

基于 OBE 理念的传统武术实践教学研究

范淼灿

西北民族大学体育学院，甘肃 兰州 730124

DOI: 10.61369/ETR.2025470008

摘 要： 本研究旨在探讨基于成果导向教育（OBE）理念的传统武术实践教学。通过分析 OBE 理念融入传统武术实践教学的意义，提出相应的教学策略，以提升传统武术实践教学的质量和效果。研究发现，OBE 理念有助于明确教学目标、激发学生学习动力、优化教学评价以及促进学生综合能力发展。基于此，从教学目标设定、教学内容设计、教学方法选择和教学评价实施等方面提出了具体策略，为传统武术实践教学的改革与发展提供参考。

关 键 词： OBE 理念；传统武术；实践教学

Research on Practical Teaching of Traditional Wushu Based on the OBE Concept

Fan Miaocan

School of Physical Education, Northwest Minzu University, Lanzhou, Gansu 730124

Abstract： This study aims to explore the practical teaching of traditional Wushu based on the Outcome-Based Education (OBE) concept. By analyzing the significance of integrating the OBE concept into the practical teaching of traditional Wushu, corresponding teaching strategies are proposed to improve the quality and effect of traditional Wushu practical teaching. The research finds that the OBE concept is conducive to clarifying teaching objectives, stimulating students' learning motivation, optimizing teaching evaluation, and promoting the development of students' comprehensive abilities. Based on this, specific strategies are put forward from the aspects of teaching objective setting, teaching content design, teaching method selection and teaching evaluation implementation, so as to provide reference for the reform and development of traditional Wushu practical teaching.

Keywords： OBE concept; traditional Wushu; practical teaching

引言

传统武术作为中华优秀传统文化的瑰宝，承载着丰富的历史文化内涵和民族精神。它不仅具有强身健体、防身自卫的功能，还蕴含着深刻的哲学思想和道德观念。在当今社会，传承和发展传统武术对于弘扬民族文化、增强民族凝聚力具有重要意义^[1]。成果导向教育（OBE）理念是一种以学生学习成果为核心的教育理念，强调以预期的学习成果为导向来设计教学过程和评价教学效果^[2]。将 OBE 理念融入传统武术实践教学，能够有效解决当前教学中存在的问题，提高教学质量，培养出具有扎实武术技能和良好文化素养的学生。因此，开展基于 OBE 理念的传统武术实践教学研究具有重要的现实意义。

一、OBE 理念融入传统武术实践教学的意义

（一）明确教学目标，聚焦核心能力培养

OBE 理念强调以学生的学习成果为导向，这就要求传统武术实践教学必须明确具体的教学目标。在传统武术教学中，通过 OBE 理念可以清晰地界定学生在知识、技能和态度等方面应达到的预期成果。例如，学生不仅要掌握传统武术的基本动作、套路和技法，还要了解武术背后的文化内涵、历史渊源和哲学思想。同时，注重培养学生的身体素质、心理素质、团队协作能力和创新能力等核心能力。明确的教学目标能够使教师在教学过程中有

针对性地设计教学内容和教学方法，确保教学活动围绕学生的学习成果展开，提高教学的针对性和有效性^[3-5]。

（二）激发学生学习动力，提高学习积极性

传统的传统武术实践教学往往以教师为中心，学生被动地接受知识和技能，缺乏学习的主动性和积极性。而 OBE 理念关注学生的学习需求和兴趣，以学生最终要达成的成果为出发点，让学生清楚地知道自己的学习目标和努力方向^[6]。当学生明确了通过学习传统武术能够获得的具体成果，如掌握一门实用的防身技能、提升身体素质、传承民族文化等，就会产生更强的学习动力。此外，OBE 理念强调学生的个性化发展，根据学生的不同特点和需

求制定个性化的学习计划,满足学生的多样化需求,进一步提高学生的学习积极性和参与度。

（三）优化教学评价,全面反映学习效果

传统武术实践教学的评价方式往往较为单一,以教师的主观评价为主,侧重于对学生武术技能的考核,忽视了学生的学习过程和综合能力的评价。OBE 理念下的教学评价更加注重多元化和全面性,它以学生的学习成果为核心,综合考虑学生的学习过程、学习态度、技能掌握程度、知识理解深度以及综合能力的发展等多个方面。采用多样化的评价方法,如过程性评价与终结性评价相结合、自我评价与他人评价相结合、技能评价与文化素养评价相结合等,能够全面、客观地反映学生的学习效果^[7]。同时,评价结果可以为教师调整教学策略和改进教学方法提供依据,促进教学质量的不断提升。

