

# 蔡传喜：“文武兼修”的90后体育老师

张蕾 大通社 郑思颖 报道



## 潜心教学,享受育人的快乐

“下一个动作左揽雀尾：一——左脚尖往外撇，重心移到左腿上；二——身体左转，左肘自然带动左掌下移……”注意动作要慢、慢、慢——操场上，蔡传喜老师在前面带领大家打太极，后面的同学们队伍整齐，神情专注。

在教授学生方面，蔡传喜匠心独运，终日倾囊相授。他对于教学的态度始终坚持“走快乐体育路线，让学生终身受益”。“太极拳作为一门公共体育课，大家只需大致了解即可，在动作路线清晰、方向明确的基础上，能够开心地学习就好。”蔡传喜对于学生学习太极拳并没有过高的要求，因为学校开设该课程的目的并不是为了进行专业化训练和参加比赛，“更多的是为了激发学生的运动热情，达到强身健体、修身养性的目的。当然，在进行太极拳教学和推广过程中，能让同学们领悟到其中一些中华传统武术的深厚底蕴也不错。”

蔡传喜在教学中也会特别留意和发掘那些对武术有真正兴趣且适合该项运动的学生，并且给予他们针对性的指导。工程造价1801班的郭德恩同学就是蔡传喜发掘的“好苗子”之一。“蔡老师会给我们不定期分享一些武术视频，还会积极与我们交流学习的心得，指导我们的练习与锻炼。”郭德恩说道。

与郭德恩同班的潘昌文同学也表示：“蔡老师很有亲和力，很耐心地教导我们，积极地鼓励我们。有同学太极拳打得不太好时，只要想认真学习蔡老师都会很乐意教，耐心地一点一点指导。”

在教太极的过程中，蔡传喜并不要求每位同学都做得一模一样。这是为什么呢？“如果每个人都打得一样，那就不叫太极了。”蔡传喜笑着说，“太极是动作路线与方向一致，但每个人的风格却不同。”为了让大家更好地理解，蔡老师用打比喻

的方式解释道：“好比人体的构造是相同的，也都要穿衣服，但如何打扮却可以各有特色。有人爱穿牛仔裤，有人喜欢休闲裤，有人爱长袖，有人爱无袖，这就是个人风格。就像打太极，每个人都有自己的味道，不要求每个细节都一致。”

学生的进步也激发了蔡传喜不断提升自我、完善自我的劲头。为了教给学生更多、更好的东西，他对自己非常严格，教学水平也在不断精进。谈起教学与科研的关系，蔡传喜认为教学是基础，对科研有很大的促进作用。没有技术，科研理论无立足之地；没有科研理论，技术也走不长远。他还用武术中的技术与理论来类比：“同一个动作，有不同的方向，他说这样做，他说那样做，到底怎么做呢？这就需要理论的论证与支撑。”但只会理论也不行，“光说不练假把式”，上台把这段动作打出来，这就验证谁说的对了，理论与技术在教学中相辅相成，教学也为科研提供了更多的实践依据。

## 醉心科研,关注武术的传承

今年3月20日，教育部社会科学司发布《教育部社科司关于2020年度教育部人文社会科学研究一般项目立项的通知》通知，我校体育老师蔡传喜申报的《体育非物质文化遗产利益相关者的利益诉求与履行路径研究》项目，获得了教育部批准正式立项。此后，蔡传喜便多了一个新昵称——“醉心科研的体育老师”。

“按常理说，习武一般是以技术为主的，但如果单纯搞技术，在个人专业素养的提升上会比较受限，于是我主动寻求转型。”谈及为何爱做科研，蔡传喜老师笑着说道：“技术修炼到一定程度，很难走得长远，所以我尝试研究武术文化，因为文化研究是不受年龄限制的。”蔡传喜顿了顿，继续说：“我在读大学时，开始尝试研究传统武术文化，着手写了一些科研论文。一有机会我会去参加各项科研活动，跟同仁朋友们进行交流学习。”

在研究生期间，蔡传喜就跟随导师参与了国家级人文社科类非物质文化遗产等相关课题，为工作中继续做科研打下了基础。2018年来到武昌理工学院后，蔡传喜更是没有放松在科学上的研究，由他负责的国家体育总局武术研究院青年项目“一带一路”视域下武当武术文化国际推广研究”在同年4月进行申请，9月公示、10月便被选为国家课题，并于11月顺利立项。

