素在舞蹈中的应用与探索 [J]. 乐府新声: 沈阳音乐学院学报, 2024(4).
- [2] 苗钟立, 胡有宏, LI HUI. "五育"融合路径下甘肃农业大学开设武舞选修课的教学探索 [J]. 兰州文理学院学报(自然科学版), 2025, 39(2): 116-121.
- [3] 孙爱景, 张天佑. 新媒体时代武舞融创的价值意蕴与实践路径 [J]. 少林与太极, 2024(8): 66-69.
- [4] 郭馨雅; 曹晓林; 郭亚非. 武舞合璧: 传统文化体验式教学的探索与实践 [J]. 体育世界, 2024(12).
- [5] 何卓韩. 浅谈中国武术套路与舞蹈的关系 [J]. 尚舞, 2023(3): 153-155.
- [6] 谷洁, 李世宏. 古代武舞给体育艺术类项目创编的启示 [C]//2023年首届国际体育科学大会. 国际班迪联合会; 国际体能协会; 澳门体能协会; 中国无线电测向和定向运动协会, 2023.
- [7] 陈苏君, 毛旻, 符永兰. 开发武舞立德课程, 探索“五育”融合新模式 [J]. 北京教育(普教版), 2024(2): 98-98.
- [8] 余梦露. 以武术文化艺术作品讲好中国故事——舞剧《咏春》的人文价值探析 [J]. 戏剧之家, 2024(13): 9-11.
- [9] 庄静. 基于在线平台的高校武术队课程远程指导与反馈机制研究 [J]. 当代体育科技, 2025, 15(7): 67-70.
- [10] 叶威武, 李建勇, 雷学会, 李世宏. 舞术与武术: 本质探析与传统价值的重塑 [J]. 哈尔滨体育学院学报, 2024(6).
- [11] 苗凯亮, 燕赵维. 武文化融合研究——以武安固义雉仪为例 [J]. 体育研究与教育, 2024, 39(2): 77-81.
- [12] 武文杰, 李鲲. 中国武术文化形态的历史演变及其当代审视 [J]. 苏州科技大学学报(社会科学版), 2025(2).
- [13] 蒋凯, 宋拓, 王羽. 我国高校武术与民族传统体育专业本科课程设置研究 [J]. 武术研究, 2024, 9(5): 78-81.
- [14] 王继娜, 宋玲, 邓享涛. 高校武术课教学与课程思政的融合研究 [J]. 体育科学研究, 2023, 27(4): 77-80.
- [15] 李妍霖, 任宣辛, 黄菊亿. 高校武术专项学生体能训练中存在的问题及其应对策略 [C]//第十一届中国体能训练科学大会论文集(上). 2024.