

《民族民间体育》课程考核改革 理论与实践 ——以三亚学院中华射艺课程为例

前言

课程考核改革是课程教学改革的重要一环,研究《民族民间体育》课程考核改革理论与实践对提升武术与民族传统体育专业学生的综合素养具有重要意义。本文运用文献资料法和实验法,以三亚学院中华射艺课程为例,对《民族民间体育》课程考核改革理论与实践展开研究。研究表明,三亚学院中华射艺课程以教学目标矩阵为依据,设置包括课堂表现、课后作业、阶段性考核三部分的过程考核和包括技评、术评、礼仪、赛事组织与管理和加分项等五部分的期末考核,以期其他课程考核改革和发展提供参考。

关键词

民族传统体育;考核改革;中华射艺

教学改革是高校教学发展永恒的主题,而课程考核改革是教学改革中的重要一环^[1]。《民族民间体育》课程是高校武术与民族传统体育专业核心课程之一,对提升学生专业素养具有不可或缺的作用。中华射艺是一项古老而新奇的文化技艺,逐渐受到了更多人的关注和热爱,开设射箭(射艺)课程的高校也越来越多。然而,当前高校射艺课程教学存在一些问题:一是缺乏有效的教学模式^[2]。传统的教学模式以讲授为主,学生被动接受知识,缺乏互动和创新;二是课程内容单一^[3]。射艺课程的内容大多局限于技术训练,缺乏文化及人文素养的培养;三是考核方式单一^[4]。传统的考核方式以理论考试和技能操作考核为主,缺乏多样化的形式和综合性评价。基于此,本文以三亚学院《民族民间体育》课程的“中华射艺”为例,分析我国射艺课程考核的现状,阐述中华射艺课程的过程考核和期末考核实践,旨在提升《民族民间体育》课程改革效果,提高学生的学习质量,为其他课程考核改革提供理论依据和实践操作参考。

1 我国射艺课程现状

通过在知网以“射艺课程”“射艺”“射箭”为主题检索期刊和硕博士论文,时间勾选“不限”,期刊类型勾选“全部期刊”,共计检索到文献27篇。其中,期刊文章20篇,硕士论文7篇,而有效的“射艺课程”类文献仅8篇,研究对象均为高校射艺课程。通过对比文献发现,探索中华射艺

课程考核改革的文献,有三篇文献分别以上海大学、曲阜师范大学、通化师范学院为案例,进行了较详细的课程设计与实践探索。三所高校射艺课程所设置的学习目标各有特色,仅有通化师范学院按照《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的要求设置了五个维度的培养分目标。从目标内容来看,射艺课程学习的目标都较为基础,几乎都停留在技术层面,目标是让学生初步了解射艺传统文化。单一的考核方式很难完成科学的教学目标,因此一定要符合教学目标的要求,教学目标又引导考核方式改变,二者相互影响、相互制约。

2 中华射艺课程考核理论分析

授课内容是实现人才培养目标的媒介,也是课程考核的内容。在规定的课时内,通过特定的授课内容实现人才培养目标,是课程设置的要求。《民族民间体育》课程是三亚学院武术与民族传统体育专业的核心课程之一,中华射艺课程是《民族民间体育》课程的重要授课内容,能有效激发学生学习的兴趣和热情,对弘扬传统民族文化具有借鉴意义。三亚学院中华射艺课程人才培养目标实现包括知识、技能和素养目标三个方面,对应的授课内容和考核内容也必须包括但不限于内容中的这三方面。三亚学院中华射艺课程教材选用张波编著的《中华射艺》,授课内容是从教材中甄选的部分能实现中华射艺知识、技能和素养教学目标的章节,教学目标对应的教学内容如下表:

表 1 射艺课程人才培养目标

培养标准	课程教学目标	对应知识点
知识目标	目标1: 掌握射艺运动的理论知识; 目标2: 掌握射艺运动的技术和训练方法;	教材第一章
能力目标	目标1: 掌握射艺技术动作; 目标2: 掌握射艺礼仪; 目标3: 掌握射艺运动的赛事组织和推广;	教材第二章、第五章
素质目标	目标1: 认同和传承民族传统体育项目; 目标2: 安全开展民族传统体育项目;	贯穿全部课程

3 中华射艺课程考核实践

中华射艺课程考核形式为考查, 主要包括过程考核和期终考核。过程考核包括课堂表现、课后作业、阶段性考核, 合计占总成绩的 40%; 期终考核包括射艺技术动作测评、术评、射艺礼仪、射艺赛事组织与管理 and 射艺项目的社会服务加分项, 占总成绩的 60%。

3.1 过程考核方法

过程考核包括课堂表现, 即学生的考勤、师生互动情况、学生练习情况等, 占过程考核成绩的 20%。课后作业即教师根据上课内容布置的射艺专项理论、背诵或解读与“射”有关的经典文献等作业, 占过程考核成绩的 40%。阶段性考核即教师根据上课进度安排的礼射八法展演、礼射团队展演等集体活动, 占过程考核成绩的 40%。

