

半月湾小学推行“以武尚德、文武双馨”的武术特色建设——

自编教材,让武术成为学生特长

本报记者 刘洁 实习生 邵金宏 徐淑芝 通讯员 鞠荣蕾

说到“小威龙”,你可能立刻会想起电影《逃学小威龙》里那个用聪明才智拯救全人类的职业小特工科迪。但你可能不知道,威海市半月湾畔也有一只“小威龙”,它就是半月湾小学武术特色的卡通吉祥物。

半月湾小学位于威海市半月湾畔,地处城郊,2007年11月建校,全校共有7个教学班,200多名学生,其中八成以上是外来务工人员子女。学生的特长都不是很鲜明,但勤勉诚实,敢于吃苦是他们的优良品质,于是学校决定发展学生的武术特长。2009年9月,半月湾小学召开了“创建武术特色学校启动大会”,聘请威海市武术协会的杜建平副会长为师生培训武术,着力打造武术特色,走上“以武尚德、文武双馨”的内涵式发展道路。



“小威龙”吉祥物

自编教材,开设武术校本课程

25日上午9点40分,正是大课间时间,伴随着一曲振奋人心的《男儿当自强》,全校学生做起了武术操,抱拳、劈腿、出拳、亮掌……每周至少两次的武术大课间活动是学校武术特色建设的组成部分。

武术,是中国传统体育项目,又称国术或武艺,有着极其广泛的群众基础,具有强身健体、陶冶情操、锻炼意志、培养品德等作用。

根据小学生的年龄和体质特点,学校自编了《武术教材》,并根据教材要求开设武术校本课程:一年级开设武术基本功、武术操、五步拳课程;二年级开设少年拳第一套,双节棍课程;三年级开设少年拳第二套,武术刀课程;四年级开设初级长拳一路,武术棍课程;五年级开设初级长拳三路,武术剑课程。除了校本课,学校还利用每天大课间和课外活动开展丰富多彩的体育活动,保证每周至少



武术大赛我夺魁(资料片)

有两次武术活动内容。

副校长鞠荣蕾告诉记者,为保证武术特色项目的学习效果,学校建立了“金色阳光”档案,根据学生平时的习武表现,评出每周“习武小明星”和“习武毅力奖”,并在学期末评出“武术小健将”,颁发奖状和书籍作为奖励,以提高学生的习武热情。

“(学武术)对这些孩子有好处,让孩子们有一个武术特长”,正在给学生上体育课的高老师说,在高老师看来,学生现在这个年龄段学习武术是很合适的。

12岁的夏苑铭是半月湾小学五年级的学生,正在学习刀枪剑棍这一项武术内容,在他看来,武术“挺有意思,挺好玩”。

将武术扩展到校外 形成社区文化特色

半月湾小学的学生们都说学习武术之后,身体变得强健了,更重要的是磨练了意志,做事情能坚持做到有始有终,学习成绩也不断提高。教师们由起初的不会武术,到现在学会了全套武术拳,并且掌握了多种武术器械套路,身体强壮了,精神状态自然就好了,教学劲头更足了。

墙内开花墙外香。学校面向社区居民发放了免费培训的信笺,成立了“半月湾小学太极拳协会”,带动社区群众积极参与,将“全民武术健身”由校内辐射校外,逐渐形成半月湾社区武术文化特色,现在协会已经发展会员30多人。

2009和2010年,学校成功举办了“武术特色团体、个人大赛”和“武术特色展示”。2010年8月,半月湾小学武术队的学生参加了孙家疃镇的艺术展演,扎实的武术功底,高昂的精神面貌,赢得了大家的掌声和赞誉。

国家体育总局武术研究院院长高小军曾经说过,“在学校开展武术教育,是一件功在当代、利在千秋的大事,是强国强种的重要举措,不仅有利于增强学生体质,还是弘扬中华民族文化与精神、促进学生对中华民族文化认同的有效实施途径”,半月湾小学在“以武尚德、文武双馨”发展之路上的种种收获,在一定程度上正是这句话的写照。

习武的同时,注重武德教育

“武”是干戈军旅之事;“德”指道德、品德。拳论讲:“学太极拳不可不敬,不敬则外慢师友,内慢身体,心不敛束,如何能学艺”。浇花浇根,教人教心。听其言,可知其行;观其拳,可知其德;武术中武德居首也。

学习武术会不会助长学生的打架之风呢?针对这一疑问,高德银老师告诉记者,学校除了让学生习武之外,还开设了武德课,让同学们明白习武要讲德,而不是为了打架。

半月湾小学的武德教育主要涵盖高武德、正武旨、严武纪、良武风等十方面内容,分层次对学生进行武德知识和武术礼仪教育,让学生在习武的同时懂得武术教学中的礼节和武术竞赛礼仪。