为什么会从这个角度切入呢？“选这个课题的原因是因为我从事的研究方向是武术与民族传统体育。中国武术门派众多，蔚为大观，一定要从一个具体的点着手才具备代表性。”蔡传喜解释道：“我又是湖北人，从小生活在这里，我就想到了可以立足湖北的地域文化。而最具特色的自然是武当山的武当武术，这是我选择这个议题的初衷。”

做研究很苦，没有周末，没有寒暑假，写起论文时更是常

常忘记了时间，“有时写起劲了，抬头一看时间，凌晨5点钟，天都快亮了。”想起自己写论文时的状态，蔡传喜无奈地笑笑。那时他每天查资料，熬夜写文章，甚至有时走在路上突然又有新的思路，就会赶紧把新的想法记录下来，再进行补充与精进。

成绩并非偶然，热爱科研的蔡传喜在我校任教期间还撰写过多篇科研论文，屡获大奖，收获颇丰。他的《新时代武术非物质文化遗产智慧的现代表达与运用研究》论文获得了2018年“第六届浙江国际武术论坛”二等奖；去年11月，他参与撰写的论文《弘扬中国武术文化的根本导向——基于习近平文化繁荣的系列重要讲话》荣获“2019年杭州萧山武术文化高峰论坛”征文活动二等奖；去年12月，他所著的《“一带一路”视域下太极拳文化国际推广研究》斩获“2019年全国武术论文报告会”征文活动二等奖，文章被全国武术论文报告会录用，他还受邀参加了大会专题报告。

## 倾心习武,是我一往情深的坚持

“我左手一式太极拳，右手一剑刺身前，扫腿这招叫清雪、破敌功飞燕；我奇筋异脉力破天，一身正气荡人间，除暴安良我心愿……”真正的习武，所有的招式都源于千遍万遍练就的基础，这也正是蔡传喜最初习武时的真实写照。

5岁的小蔡传喜正在上学前班，回家不上课时，就跟着师父习武。“师父是亲戚，那时候不像现在，报个武术班就能学，都是亲戚才肯教，而且是单线传承。”蔡传喜回忆道：“那时候对师父很尊敬，遵循着三拜九扣的规矩，逢年过节还要去看望师父。我的童年完全是在武术中度过的，我的同龄人都在到处玩，而我只有训练训练训练。”

那时练武术条件非常艰苦，没有遮风挡雨的室内体育场馆，更不要提绿荫跑道了，只有公园里的泥巴地，如果下雨了

就根本没办法练。只有精英才能进入训练馆训练，而所谓的“训练馆”也不过是一个可以稍微避雨的地方，窗户是破的，地上都是水泥，没有瓷砖，连门都是破的，条件不可谓不艰苦。

“我们这一辈，师父看中你才能学习，不然学不了。冬天得穿着短袖拼命练出汗才不冷，所以我很珍惜现在这样好的场地，现在的学生很幸福。”蔡传喜感慨道。“要练就绝世武功，就要忍受常人难忍受的痛，就像歌词里写的，蔡传喜在训练时受了太多的伤，忍受了太多的痛，“没有一块地方是好的”，手肘、膝盖、踝关节……到处都是习武的“痕迹”，直到现在的头上还有以前训练时留下的印记。”

现在的蔡传喜更加珍惜如今的学习与练习环境，课余时间，他坚持锻炼，喜欢慢跑，偶尔攀岩、格斗、射箭……“我特

别喜欢射箭，家中还有很多射箭的靶，这是我的一个兴趣爱好。”除此之外，蔡传喜还特别爱看人物传记和纪录片之类的影片，工作后依然坚持学习、阅读、写文章，“文化是一个长期积累的事物，短期突击是不可能具备的，一定要经过长期的储备。”

“情不知所起，一往而深。”从小习武，习武对于蔡传喜而言是一辈子无法磨灭的追求。如今他走入高校育人，蔡传喜发觉自己也非常享受教书和科研的快乐。“其实高校老师一直是我梦想的职业，和学生相处，我感到非常快乐。”蔡传喜说。

