

武以载道-体教共生:新时代青少年宫武术培训的融合模式创新与实现路径研究

鲁虹玻 邓小青

成都体育学院武术学院 搏击大数据 四川 成都 610041

【摘要】: 在新时代体教融合与弘扬中华优秀传统文化的双重国家战略背景下, 青少年宫作为核心的校外教育阵地, 其武术培训项目的转型升级具有紧迫性与典型性。本研究旨在破解当前青少年宫武术培训普遍存在的“体教分离”困境, 即技能传授与文化育人相脱节、身体训练与人格塑造相割裂的问题。论文首次提出并系统阐述了“武以载道-体教共生”的核心理念, 并在此基础上, 构建了一个全新的“三维四环多元”融合创新理论模式。该模式以“文化传承与认同、身体技能与健康、品德涵养与人格”为三维目标体系, 以“文化感知、身体体认、情境实践、反思内化”为四环融合课程结构, 以“青少年宫主导、家校社协同、数字平台延伸”为多元实施机制, 形成了一个逻辑自洽、操作可行的系统性框架。研究进一步提出了涵盖“理念重塑、课程重构、机制重建、评价革新”四位一体的具体实现路径, 包括开发主题式融合课程包、建立协同育人网络、实施过程性综合评价等策略。本研究认为, 该融合模式能够有效引导青少年宫武术培训从单一的“技能传授”转向“文化浸润与全人教育”, 不仅为校外教育领域的体教融合实践提供了理论范式与行动方案, 也对坚定青少年文化自信、培育民族精神具有重要的现实意义。

【关键词】: 青少年宫; 武术培训; 体教融合; 武以载道

DOI:10.12417/2982-3803.25.08.002

当前, 我国青少年教育正处于一个深刻变革的时代。《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》等政策文件的出台, 标志着“体教融合”已从理念倡导上升为国家层面的制度设计, 其核心要义在于打破体育与教育之间的体制机制壁垒, 使体育回归“育人”之本源, 在增强青少年体质的同时, 发挥其锤炼意志、健全人格的综合教育功能。

在综合素质教育的理念背景下, 青少年宫逐渐成为青少年校外教育的重要场所^[1]。然而, 面对新时代的新要求, 青少年宫传统的武术培训模式暴露出明显的不适应性。大多数培训项目仍沿袭着“重术轻道”“重技轻文”的陈旧路径, 将教学重点几乎全部置于套路动作的模仿与重复上, 致使武术深厚的文化底蕴与教育价值被严重窄化。这种“有体无教”或“体弱教虚”的现状, 不仅难以实现通过武术培育时代新人的目标, 也制约了青少年宫自身服务能力的提质升级。因此, 探究青少年宫武术培训的融合模式创新, 已成为一个兼具理论价值与实践紧迫性的重要课题。本研究致力于回答的核心问题是: 在新时代背景下, 青少年宫应如何系统性地创新其武术培训模式, 以实现“体育增强体质”与“教育教化人心”的深度、有机融合?

1 现状审视: 青少年宫武术培训的“体教分离”困境

1.1 目标分离: 工具理性对价值理性的僭越

当前培训的目标设定呈现出明显的“技能导向”单一化特征。考核与评价的核心指标集中于学员对规定套路的熟练程度、在考级中通过的级别以及在各类比赛中获得的名次。这种目标体系本质上是一种“工具理性”的体现, 追求的是可量化、可比较、可展示的外在成效。而武术所承载的“尊师重道、讲礼守信、坚韧不拔和合共生”等“价值理性”——即关乎人的道德品质、文化认同与精神成长的深层目标——则被边缘化。

1.2 内容分离: 文化语境在技术操练中的缺席

与单一技能目标相适应, 培训课程内容被高度压缩为一列身体技术动作的序列。教学环节紧紧围绕着基本功、单式、组合及套路的反复练习展开, 逻辑清晰、节奏紧凑, 但文化内涵严重稀薄。武术的历史源流、不同流派背后的哲学思想、动作招式所蕴含的攻防智慧与养生理念, 以及习武过程中必须遵循的行为规范与礼仪, 这些构成武术“文化语境”的丰富内容, 通常以零散、随意、附加的方式呈现, 与主体技术教学形成“两

一作: 鲁虹玻, 男, (1989-), 初级, 硕士研究生, 研究方向: 体育文化、体育教育。

二作: 邓小青, 女, (1990-), 中级, 本科, 研究方向: 体育大数据。

课题: 1.2025年中国青少年宫协会研究课题: 新时代青少年宫体教融合模式创新路径研究, 编号: CNYPA202502053; 2.教育数字化发展与评价重点实验室2024年课题: 数字教育视域下中小学体育教学评价体系构建与实践, 编号: EDDEL202405Z; 3.重庆市重点人文社科基地“重庆市儿童发展与教师教育研究中心”2025年度科研项目: 基于教育家精神的中小学体育教师教学创新实践研究, 编号: JSJY2519; 4.四川省文化和旅游厅重点实验室“高原山地旅游装备与智能技术实验室”2025年度开放基金项目: 文化传承与生态伦理双重视角下的高原山地文旅融合机制研究, 编号: 25MTE204。

