

# 前言

本书立足于新时代教育发展背景，以“立德树人”为根本目标，聚焦武术课程思政，系统探索其教育实践模式。我们首先从武术的起源、发展脉络及其在学校教育中的独特功能切入，梳理武术在不同历史时期所承载的意义与作用，深入理解古代武术演进的内在逻辑及其在中国社会文化中的核心价值。作为一项源远流长的民族传统项目，武术深深植根于中华儒释道等传统文化沃土，孕育出以“仁义”“爱国”“礼节”“诚信”“自强”等为核心的精神价值体系。正因其堪称中华文化与民族精神的生动缩影，武术被反复强调并融入大中小学教育体系，成为激发学生精神、锤炼意志品质、弘扬民族文化、彰显民族气节的重要育人途径。本书旨在通过七个章节，层层递进地呈现武术课程思政的实践研究路径，具体内容如下：

第一章：武术的起源、发展与精神传承。本章将追溯武术从远古萌芽到体系形成的漫长历程，探讨其历史上“武艺”“拳勇”“把式”“套子”等名称的演变，直至近代“国术”“武术”名称的确立。重点剖析“武德”这一武术灵魂，阐释其以“仁、义、礼、勇、信”为核心的精神内涵，如何通过伦理规范、行为约束以及师承礼仪得以传承，成为武术文化的核心标识。同时，本章将梳理武术人才培养的传统模式（家传、师门、宗派）及其对流派（如岳家枪、太极拳、少林拳）形成的影响，并探讨早期军事武术及其武德要求对民间武术的奠基作用。最后，聚焦近现代武术如何肩负起振奋民族精神、唤醒爱国情怀的使命，推动武术进入学校课堂，并催生了中央国术馆、精武体育会等重要的传播机构。

第二章：武术礼文化：内涵、表现与教育实践。本章聚焦武术礼文化，这一中华礼文化精髓在武术场域的具体展现。它融合武术特性，通过抱拳礼、持械礼等具体行为，生动体现“谦虚、礼让、恭敬”等精神，是武德外化于行的关键载体。本章将系统辨析武术“礼义”（精神内核）与“礼仪”（外在形式）的关系，详细解析典型武术礼仪的表现形式及其象征意义，从而深刻阐明武术礼文化与武德的一体两面。在此基础上，本章重点探讨如何通过“明礼”（理论知识）、“习礼”（技能训练）、“执礼”（行为养成）的递进式实践模式，引导学生在武术学习过程中沉浸式体验礼文化精髓，自觉践行武德精神。

第三章：新时代武术教育的使命、挑战与发展路径。本章紧扣时代脉搏，首先剖析新时代党对教育事业提出的核心要求（如坚持党的全面领导、立德树人根本任务、社会主义办学方向、扎根中国大地办教育），为武术教育发展锚定方向。进而，深入探讨武术在新时代肩负的独特教育使命与担当：如何充分发挥其项目特色，在落实立德树人、弘扬民族文化、促进身心健康、传承民族精神等关键领域贡献价值。直面当前高校武术教育存在的现实困境，特别是“教学与教育脱节”（如重技术轻文化、学生兴趣不足、文化认同感弱）等问题，本章强调必须立足学情，回应学生需求。最后，明确提出新时代高校武术教育应聚焦的核心目标：培育兼具中华文化底蕴与时代精神的新青年，践行社会主义核心价值观，促进学生人格健全与身心和谐发展，并积极担当武术文化国际传播的使者。

第四章：武德教育：理念溯源与实践创新。本章深入挖掘武德的精神源泉，阐释其如何融汇儒家之“仁义”、释家之“慈悲”、道家之“道法

自然”等哲学精髓，形成独特的精神境界与行为准则。武德不仅是武术历史长河中形成的核心规范与约束机制，更从制度约束、价值引领、行为塑造三个维度，引导习武者树立正确的武术观和人生观。武德教育贵在“内化于心，外化于行”。本章将回顾历史经验（如中央国术馆采用的“说服教育、榜样示范、实践锻炼”等方法），并着重探讨当代武德教育的创新路径：如何通过武术历史教育、核心价值观融入、德礼协同培养（德礼并进）、融合五育的实践模式等多元途径，使武德精神真正深入人心，有效培养植根传统、面向未来的新时代青年。

第五章：立德树人导向下的高校武术教学设计与实践。本章紧扣“健康第一”的学校体育指导思想和“享受乐趣、增强体质、健全人格、锻炼意志”的核心目标，系统构建高校武术课程思政的教学设计框架。教学设计强调运动强度与意志磨砺并重，深度融入课程思政元素以落实立德树人。核心在于构建“技术+文化”双线并进的分阶段教学模式：科学规划不同教学阶段，有机融合武术技术精进、专项素质提升、意志品质锤炼、文化自觉培育等目标，确保学生学有所获、习有所得。在教学方法上，立足新时代学生特点与需求，倡导灵活运用分解教学、游戏化教学、多媒体辅助教学、项目式学习等多元策略，有效激发学习兴趣，深化学生对武术魅力的感知。评价体系改革是本章重点，主张破除单一技能评价桎梏，建立过程性与综合性相结合的多元评价机制，覆盖学生的认知（知）、情感（情）、意志（意）、行为（行）等多维度发展，综合考察武术技能掌握、文化体悟深度、学习态度投入及实践表现，确保评价精准反馈学习成效与育人目标达成度。本章最后将精选典型教学案例进行深度剖析，提供可借鉴的实施范式。

第六章：武德教育的实践路径：传承、体悟与环境营造。本章聚焦武德教育从理念到行动的转化路径，解析其核心特点。教师的“言传身教”被置于首位，作为武术德育的传统精髓与核心路径，本章将探讨如何有效融合“言传”（理论讲授、德理阐释）与“身教”（行为示范、人格感染），深化学生的切身体悟与认同。其次，关注“学生全方位武德体悟”的实现，特别分析了“一校一品”校园武术特色项目建设的独特价值：通过引入太极拳、长拳、八极拳、少林拳等代表性拳种，不仅营造了浓郁的校园习武氛围，更在文化浸润中为学生提供了深度感知武德精神的场域。本章强调，武德教育需超越课堂边界，构建“武术+”的立体化实践生态：以课程为基点，积极拓展至武术社团活动、志愿服务、竞赛交流等多元场景，在真实情境中创设武德实践机会，并辅以榜样激励、表彰认可等机制，促使武德要求内化为学生的自觉行为习惯。

第七章：高校武德教育的评价机制构建。本章致力于建立科学有效的高校武术课程思政及武德教育评价体系。首先，基于课程思政的核心维度（政治认同、家国情怀、文化素养、法治意识、道德修养），探讨如何立足体育（武术）课程特色，设计能真实反映思政育人成效的评价指标，重点关注“思政元素融入度”与“教学设计契合度”，并警惕评价的同质化倾向和过度量化陷阱。针对武术课程思政评价的特殊性，本章提出多维评价框架：既要考察教学目标达成度、教学内容適切性、教学过程有效性等实施要素，也要纳入学生学习过程表现（课堂参与、互动、进步）及学生自评互评等主体反馈，实现评价视角的多元化。核心评价理念是坚持“术道并重”，强调量化观测（如技能掌握、行为频次）与质性分析（如文化理解深度、价

值认同表现、精神风貌变化)的有机结合。最终目标是通过评价引导,促进学生在武术学习中有效传承武德精髓,筑牢中华文化根基,弘扬民族精神,坚定文化自信。