在教书之余，做研究，搞科研，研究武术文化，醉心武术传承，期待蔡传喜老师在“文武兼修”的路上会越来越远。

“教学与科研,两者是相辅相成的。”  
——蔡传喜

蔡传喜是一位有着20多年“武龄”的“90后”高校体育教师，武汉体育学院硕士研究生毕业的他，现在武昌理工学院主要从事太极拳教学等工作，专业主要研究方向是“武术与民族传统体育”。身为一名体育教师，蔡传喜潜心教学，沉浸在学生一点一滴的进步之中，享受育人的幸福；在教学之余他醉心科研，撰写的多篇论文屡获大奖，为学校赢得了荣誉；他还倾心习武，并坚持用科研融合实践的方式传承与发扬中华传统武术文化。“我觉得自己还年轻，精力也跟不上，我很享受目前所做的一切。”蔡传喜说。

## 奋进者说

关于理想和奋斗精神，商学院副院长陈洪权希望同学们在走出校门、踏入社会后，要重新树立人生的远大理想，为漫长的职业生涯和人生之路做好新的发展规划，充实过好每一天。希望同学们能时刻保持一颗充满活力和火热的心，把人生的每一道关卡都当作是在学校的一个创新创业比赛，只要准备充足，迎难而上，就没有过不去的坎。今年商学院有些学生选择了创业，有些学生选择在银行集团工作，还有学生顺利考取了研究生，踏上继续深造之路……无论是同学们选择哪条路，大家一定要记得学校的嘱托——走正路，入对门，跟对人，熬得住。

谈到今后的工作态度方面，城市建设学院党总支书记陶新荣这样叮嘱，同学们今后的工作要与一个城市或者一个乡村的建设联系紧密，那就意味着大家免不了风吹日晒，只有肯吃苦才会有好未来。同学们不要以为与国有大型企业或世界500强公司擦肩而过就一蹶不振，真正有本事的人，他到哪里都能闯出一番天地。同学们更应要有自信，在校期间的每一次实地测绘、工地实习、项目竞赛都是你们积累经验的好机会，真正工作的时候切勿手忙脚乱，就当作是与老师、同学们的一次合作项目就行。你的基础打得越牢靠，你的努力坚持得越长久，你的成长才会越大。

说起将工作与科技创新结合的问题，人工智能学院副院长李强认为，这次我国的新冠肺炎疫情能在短时间内有效控制住，很大程度上得益于先进的医疗设备，所以不管是在战争年代还是和平盛世，科技总是第一位，希望同学们能带着成功素质教育的底蕴，装配着“人工智能+”的专业动力，持续扎根西部、边疆、国防和区域经济发展等行业的基层。科技发展日新月异，知识更新已成为常态，终身学习也已成为趋势。希望同学们在工作中要脚踏实地践行“追求卓越，走向成功”的校训精神，以学习到新工科的专业知识为基点，为中国科技发展和中国创造多多助力。在历练中实现人生价值，不负青春韶华。

对于人生走向的问题，文法与外语学院党总支书记高松说道，文外学院的才子才女大部分选择了考研考公的道路，并取得了可观的成果。同学们选择在学习的道路上继续奋斗下去，是在为更好地步入社会做充分的准备。文法与外语学院副院长范文琼嘱托道，考公考研不是为了追求“高人一等”，是同学们在用不同的方式实现自己的人生价值罢了，这条道路虽然望得见未来，但不见得轻松。希望同学们以后在面对困境时仍然能拿出在大学备考时的那股子拼劲，在课堂上学习的诗词歌赋也不应只是考试题目，更应该成为同学们今后在眼花缭乱的世界上的一种精神慰藉，一种想起来就能微微一笑的故事。

在文化传播的社会效益和经济效益的选择上，影视传媒学院党总支书记盛蕾认为两者是共生共存、互利互惠的关系。在疫情期间，她用自己公益创作完美地诠释了文化传播的价值以及何为文化创作者应有的风采。她强调道，同学们从一开始的欣赏，到后来的模仿，再到如今的创作，这是一个极其艰辛的过程。大家应当把真正有价值但不便于表达的思想更多的融入到自己的创作之中，让观众在视觉和听觉的享受中潜移默化地领悟我们所要传达的内涵。当今世界优秀的文化是不可或缺的软实力，希望同学们梦想常青、担当常在，让文化在心里更丰厚，让专业在脑中更博大。

