

文化交流视角的高校体育教学内容创新

刘 擎

近年来关于大学生健康素养的相关调查表明,大学生在生理、心理健康方面的表现并不乐观。究其原因,一方面是市场经济环境下竞争压力不断增加,造成心理层面的焦虑、压抑、悲观等不良状态,使身体长期处于亚健康状态;另一方面是缺乏正确的体育教学指导。高校体育教学内容长期以来形式单一、理念落后,无法激发学生体育运动兴趣,亟待改进。刘朝霞、庄静所著《大学生体育教程》(清华大学出版社,2017年10月版)从文化交流的视角,结合“瑜伽”和“太极”两种体育文化内涵,对高校体育教学内容进行创新,具有较高的研读价值。全书呈现以下两大特色。

其一,拓展视角,构建“跨文化”高校体育教学内容体系。该书围绕“健康第一”的理念,阐明当前我国高校体育教学内容创新的必要性,深入挖掘传统文化体系中关于“体育运动”的内涵,将目光集中于“瑜伽”和“太极”两大文化主体,形成了鲜明的“跨文化”特色。“瑜伽”(yoga)发源地印度和中国一样是东方文明古国,与“太极”特征互通,彼此又存在文化差异。“求同存异”理念下构建的高校体育教学内容体系,不仅丰富了高校体育教学内容,而且提升了大学生的“体育品位”。该书结构清晰,内容可划分为三部分。第一部分为第一章“前言”,简要介绍了“形体礼仪”的内容,这也是瑜伽和太极文化在体育教学层面的重要映射。第二部分包括第二章到第五章,围绕“瑜伽”展开,具体包括“瑜伽塑形与形体美”“瑜伽塑形与健康饮食”“瑜伽基础入门”“瑜伽塑形与形体控制训练”。第三部分为第六章到第九章,内容涉及“太极拳概述”“太极拳与健康”“二十四式太极拳”“四十二式太极剑”。该书理论与实践深度结合,对比“瑜伽”和“太极”两大体育文化各自的优势,不仅有利于提高大学生身体素质,而且有助于心理健康的改善。基于“高校体育教学”的用书定位,该书在每章之后设计了“思考与练习”栏目,帮助读者消化、理解和实践应用教学内容;同时配置了大量图片,用来解析练习方法、动作要领、套路特征等,具有较强的说服力。

其二,创新观点,树立“融合性”高校体育教学发展理念。该书从创新角度出发,重新定位了高校体育教学宗旨,强调“心理健康”与“生理健康”的统一性,认为在高校体育教学构成中,要尽量规避“二元化”的内容组织模式。选择“瑜伽”与“太极”作为高校体育教学创新内容,也正是基于突出“融合性”理念的宗旨。该书强调,“瑜伽”作为一种源于印度的古老修炼模式,在当今具有“时尚融合传统”的特征,一度风靡欧美等西方国家,且它与中国传统“中医”文化具有高度融合性;同样,“太极”作为中国传统文化的一张名片,秉持“健身与阳性”“内与外”“阴与阳”融合观,对于缓解大学生紧张、焦虑、压抑的精神状态具有良好作用,在生理层面具有塑形、按摩、调节内分泌、提高柔韧性等价值,达到身心健康的统一。

整体上,该书强调学生要树立“健康”理念,在充分研究、借鉴和吸收国内外高校体育教学内容优势的基础上,创造性地提出“跨文化”的理念,将“瑜伽”和“太极”两种传统武术文化与现代体育理念深度融合,结构清晰、行文简洁、要素丰富、观点新颖,不仅可以作为高等院校体育教学学科之用,而且适合社会大众作为体育锻炼指导用书,具有较高的可读性和实用性。

(刘 擎,河南师范大学新联学院)

教育
评论

月刊 2018年第7期(总第229期) 7月28日出版

编辑出版 教育评论杂志社
福州市五四路217号
邮政编码 350003
电 话 0591-87841955
电子邮箱 jiaoyupinglun@vip.163.com
社 长 吴明洪
总 编 辑

主管 福建省教育厅
主办 福建省教育科学研究所
福建省教育学会
协办 福建省兴教科技开发公司
印刷 福州兴教印刷有限公司
订 阅 全国各地邮局(所)
国内总发行 福州市邮局
国外总发行 中国出版对外贸易总公司(北京782信箱)
刊 号 ISSN1004-1109
CN35-1015/G4
邮发代号 34-52 定价 9.60元

ISSN 1004-1109



9 771004 110187

