

一个实习支教生给村小带来的“尚武”改变

——记齐鲁师范学院依托实习支教着力武术文化传播

在南山脚下的一所乡村小学，一个实习支教大学生，仅 10 周的实习时间能做出点什么，能否为这所学校带来可喜的改变？齐鲁师范学院大三学生于帅用担当作为给出了他的回答。

真心实干 立地顶天

5 月 18 日，星期六，新泰市中小学生体育节第四届武术比赛落幕，东都镇南山联办小学荣获了团体武术操第二名、南拳亚军、南拳季军、长拳季军、长拳第六名、长拳第八名、团体总分全市第五名。捷报传来，全校师生欢欣鼓舞，校长牛永刚兴奋的与获奖选手合影后表示：“这是我校武术比赛的历年最好成绩，真是喜出望外啊，祝贺小健将，更要感谢于帅老师。”

每天 9:30 下课铃后，音乐响起，全校齐做 5 分钟的“眼保健操”；集合 350 名学生来到沙土地的操场，“快静齐”完成队列队形练习后，于帅领做 15 分钟的“旭日东升”武术操、“三字经”武术操、少林连环拳；师生互致问候解散。全校 5 个年级 10 个班小学生的大课间体育活动、体育课、组建学校武术队开展课余训练等，这些健身项目因地制宜，很好克服了该校体育场地器材不足。这是于帅 10 周以来从零起步、逐班传授、教会勤练、日益规范的实习支教实践。充分挖掘课上、课间、课外活动时间，他用武术运动为这所小学渲染校园文化，建立起新的校园秩序，给孩子们带来了“气节勇敢，刚毅质朴”的崇文尚武精神食粮。

“人生十岁，五脏始定，血气已通，其气在下，故好走。”小学生正是活泼好动的年龄，如何深入实施《学生体质健康标准》，让小学生真正动起来，确保学生每天不少于一小时的活动量，需要根据学校实际情况，因地制宜、科学组织，激发锻炼兴趣，培养健身习惯，从而减少“小胖墩”“小眼镜”等体质下降现象，让学生在运动中享受快乐、增强体质、健全人格、锻炼意志。调查发现，来自武侠小说和影视作品，帅气的招式、高超的身法是他们对于武术感兴趣的直接动因。武术运动令人身心愉悦、受益匪浅，深受少年儿童的喜爱，发展潜力巨大。从“有形的招式”到“无形的文化”，学生们在入门阶段就得到了专业传授，对中华武术的了解和学习远不止于“强身健体”层面。

崇文尚武 刚毅质朴

四年级的牛业昊妈妈说：“之前孩子放学回家老是玩手机，没有自律性。自从参加了于帅老师的武术队以后，发生了很大的变化，不再象以前那么娇气，变得坚强起来；明显自立自强，写作业不用再让家长催促了；说话做事像个小男子汉，有了点担当的那种感觉，写完作业还能帮我做一些力所能及的事，各方面得到了很大的改善；我有一个打算，要鼓励孩子把武术这个爱好坚持下去。”

“我家郭天乐练习武术后，懂事多了，每天回到家写完作业，就开始练习武术，他是从头学的，很喜欢这项运动，很愿意去学，而且很少看电视、玩儿手机了。看到他这些变化，我们家长都很高兴。”这是二年级的郭天乐家长激动的说。

副校长王廷三，语文老师，兼任五年级的班主任，来校工作已经 14 个年头，泰安市教育教学先进个人、新泰市教育教学先进个人。说起于帅的工作，他就赞不绝口：“我们学校没有专职体育教师，体育工作开展得不够规范，体育课基本处于‘跑圈’‘放羊’状态。本学期，实习支教老师于帅的到来，让我们把中华武术引进校园的想法变成了生动实践。于帅是一个播撒爱心，甘于奉献的大学生，他对学生充满爱心，对教育一片赤心，一心想把工作干好，丝毫不计较个人得失，很受全校师生的喜爱。于帅发挥专业优势，致力于传承武术文化，积极开展校园体育特色活动，学生的精神面貌明显改变，学生们由原来课后乱跑乱追，到自愿的统一参加武术练习；之前不少体质差，常请假的学生，现在没有了；一些同学原来面无表情，到现在的精神饱满；于帅还把德育元素充分融入教学当中，教育学生习武先要修武德，孩子们变得更加文明守礼，彼此以礼仪表达友爱和尊重，思想品德有了改观；总体而言，于帅到校实习指导、传播武术以来，让学校和学生们的精神面貌，发生了天翻地覆的变化；我校已将大课间活动，全部改成了武术操，我们决定把校园武术运动保持特色化、常态化。”