（四）促进学生综合能力发展,适应社会发展需求

传统武术不仅是一种体育技能,更是一种文化传承和综合素质培养的载体。OBE 理念融入传统武术实践教学,注重培养学生的综合能力,使学生不仅具备扎实的武术技能,还拥有良好的文化素养、创新精神、团队协作能力和社会适应能力^[8]。在教学过程中,通过引导学生学习武术文化、参与武术实践活动、开展团队合作训练等方式,培养学生的文化自信、民族精神和团队意识。同时,鼓励学生在武术实践中进行创新和探索,提高学生的创新能力和解决问题的能力。这些综合能力的培养能够使学生在未来的社会生活中更好地适应社会发展的需求,为个人的成长和发展奠定坚实的基础。

二、基于 OBE 理念的传统武术实践教学策略

（一）精准设定教学目标,对接学生发展需求

基于 OBE 理念设定传统武术实践教学目标首先要明确学生的需求与特征,包括学生年龄、性别、体能、喜好以及学习背景等等。其次,要考虑传统武术本身的特征和与时代发展的需要对应的人才要求,确定学生需要达到的目标,它们是明确的、可测量的、可实现的、相关的并且是有限时的(SMART 原则)。比如知识目标,学生要了解传统武术的起源、发展、类别与精髓;技能目标要熟练掌握一套传统武术的动作以及一定的自我保护和人体平衡能力;情感态度与价值观目标,要热爱并崇敬我国传统文化武术,增强民族自豪感与文化自信心,并养成坚毅、勇敢、团队精神的品质。我们在确定教学目标时,应把长远目标与短远目标相结合,把总目标分解成一些具体的小步骤,使学生的学习过程中层层完成总目标,提高学生的成就动机^[9-11]。再者,教学目的要切合专业人才培养方案和职业发展的需要,为学生成长成才和职业发展发挥有利的作用。

（二）科学设计教学内容,突出武术文化特色

教材是实施教学目标的重要保障,基于 OBE 理念设计传统武术套路类课程的内容时,要以学生的学习能力为指引和以教学目标为依据选择与梳理。首先要选取和整理出一些典型的传统武术套路,使教育内容更具有体系化、标准化的特点。例如,可以

选取一些传统的武术流派或者套路进行选取,如太极拳、少林拳、八卦掌等,让学生对传统武术流派或者套路的类型和风格有认知和掌握。其次,注意教材的层次性和递进性,根据学生的身体素质和学习程度,科学把握教材难度,由浅入深、循序渐进地开展教学。再次,强调武术文化的独特属性,将武术文化融入教学素材^[12]。传统武术中有着众多的哲理思想、伦理思想、文化底蕴,如“和谐共生”“动静相兼”“尊师重道”等,在授课过程中要鼓励学生学习武术中蕴含的文化和道德,可通过讲授历史背景、传说故事、名著等让学生能够增加文化和道德修养。同时,也可以因地制宜,挖掘和保护地方特色的武术文化遗产,充实教学内容。最后,注重教材的实效性和创新性。在教授基本功法的同时,结合现阶段的社会需求补充一些具有用处的防卫术和训练方法,提高训练学员实战运用能力;鼓励教师在教学内容上有创新,在教学训练中注入新的教学内容和训练方法,激发训练学员的学习兴趣和创新能力^[13]。

（三）灵活运用教学方法,提升教学效果

基于 OBE 理念,应当充分发挥各种教学方法的优点,满足不同学生的需求并帮助提高传统武术实践课的授课质量。首先是采用项目化的教学方法,将教学内容中的知识和技能分成一个个项目让学生组成小组或者独立完成,如编排一支武术表演、进行武术文化的专题调查、采集等,使他们之间的协作精神、创新能力及动手实践能力得到训练。在此过程中教师应给予学生足够的指导和帮助,鼓励他们独立自主地研究发现问题和解决问题。其次采用情境教学法,要使学生置身于实际情境中去学习与运用武术技术,如模拟武术比赛、展示、防身还击等,提高其应变能力和实战能力。情境化教学可以激发学生主动学习的动力,促使他们更加牢固地掌握武术技术。最后采用分类教学法,根据学生的身体素质、知识基础、兴趣爱好等不同,对之进行分类并为其制定不同的专项教学计划。对于基础较薄弱的同学,重点在于强化基本技能和基本动作训练,而对于有一定基础的同学,则应该加大其难度使其学会学习,保证每名学生在原基础上均有所进步^[14]。此外,我们亦可以充分利用现代化教育教学技术设备,例如多媒体授课、网络教学平台等,扩大教学资源 and 教学途径,例如通过欣赏武术教学视频、武术图片或武术文化信息的形式让学生理解武术技艺与武术文化。再者通过网络教学平台进行线上线下混合教学模式,拓宽教学时效的限制和提高教学活动的弹性和便利程度。