张皮”。

1.3 路径分离：教育场域的“孤岛化”运行

青少年宫的武术培训大多遵循“场馆内、课时制”的封闭运行模式。教学活动开始于学员进入训练馆，结束于学员离开。培训与学员所处的学校生活、家庭环境、社区生态之间缺乏有意识的、制度化的联结。武术被建构为一项特殊的、与日常区隔开来的“课外活动”，其影响力难以渗透到青少年的整体成长环境中。

2 模式构建：“武以载道-体教共生”理念与“三维四环多元”框架

2.1 核心理念：武以载道，体教共生

“武以载道”是对武术教育本质的深刻揭示。“武”是形之于外的技艺、体魄与招式，是载体与途径；“道”是蕴之于内的文化、精神、伦理与哲学，是灵魂与归宿。武术培训的最高目的，是通过“武”这一身体实践，去承载、传递和体悟中华民族的生存智慧、价值观念与审美情趣，实现“以武化人”的目标。

“体教共生”是对体育与教育关系的重新定义。在青少年宫的武术培训场景中，“体”（武术实践）与“教”（文化人格教育）不是主从关系，更非对立关系，而是一种共生共荣的生态关系。身体练习为文化理解和品德养成提供了真实的、动觉的、情境化的体验场域；而文化品德的融入，则赋予身体练习以意义和方向，提升其精神格调。二者犹如鸟之双翼、车之两轮，在相互依存、相互促进的“共生”状态中，共同推动青少年的全面发展。

2.2 “三维四环多元”融合模式框架

在核心理念指导下，我们构建了一个包含目标体系、课程结构与实施机制三个层面的系统框架。

第一层面：三维一体的目标体系

融合模式追求的是立体化、整合性的培养结果，具体指向三个相互支撑的维度：（1）文化传承与认同维度：引导学员了解武术的基本历史、主要流派、代表人物与经典故事；理解并践行基本的武德规范与礼仪；在情感上产生对中华优秀传统文化的亲近感与自豪感，建立起初步的文化身份认同。（2）身体技能与健康维度：指导学员科学、系统地掌握武术的基本功、典型动作和入门套路；有效提升力量、柔韧、协调、灵敏等身体素质；理解武术锻炼对健康的积极作用，并养成定期参与体育锻炼的良好习惯。（3）品德涵养与人格维度：在艰苦的训练中磨炼学员吃苦耐劳、持之以恒的意志品质；在对抗与协作中培养其尊重对手、遵守规则、勇于担当的契约精神与责任感；通过技艺提升与展示，增强其自信心、表现力以及沉着

冷静的心理素质。

第二层面：四环融合的课程结构

为实现三维目标，需对线性、单一的技术教学流程进行重构，形成螺旋上升、循环促进的四个教学环节：（1）文化感知环：此为起点环节。利用多媒体故事、动画短片、参观武术纪念馆、邀请非遗传承人讲座等多种化、趣味性的方式，对即将学习的技术主题进行文化“预热”与背景铺垫，激发学员的好奇心与探索欲，建立情感连接。（2）身体体认环：此为核心环节。在教授每一个技术动作时，同步进行文化阐释。例如，学习“抱拳礼”时，详细讲解其左手为文、右手为武、环抱屈臂所代表的“谦和与自强并存”的深刻寓意，让学员在行礼的身体姿态中直接“体认”尊重的内涵。使技术学习成为文化体验的过程。（3）情境实践环：此为深化环节。设计组织富含教育意义的实践活动，让学员在真实或模拟的复杂情境中综合运用所学。例如，举办强调“始礼终礼”的小型擂台赛；围绕一个武术成语故事进行戏剧创编与表演；在社区节庆中进行武术展示并担任文化小讲解员；开展户外拓展，将太极拳的“顺应自然”理念与团队协作任务结合。（4）反思内化环：此为升华环节。通过引导学员撰写“习武日记”，记录技术进步的体会、文化学习的感悟以及训练中遇到的道德小考验；组织小组分享讨论，交流对某一武德内涵的理解；鼓励学员进行个人或小组的创意展示，表达自己对武术的认识。此环节旨在促进外在经历向内在认知、态度乃至价值观的转化与固化。