师生共进心相通，教学相长建新功。面对这些成绩和赞誉，于帅深有感触地说：“我对实习岗位充满了敬畏感，每当听到清脆稚嫩的童声齐喊‘老师好’，不论在教室还是在操场上，就打心里对课堂产生了神圣而庄严的感觉。相比城里的小学生，这些山村孩子们身上少了些虚荣与娇气，明显多了一份吃苦和耐劳、踏实顽强；我喜欢看着他们闪光的眼睛说话，我愿意尽我所能帮助他们茁壮成长；因为从他们的身上，我

也学到了很多可贵的品质，这更加激励我虚心学习、努力工作，莫负新时代青春好时光。”

于帅接着说：“我也时常想起母校对我三年多的专业培养和成长教育，想起谆谆教导我的老师，想起他们严厉而期许的目光，想起在齐鲁师范学院上过的每一堂课，想起一起训练的亲密同学，正是这段充实而难忘的大学生活让自己有了这样一个实习支教的机会，让自己有了一个展示自己学习成果、检验自己学而为师的舞台，我要倍加珍惜这个机会，做好教师接力棒，昨天自己还是一名学生，今天自己就是一名光荣的教师，我要秉承母校“博学明道，崇德象贤”的校训、传播体育学院“自强不息，追求卓越”的精神，像我的老师我的教练那样，做一名热爱学生的青年支教者，做一名武术文化的传承者。”

令公桃李满天下 何用堂前更种花

据了解，在齐鲁师范学院这批实习支教学生中，像于帅这样的同学还有很多，他们分赴聊城和泰安的6个县区16所小学深入开展了武术教育工作，5176名小学生通过体育课、大课间体育、武术队等形式学习了“旭日东升”武术操、“三字经”武术操、少林连环拳、五步拳、武术操、长拳一段、南拳、初级刀术、太极拳等武术套路，形成了良好的武术健身氛围，并率队参加了新泰市、岱岳区等教育主管部门组织的武术竞赛，取得优异成绩，赢得了广泛赞誉。

“一传十，十传百，百传千千万。”以上16位同学大多是武术专项考入大学，进校以后，在思想政治、理论素养、专业功夫、从教技能诸方面，接受了系统的教育，历经武术普修、武术专选的专业培养，部

分同学还被学校选派到嵩山少林寺武术馆参加集训，进一步确立了专业优势，提升了专项水准。他们长年坚持训练不辍，频频参加竞赛交流；学拳做人武德为先，他们不断用志业精神激励自我；秉持向上向善的价值取向，在传承武术的道路上踏实工作、追求卓越、享受快乐。通过实习支教，他们已把中华传统武术的种子播撒在少年儿童的心田，悉心浇灌、生根发芽，进而把武术文化融入到日常生活之中，也必将焕发出更加蓬勃的传承力量。

目前，这 16 所小学正在筹备“六一”儿童节庆祝活动。在武术操练中，小朋友们个个精神抖擞、虎虎生气、喊声震天、孔武有力，获得了师生及家长的一致好评，最值得称道的是他们的“精气神”，既究形体规范，又求精神传意，文武兼修、内外合一，正是中华武术文化的鲜明特色。

自 2017 年 12 月成立武术教育中心以来，齐鲁师范学院坚持以习近平总书记关于教育工作的重要讲话为指南，扎实推进“五育并举”，着力培养时代新人，着眼于教育改革的总体需求，从不同的视角，对武术教育、青少年身心和谐发展等方面，进行着相应的学术研究，切实履行使命担当。聚集全校及团结国内外武术教育工作者和爱好者，继承和弘扬中华优秀传统文化，倡导和普及武术教育活动。“传统武术进校园”项目已经走进 300 余所学校，让 12 万大中小学生受益，呈现出蓬勃的发展势头。武术教育中心致力于为武术教师的培养培训搭建平台，围绕“培养人”注重“立德”，围绕“健康第一”注重“强体”，把专业“红

专”与武术“特色”相融合，为助力健康中国和教育强国建设担当作为、积极贡献。（体育学院 朱礼恒）