（四）完善教学评价体系,强化教学反馈

对传统武术实践教学过程的考核是 OBE 教育教学理念中至关重要的一部分,也是及时了解教学成效并对教学进行修正的重要依据。基于 OBE 教育教学理念,我们应该健全完善传统武术实践教学过程的考核,建立起全面、连续的考核方式。首先应该保证考核的全面性,即不仅应当考核学生武术技能水平,而且包括其学习态度、学习过程、文化水平、团队合作及创新精神等。比如,根据学生课堂的行为、参加课堂讨论的情况、团队合作等来了解他的学习态度以及团队协作能力等;以学生的武术研究论文或调查报告为例,可以从文化知识角度考核他的文化与知识理解

水平^[15]。其次,应该采用多元化的考核方法,比如,既要进行过程性考核,又要进行终结性考核;既要进行自我考评,又要进行他人考评;教师评价与学生互评相结合;等等。过程性评估是教学过程中的一项重要环节,学生需要以展示课评讲、作业评价及期末考试等多种方式进行学习情况及存在问题的动态把握。而总结性评价是在学期末以武术套路检验和运动技能展示等方式对学生的学习过程及结果进行评判与检测。学生自评或他人评价可以进一步使学生认识和了解自己,发现自身长处和不足,并进一步实现学生间的相互学习与交流。最后还要注重教评反馈,通过教评结果及时修正教学方法及手段。教师要针对教评结果分析教学中的问题与不足,对教材、教法有目的地加以改善与修正。同时,要及时反馈给学生测评的结果信息,使其认识自己的学习情

况及进步点,从而可以给出具有学生个体特点的辅导和引领,使学生受到不同程度的学习辅助与发展引导。

三、结语

综上所述,基于 OBE 理念的传统武术实践教学研究是传统武术教育改革的一次有益尝试。OBE 理念为传统武术实践教学提供了新的思路和方法,通过明确教学目标、优化教学内容、灵活运用教学方法和完善教学评价体系等策略,能够有效解决当前传统武术实践教学中的问题,提高教学质量,培养出具有扎实武术技能和良好综合能力的学生。

参考文献

[1] 冉凯 .OBE 教育模式在高职院校武术教学中的应用研究 [J]. 武术研究 ,2024,9(11):95-97.

[2] 刘锬,曹佩磊.校企合作背景下应用型高校体育专业实践教学评价模式研究 [J]. 当代体育科技,2024,14(18):80-83.

[3] 郝小飞 .OBE 理念下运动教育模式在武术普修课中的应用研究 [D]. 山西大学,2024.

[4] 胡文林.基于实践教学的高职体育核心素养培育模式探索 [J]. 当代体育科技,2024,14(15):163-166.

[5] 李静国.基于 OBE 理念的武术专项技术课(套路)教学模式构建与应用研究 [D]. 山东师范大学,2024.

[6] 黄清 .OBE 理念下普通高校武术课程教学发展研究 [J]. 拳击与格斗,2024,(04):102-104.

[7] 王琳,朱瑞友,王丽娟.基于 OBE 理念与 "MOOC+SPOC" 混合教学模式的武术课程教学改革研究 [J]. 当代体育科技,2024,14(03):38-41.

[8] 唐淼,高帆.基于 OBE 理念的体育教育专业 " 多维课堂联动模式 " 实践教学体系创新研究 [A] 第十三届全国体育科学大会论文摘要集——专题报告(学校体育分会) [C]. 中国体育科学学会,中国体育科学学会,2023:3.

[9] 赵文博.探究民族体育融入高职体育实践教学环节的对策 [J]. 体育世界,2023,(07):82-84.

[10] 江明山,李康辉,吴志勇.武术课程思政元素挖掘与实施路径研究 [J]. 中华武术,2023,(06):78-80.

[11] 宁丽娟,蔡云燕,周小丽,刘洪涛.基于 OBE 理念的高校体育教育专业实践教学改革创新研究 [J]. 当代体育科技,2023,13(14):71-74.

[12] 王琳,朱瑞友,王丽娟,徐婉婉.基于 OBE 理念的 "MOOC+SPOC" 混合教学模式在武术教学中的研究与实践 [J]. 体育视野,2023,(06):94-96.

[13] 赵明思 .OBE 理念下武术表演专业学生专业培养优化研究 [D]. 武汉体育学院,2022.

[14] 杨华莉,刘成山.基于 OBE 理念的地方本科高校武术教学模式理论构建研究 [A] 第十二届全国体育科学大会论文摘要汇编——专题报告(武术与民族传统体育分会) [C]. 中国体育科学学会,中国体育科学学会,2022:2.

[15] 何春华 .OBE 教育理念的武术课程教学 [J]. 体育风尚,2020,(02):246+248.