纸上谈来终觉浅,绝知此事要躬行。在对小学生进行武德



武术基本功展示(资料片)

教育的过程中,学校将理论和实践相结合,在校师生改变了以往的问候方式,行抱拳礼。抱拳礼是武术礼仪的一种,在武术竞赛、表演、训练活动中被广泛应用。抱拳礼有着特殊的含义:左掌表示德、智、体、美“四

育”齐备,屈指表示不自大,右掌表示勇武顽强,左掌掩右拳,表示勇不滋事、武不犯禁;左掌右拳拢屈,两臂环抱成圆,表示“五湖四海皆兄弟,天下武林是一家”,以武会友;左掌为文,右掌为武,表示文武兼备。

文登市葛家镇综合文化站站长胡小君——

“大家热爱健身了,我就很开心”

本报记者 侯书楠 实习生 邵金宏

在文登市葛家镇有一位42岁的国家一级社会体育指导员,他几乎每天都要带领着来自周围十几个村庄的村民们进行健身锻炼,他就是葛家镇综合文化站站长胡小君。

自2008年底,胡小君建立葛家镇综合文化站以来,该站年年被评为“威海市群众体育先进单位”,胡小君也多次被授予“威海市群众体育先进个人”称号。他总结说,“只要大家热爱健身了,我就很开心。”

转业后就建了文体站,发动村民进行体育健身

今年42岁的胡小君在2008年从部队退伍后,转业到葛家镇政府,当年底他就建立了葛家镇综合文化站并担任站长,辐射周围东旺疃、岔河村等十余个村落的两万多名村民。

作为文化站站长,胡小君先后组织了一系列文化体育活动,并于2009年拿到了国家一级社会体育指导员证

书。拿到这个证书后,他更加用心,不仅到市里协调为村民们购买体育器材,还与各村村委协调为秧歌爱好者配服装和道具,还经常到村民家里发动大家健身。

葛家镇是中国道教全真派发源地,为了挖掘道教文化,胡小君组织村民练习太极拳,并组织大家开展太极拳表演赛,把葛家镇的悠久

文化历史和群众体育健身完美结合起来。

胡小君告诉记者:“以前镇上村民的业余活动主要是打麻将、玩扑克,聚在一起侃大山,自从建立了文化站之后,村民的体育健身热情被调动起来了,每天都有两百多人到文化站大院进行体育锻炼,很多过去的陋习都在不知不觉中改掉了。”

村民的健身观念转变了,微笑式的回报让他很满足

“综合文化站建成以后,无论是硬件设施,还是大家对体育运动的渴求,以及关于体育运动的观念都发生了变化。”胡小君说,在2008年以前,镇上基本上没有什么健身项目,体育器材更是少得可怜,而现在葛家镇的体育设施配备情况得到了很大改善,门球场、篮球场、健身路径等都很齐全。

这一系列的改变中更重要的是健身观念的转变,“村民物质生活水平提升以后,就想有一些精神层面的活动,到文化站来玩一玩,扭一扭秧歌,让闲暇的时间更有趣。”

“以前村民认为干体力活就可以代替健身运动,现在他们已经意识到这是两码事,”胡小君说,一些年过花

甲的老人也愿意到文化站来,“即使不会打太极拳,过来听听音乐、感受下氛围也会觉得很有意思。”胡小君告诉记者,“老百姓是最讲感情的,你为他们做点事情,他们即使不能给你物质上的回报,也会给你精神上的回报,比如微笑。”现在村民见到胡小君总是笑呵呵的,这一点让他很满足。

组织系列活动 丰富村民生活

今年4月28日,文化站组织一百多名青年开展登圣经山健身运动会;5月23日,组织周边124名太极爱好者开展太极表演赛;等到明年“五一”劳动节前,文化站还将组织村民在圣经山风景区进行“千人太极表演”。一系列的活动极大地丰富了村民们的体育生活,各项计划有条不紊,无不给村民带来了实惠。

葛家镇综合文化站连续多年被评为“威海市群众体育先进单位”,面对这些荣誉,胡小君很谦虚,“我的任务就是为打造经济文化强镇尽一点绵薄之力,带动更多的村民参与到全民健身活动中来。”胡小君说,自己只是做了些细小的工作,在村民健身时做了些专业的指导而已。

指定赞助商

中国工商银行

您身边的银行 可信的银行

电话银行: 95588 网址: www.icbc.com.cn

活动唯一指定酒店:

GOLDEN BAY HOTEL

金海湾国际饭店

威海金海湾国际饭店 电话: 0631-5688777