第三层面：多元协同的实施机制

打破青少年宫单点作战的局限，构建一个以宫为中心、多方力量协同参与的育人生态网络：

主导与协调中心（青少年宫）：负责融合课程的顶层设计、师资的专项培训、核心教学活动的组织以及整个协同网络的统筹协调。

关键协同伙伴：（1）学校：通过“宫校签约”合作，将武术文化讲座、短时体验课送入校园课后服务，或在学校设立武术社团活动点，实现与校内教育的衔接。（2）家庭：设计“家庭武术游戏挑战”“亲子共同习练一段养生功”“订立家庭武德小约定（如诚信、坚持）”等任务，推动武术文化与家庭教育的融合。（3）社区：利用社区广场、文化活动中心等场所，共同举办传统节日的武术公益展演，开设面向居民的体验站，使武术成为社区文化生活的组成部分。（4）赋能与延伸平台（数字平台）：建设线上“武术融合教育资源库”，提供微课视频、文化读物、居家练习指南；搭建学员作品展示与交流社区；开发活动报名、打卡、反馈等功能，实现线上线下联动，拓展教育的时空边界。

3 实现路径：从理论模式到实践行动的转化

3.1 路径一：理念重塑与师资转型

融合改革的首要障碍是观念。必须对青少年宫的管理者及武术教练进行系统的理念更新培训，通过政策解读、理论研讨、成功案例分析，使其深刻理解“体教融合”与“武以载道”的战略意义与教育价值，从根本上扭转“武术即打拳”的片面认知。推动教练员角色从“技术教练”向“武道导师”转型。建立“武术教练+文化导师”的双师培训与协作机制，聘请高校国学教师、德育专家对教练进行定期培训，提升其文化素养与育人能力，使其成为既能“授艺”更能“传道”的引领者。

3.2 路径二：课程重构与资源建设

组织专家与一线优秀教师，围绕“仁义礼智信”等核心武德，或“象形拳的动物智慧”“太极拳的阴阳哲学”等文化主题，开发系列化、项目式的《青少年宫武术融合课程单元》资源包。每个资源包应包含：文化导读材料、核心技术教学要点与视频、情境实践活动方案、教学评估建议等，为标准化的教学提供抓手。同时，系统建设包括读本、动画、教案库、案例集在内的“武术融合教育资源平台”，实现优质资源共享。

3.3 路径三：机制重建与协同联动

制度化是可持续的保障。推动建立由青少年宫牵头，联合代表性学校、社区及家长委员会定期召开的“武术融合教育联席会议”，共同商议年度活动计划，明确分工，形成合力。在重点实验班级或社团推行“双导师制”，确保每班除武术教练外，有一名相对固定的文化或德育导师参与教学设计与关键活动。利用微信公众号、小程序等轻量级应用，搭建数字协同平台，实现活动信息发布、家庭任务打卡、学习成果展示、多方意见反馈的线上化、常态化流转。

3.4 路径四：评价革新与持续改进

建立与融合目标相匹配的发展性评价体系。大力推广“习武成长档案袋”评价，收集学员的技术视频、文化学习笔记、活动参与照片、自我反思日记等过程性材料，全面记录其成长轨迹。在期末或阶段考核中，减少单一套路的标准化考试，增加“主题展示性评价”，如以小组为单位创编并展示一个融合武术技能与文化故事的小剧目，或就某个武术伦理问题展开辩论，综合评估其知识、技能、态度与价值观。定期通过问卷调查、深度访谈等方式，收集学员、家长、合作单位的反馈，对融合模式的实施效果进行科学评估，并建立基于评估结果的动态优化调整机制。

4 结语

青少年宫作为校外教育阵地，紧紧围绕“为国育才”的根本任务，全面落实青少年校外教育工作职能，致力于培养德、智、体、美、劳全面发展的社会主义建设者和接班人，承载了助推青少年全面发展的重要任务^[2]。本研究提出的“三维四环多元”模式，其有效实施有赖于几个关键条件：青少年宫管理层的战略决心与资源支持是前提；教练员队伍的观念与能力转型是成败的关键难点；而设计出能激发学校、家庭、社区持续参与兴趣的“共赢”活动方案，则是机制能否活化的核心。模式在应用中需注重灵活性，不同地区、不同基础的青少年宫应根据自身师资、生源、社区特点进行本土化调适，避免机械套用。尤其需要注意的是，文化融入必须坚持“潜移默化”“润物无声”的原则，防止走向“贴标签”式的生硬说教，始终让学员在愉悦的身体体验与成功的社会交往中自然而然地接受文化熏陶。本研究主张，改革的方向必须实现根本性转向：从专注于“术”的传授，升华为“道”的引领；从“体”与“教”的简单相加，进化为二者的“共生共融”。“武以载道-体教共生”的理念及其衍生的“三维四环多元”融合创新模式，为这一历史性转向提供了系统的理论指引与实践框架。

参考文献：

- [1] 寿劲秋,唐丽娜,林师弘.行为模式引导下的青少年宫建筑公共空间设计策略研究[J].建筑与文化,2024,(04):23-26.
- [2] 秦雨.青少年宫如何推动校外教育工作高质量发展[J].公关世界,2024,(02):37-39.