

近日,《江苏省义务教育体育与健康课程实施方案》(试行)出台,明确规定要在义务教育阶段把武术作为体育课的必学内容,新政即刻执行。

中华武术博大精深,学生要学哪些内容?现代快报记者了解到,中华五禽操将成为必学内容。近日,这套五禽操的示范图首次亮相,学生模拟虎鹿熊猿鸟的动作,看上去“很萌”。

实习生 欧阳丽蓉 现代快报记者 金凤 黄艳

# 江苏中小学全面开设武术课 很萌的中华五禽操成“必修”

从今年暑假开始,将集中培训体育教师学武术,增加师资力量

国外学生热衷学武术  
国内开课的还不多

## 国外学生 点名要学“功夫”

穿着一身浅色练功服,39岁的刘振飞一招一式地比划着,一旁的荷兰学生都瞪大了眼睛。

扎马步,是武术基本功。女孩子们都穿着漂亮的修身牛仔褲,可憋红了脸也要往下蹲。马步蹲完,再练弓箭步,大半个小时过去后,一些学生开始左摇右晃,稳不住了,但他们还是咬牙坚持着。

15名荷兰学生,是3月7日来到南京的,住在金陵中学河西分校高一学生的家里,学校专门为他们安排了武术、软笔书法等中国传统课程。

“来中国之前,我对中国功夫特别好奇。”15岁的女生兰特说。

男生托马斯16岁,也最爱中国功夫,“虽然弓箭步对我来说有点难,但我肯定要挑战自己。”

现代快报记者了解到,这些来中国修学旅行的外国学生,基本都主动要求学习武术,也就是他们常说的“中国功夫”。而对接的学校,有的是体育老师做示范,也有直接找外聘教练。

## 国内中小学 开武术课的不多

外国孩子如此热衷中国传统武术,中国孩子学的多不多呢?江苏省教育厅体艺处相关负责人表示,虽然江苏的中学教材中也有武术内容,但更多的教师选择教球类运动。

刘振飞去年带领金陵中学河西分校武术队参加了第十一届香港国际武术节武术套路大赛,师生们共获得单项3枚金牌、4枚银牌、4枚铜牌和集体项目三等奖的好成绩。刘振飞从小练武,曾是全国太极拳冠军,他也是南京为数不多的武术专业大学毕业的老师。

刘振飞所在的金陵中学河西分校,从小学一年级至初中三年级,每个年级都有武术课,主要学习太极拳和长拳。每年100节左右的体育课,武术大约能占到16节。校方已经在着手编写武术校本教材,接下来,高中也将开课。

据南京市教研部门人士透露,在南京,重视武术教学的学校还有南外、南师附中、29中、建邺高中、虹苑中学等,有的学生甚至还因此获得过国家二级运动员等称号。一些小学也在体育课中加入武术内容,或是自编武术操,在大课间练习。但放眼全国,开武术课的学校并不多。

## 中华五禽操示范图首次亮相

熊运



摘桃



鹿奔



## 江苏新政:小学生初中生必学武术

近日,江苏省教育厅发布了《江苏省义务教育体育与健康课程实施方案》(试行),明确规定体育教学有三类必学项目:基本活动技能(田径类、体操类)、武术、体育与健康知识。按照要求,全省所有学校必须教学。

### 武术课学什么?

### 中华五禽操是“主角”

武术作为必学项目,具体学些什么?江苏省教育厅体艺处相关负责人说,将在全省推广中华五禽操,未来有可能全国推广。

中华五禽操是江苏师范大学的研究团队研发的,该校体育学院院长周武告诉现代快报记者,目前中华五禽操已经通过教育部鉴定,教材将于今年8月正式出版。

“五禽操是通过让学生模拟虎鹿熊猿鸟的动作,激发锻炼兴趣,强调锻炼躯干力量,活动小关节,整套操做下来,大约需要7分钟。”周武说,即将在全省推广的《五禽操》共有5套,幼儿园1套、小学2套、初中高中各1套,高中的适合各种人群。

练习五禽操时,还将播放原创的背景音乐,“这套操形神兼备,背景音乐中还有中华吟诵等创作,很有传统味道。”周武说。

目前,五禽操已经在徐州铜山实验小学试点练习了两个月,“运动效果等同于现行的广播操,个别动作的锻炼效果还更好。”

现代快报记者注意到,武术必学内容包括的项目,有手法手型类、腿法步型类、组合动作、攻防和五禽操,不同年级有不同的要求。有意思的是,攻防武术在小学低年级演化成了“石头剪刀布”游戏。

### 为啥要必学?

### 继承传统体育精粹

在《实施方案》中提到,武术是我国传统体育的文化精粹,学习武术,对儿童少年在身体姿态控制、动作技能发展、增强体质素质等方面均有积极的作用。学习武术,对学生意志品质培养、道德精神的修炼、武术文化的习得有着显著的效果。将武术列为必学内容,既有对学生身体锻炼与发展的积极作用,也对丰富体育与健康课程文化内涵、传承我国优秀传统体育文化具有积极的意义。

### 学生、家长怎么看?

### 孩子重趣味,家长望防身

对武术成为必修课,学生和家怎么看?

“我们上学期学了武术,但是不怎么好玩,如果是摹仿动物的,就好玩多了。”小可是四年级学生,体育课里经常会打拳,但她也弄不清楚是怎么回事。

而中学男生则觉得学武术比较酷。“本来准备中考以后再去学跆拳道,现在看来直接就能在学校学武术了。”初中男生小赵说,现在外面学跆拳道的地方很多,学武术的倒不多。“武术既能锻炼又能防身,而且是国粹,很酷。”

家长林女士说,女儿上高中,即将出国留学,她在外面给孩子报了跆拳道。“女孩子一个人在外,要有点功夫能防身,如果在高中也全面开设武术课就好了。”

家长杨女士也表示,孩子学武术,遇上事情能防身,也是一种传统的继承。“不过我还是有一点担心,如果碰到一些激烈的动作,希望老师能做好保护措施,教会孩子避免意外伤害。”

## 增强师资力量,暑假开始集中培训有“功夫”的老师

要开设武术课,现有的中小学有多少老师能教,缺口有多大?江苏省教育厅体艺处相关负责人表示,目前中学没有专职教武术的教师,但体育老师们在大学时都学过

武术这门课,都有教武术的基础。“从今年暑假开始,将对全省中小学体育教师骨干集中培训,再由他们去培训其他老师。另外,各个市县也可以先期培训。”

这位负责人说,虽然是必学项目,但武术课的课时如何安排,则由各校根据实际情况和师资状况自行决定。而武术课开课时间,从《江苏省义务教育体育与健康课程

实施方案》(试行)文件颁布之日起开始启动。

“接下来我们会组织教师培训。”南京市教研部门有关人士也表示。