3.1.1 课堂表现

课堂表现包括考勤和学生练习情况, 各占 50%, 采用定量与定性相结合的方式评价。考勤采用扣分制, 病事假每次扣 15 分, 旷课每次扣 35 分, 迟到早退每次扣 10 分, 考勤成绩低于 0 分时取消考试资格。学生练习情况主要采用定性的方式评价, 要求学生尊重老师和同学、积极参与课堂讨论、认真听讲、认真练习、主动提问和回答问题等。

3.1.2 课后作业

课后作业一共有三次, 第一次课后作业是背诵或解读

与“射”有关的经典文献, 每节课抽取几名同学进行课前展示, 占过程考核成绩的 10%; 第二次作业是选取射艺的一个技术动作进行分析, 要求阐述技术动作的要点、易犯错误、纠正方法和训练方法等, 占过程考核成绩的 10%; 第三次作业是一篇关于射艺推广相关的 3 000 字小论文, 占过程考核成绩的 20%。

3.1.3 阶段性考核

阶段性考核分为两部分。第一部分是在学习射艺八法后, 让学生个人展示射艺八法, 重点考核射艺的礼仪、技术动作等, 占过程考核成绩的 20%; 第二部分是期末考试前进行礼射团队表演展示, 重点考核礼仪的运用、队形的变换等, 占过程考核成绩的 20%。

3.2 期终考核方法

射艺期终考核包括术评即射艺的环数评价 (30%)、射箭技术动作评价 (20%)、射艺礼仪 (30%)、射艺的赛事组织与管理 (20%) 和射艺运动的应用加分项等五部分。

3.2.1 术评 (30%)

射艺考核射程为 10 米, 采用侯靶、三番四矢的方式, 即每人射 3 组箭, 每组 4 支, 共 12 支箭, 分别以 1、3、5、5+ 计分“侯”“鹄”“正”“的”四个区域的分值。测试者发射时双脚必须分跨在起射线上, 或双脚同时踏在起射线上, 评分标准如下:

表 2 射艺达标考试标准

靶上得分	38 36 34 32 30 27 25 23 20 17 15 13 10 9 8 7 6 5 4 3
成绩分数	40 38 36 34 32 30 28 26 24 22 20 18 16 14 12 10 8 6 4 2

3.2.2 技评 (20%)

技术评价简称“技评”, 是指完成射艺技术动作的能力, 要求完成射艺过程中的“五平三靠”和“动作一致性”等指标。技评是对射艺技术动作的定性评价, 强调身体姿态好, 两手、两肩一条直线, 动作连贯、协调, 有力度, 准确性高, 箭飞行途中稳定性高, 具体评价标准如下:

表 3 射艺技术评价标准

序号	评价标准	等级	分值
----	------	----	----

1	身体姿态好，两手、两肩一条直线，动作连贯、协调，有力度，准确性高，箭飞行途中稳定性高。	优	90~100
2	两手、两肩一条直线，身体姿态较好，动作连贯、协调，有力度，箭飞行途中稳定性高。	良	70~80
3	两手、两肩一条直线，身体姿态较好，动作连贯，有力度。	及格	60
4	动作不连贯、不协调，身体姿态不正确。	不及格	60分以下

3.2.3 礼仪（30%）

礼仪考核是中华射艺课程考核的特色也是重点。中国古代射艺的仪式、仪规细致繁多，为了方便教学和考核，把礼仪简化为射前礼、射毕礼和验靶礼三部分。射前敬事，表示对射艺这项活动本身的尊敬；射毕敬人，即便是对手也要先礼后争；验靶敬物，即尊重自己目标及尊敬外物，具体执行标准如下表：

表 4 射艺礼仪执行标准

顺序	礼仪标准	备注
1	“准备”令后，射手藏弓（弓放于身体一侧）位于候射线后等待；	
2	“就位”令后，由藏弓态转为执弓态并行执弓礼（执弓向前鞠躬行礼），礼毕后执弓进入射位；	六个环节
3	“起射”令后，方可取箭；	缺失
4	射毕，执弓退至候射线，由执弓态改为藏弓态；	一处
5	行藏弓礼（藏弓于身体一侧向前鞠躬行礼）后等待“验靶”令；	扣五分
6	“验靶”令后，行至靶前两米处行礼后，方可上前报分；	

3.2.4 赛事组织与管理（20%）

把射艺课程终结性考核作为一场射艺赛事，将学生分成编排组、发令组、执场裁判组和计分组，轮流完成射艺赛事

组织与管理工作。教师根据各团队合作完成任务情况进行总成绩评定，再根据团队成员的个人表现评定个人成绩。编排组主要考查射艺（射箭）赛事编排的基本原则；发令组主要考查熟悉射艺赛事流程、熟悉发令词；执裁组主要考查熟知射艺裁判知识，特别是手势、判环等；计分组主要考查熟知计分原则和填表规则。在射艺赛事组织与管理方面重点考查执场裁判与计分裁判知识。