因为年轻，所以一切皆有可能，在工作态度上，艺术设计学院党总支书记双双表示，在许多多艺术专业毕业生中不乏优秀者，所以同学们一定要记住在各级各类比赛中的“战斗经验”，好好利用自己智慧的果实，创造更多惠及人民的艺术作品。



### 编者按:

离别时岁暮天寒，再聚时鸟语蝉鸣。受新冠肺炎疫情冲击，2020年的毕业季注定不平凡，毕业答辩在“云端”相聚，招聘应聘开启“云时代”，没有毕业聚餐、没有线下欢聚的毕业典礼，甚至最后与校园的离别合影也被口罩抢了风头……不一样的毕业季，学校对毕业生的祝福与期望却没有改变。在这临别的时刻，来自我校各学院的领导、老师们为2020届毕业生们送上了最诚挚的殷殷嘱托，他们的话充满了力量与激情，充满了肯定与希冀，将激励大家不忘初心，勇敢前行。愿同学们此去前程似锦，再相逢依旧如故。

有同学毕业后会迷茫，可是同学们别忘记自己的天赋，要学会勤勉努力，让自己成为熊熊烈火，放出耀眼的光芒。期望同学们今后，不论是深造亦或是工作，继续秉承母校教育理念，不断奋斗，自我完善，成为学院乃至学校引以为豪的成功校友！

思想指引着行动，在提到理想信念方面问题时，马克思主义学院院长彭彭则院长说道，马院虽然还很年轻，但我们所传授给学生的思想理念、思维逻辑是历久弥新的。正确的思想决定着正确判断，同学们进入社会后一定要紧跟时代思想潮流，放眼全球，胸怀天下，主动担当起影响世界、改变世界的责任。希望同学们在今后的生活道路上，要具备崇高的家国情怀和强烈的社会担当，有所作为，时刻清楚自己该干什么，以纵观古今中外的敏锐思维去看待并解决问题，成为一个有独立思想的有为青年。

面对人生追求的价值问题上，护理学院院长书记周国华语重心长地说，护理学院的学子们毕业后大部分都是去医疗机构从事

# 殷切嘱托 牵心挂怀

张蕾 大通社 蒋千敏 朱威龙 薛继楚 报道 刘明杨 关莹 摄影



护理工作，拥有“白衣天使”称谓的同学们要对这份职业有坚定的信仰，要有“用生命守护生命，以大爱诠释医者仁心”的观念，要学会承担和成长。在这次抗疫斗争中，作为新时代新青年的同学们，很多人都选择主动请缨，逆行向前，在抗疫一线挥洒汗水。希望同学们将这次抗疫斗争看作是人生中一场不平等的经历和考验，要深刻认识到全国人民众志成城、万众一心的可贵精神。家与国、民族命运与个人前途，从来都是紧紧连在一起的，希望同学们能把自己锻炼成为一个能担当时代重任的好青年。

针对未来学习，生命科学学院党总支书记南小烈书记说道，生科院部分毕业生顺利考取了研究生，继续深造；大部分毕业生实现优质就业，找到了合适的工作岗位。不管同学们用何种方式去探求科学，科学的探索永无止境，始终都需要持续不断地努力拼搏、攻坚克难。同学们要记住人民的需要和时代的呼唤，就是你们努力的方向。未来关键领域的核心技术突破，需

要你们这代的年轻人迎难而上，需要你们积极发扬严谨求实、勇攀高峰的科学精神，永远保持蓬勃向上的朝气和敢为人先的锐气，在未来科技舞台上充分展现出风采。

校团委的工作给同学们的感觉可能就是忙碌、紧张，但我相信同学们一定会怀念这段难忘的时光。校团委书记李曼希望毕业生们能坚定远大的理想砥砺前行，把全面发展和个性发展紧密结合起来，继续保持从容和自信，志存高远，脚踏实地，把在校团委的责任感和使命感结合到今后的各项活动中去，不管处境如何，时刻牢记和贯彻党中央和团中央的精神，无所畏惧，用自己的青春智慧创造无愧于时代和人民的业绩，用充足的知识储备和丰富的人生阅历去谱写出更加壮美的青春乐章！

最后，祝愿心里有火、眼里有光的武昌理工毕业生们，所行之路，皆是坦途；所到之处，遍地阳光。期待你们在追梦的路上乘风破浪、勇创辉煌！