3.2.5 加分项

为激励学生积极参加社会实践，自觉传承弘扬中华民族传统体育，凡参加校级及以上射艺表演、比赛和裁判工作；获得射艺相关的运动员、裁判员等资质证书；在大学生创新创业或公开发表射艺相关的论文等同学均可在本学期最终成绩里额外增加不超过 10 分，但最终总分不能超过 100 分。

4 结语

中华射艺是我国具有代表性的民族传统体育项目之一，对学生身心锻炼、道德教育与人格培养，以及弘扬民族传统体育文化具有重要意义。本文以三亚学院中华射艺课程为例，探讨中华射艺考核的理论与实践过程，提出根据教学目标矩阵设置考核形式，包括过程性考核和期末考核两部分，纳入技评、术评、礼仪和赛事组织等多种考核因素，以期为中华射艺课程的教学和发展提供一些参考和借鉴价值。当然，我们还需要进一步探讨更为科学和有效的考核形式与方法，深入了解中华射艺课程的培养目标，不断探索中华射艺教育的内涵和外延，为中华射艺课程的发展和传承做出更大的贡献。

文 / 李江涛，胡兴黎（三亚学院休闲体育研究中心，海南三亚 572022）

基金项目：三亚学院 2022-2023 学年秋季学期课程考核改革试点项目《民族民间体育 2》（SYJGKH2022163）

作者简介：李江涛，男，湖北孝感人，三亚学院休闲体育研究中心副教授，研究方向：民族传统体育、体育旅游；胡兴黎，女，湖北恩施人，三亚学院休闲体育研究中心讲师，研究方向：民族传统体育。

- [1] 李江涛, 胡兴黎. “翻转课堂”模式在休闲体育课程“三度”建设中的应用研究——以三亚学院为例 [J]. 体育科技, 2020, 41 (4): 115-116.
- [2] 马山原. 全国高等体育院校民族民间体育课程建设问题及对策分析 [D]. 北京: 北京体育大学, 2020.
- [3] 胡兴黎, 李江涛. 海南省射箭运动发展研究 [J]. 体育视野, 2022 (8): 18-20.
- [4] 李亚南, 杜银玲. 高校民族民间体育发展的思考 [J]. 北京体育大学学报, 2017, 40 (5): 119-124.
- [5] 刘冠启, 花家涛, 石玉雪. 民族民间体育文化再生产的动力与实现路径 [J]. 体育文化导刊, 2022 (3): 8-13.
- [6] 潘智. 湖南省高校体育教育专业民族民间体育课程开设现状与对策研究 [D]. 吉首: 吉首大学, 2012.
- [7] 胡兴黎, 陈祥伟, 李江涛. 全面复兴传统文化背景下中学生体育学科核心素养的培养与教学 [J]. 体育科技, 2022, 43 (5): 129-131.
- [8] 李德荣, 宋昱, 李钊. 我国民族民间体育的演进 [J]. 体育文化导刊, 2014, 144 (6): 146-148+152.
- [9] 张波编. 中华射艺 [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2021.
- [10] 段全伟. 我国民族民间体育理论体系建设研究 [J]. 北京体育大学学报, 2013, 36 (6): 83-87.

(上接 16 页)

通讯作者:李舒婷,女,广西贵港人,广西民族大学体育与健康科学学院在读硕士研究生,研究方向:学校体育。

- [1] 沈建峰, 范峰. 高等师范院校公共体育教材编写的范式及其转换[J]. 北京体育大学学报, 2022, 45(6): 108-118.
- [2] 赵富学, 李林, 王杰, 等. 高校体育课程思政建设提质增效的方法创新与路径推展研究[J]. 天津体育学院学报, 2022, 37(4): 387-394.
- [3] 章翔. “三全育人”视域下大学体育俱乐部课程思政建设的学理基础与践行路径[J]. 体育学刊, 2022, 29(1): 118-123.
- [4] 董翠香, 樊三明, 李梦欣, 等. 体育专业课程思政建设应解决的问题及实施路径[J]. 体育学刊, 2021, 28(2): 65-71.
- [5] 陈政天, 唐元超, 蒋东升. 大学体育的思想政治教育功能及实现路径[J]. 广西教育, 2021(3): 51-52.
- [6] 陈政天, 蒋东升. 乡村振兴战略下广西农村公共体育服务体系建设研究[J]. 边疆经济与文化, 2023(9): 49-55.
- [7] 夏贵霞, 舒宗礼. 课程思政视角下高校体育课程育人质量提升体系的构建——以华中师范大学为例[J]. 体育学刊, 2020, 27(4): 7-13.
- [8] 房晓伟, 施海波. “以学生为中心”的大学体育课程教学设计研究[J]. 体育文化导刊, 2020(6): 98-102.
- [9] 常益, 张姝. 健体育魂: 大学体育课程的思政教育转向研究[J]. 体育文化导刊, 2018(6): 136-141.
- [10] 王永顺, 孙科, 杨安禄. 融合体育: 认识、实践、发展——专访国际适应体育协会主席马丁·布洛克教授[J]. 体育与科学, 2020, 41(3): 31-35.