

# 内蒙古高校太极拳教学现状调查与分析

张博 段慧宇 朝日格图  
内蒙古工业大学体育教学部  
DOI:10.32629/mef.v2i7.171

**[摘要]** 近几年随着我国改革开放的深入,太极拳运动逐渐普及。太极拳运动在高等院校中的发展也日益形成良好趋势,参加太极拳运动的学生与日俱增,高校太极拳课程也逐步被广大学生所接受。但在众多高校开展太极拳课程中也可以发现,部分学生仍然存在课上被动学习、课下不去练习的尴尬情况。本文对内蒙古高校太极拳教学现状进行调查与分析,通过对学校课程现状、学生参与动机、师资职称结构等多方面进行调查研究,了解和掌握我区高校太极拳教学的现状,对其进行具体分析,得出影响教学质量的主要因素,为我区今后更好的开展太极拳教学提供可参考依据。

**[关键词]** 内蒙古; 高校; 太极拳教学

## Investigation and Analysis of the Status Quo of Taijiquan Teaching in Inner Mongolia Universities

Zhang Bo, Duan Huiyu, Zhaorigetu

Physical Education Department, Inner Mongolia University of Technology

**[Abstract]** In recent years, with the deepening of China's reform and opening up, the Taijiquan exercise has gradually become popular. The development of Taijiquan in colleges and universities is also forming a good trend, the number of students participating in Taijiquan is increasing day by day, and the college Taijiquan course is gradually accepted by the majority of students. However, in many Taijiquan courses in colleges and universities, it can be found that some students still have the embarrassing situation of passive learning in class and not practicing under the class. Based on this, this paper investigates and analyzes the current situation of Taijiquan teaching in Inner Mongolia colleges and universities, and conducts investigations and studies on the current situation of school curriculum, students' participation motivation, and teacher title structure to understand and master the current situation of Taijiquan teaching in colleges and universities in our district, the specific analysis shows the main factors affecting the quality of teaching, which provides a reference for the better development of Taijiquan teaching in our district.

**[Keywords]** Inner Mongolia; colleges and universities; Taijiquan teaching

### 前言

太极拳作为一种重要的健身手段,它对增进人体的身心健康,发展智力,培养坚忍的意志品质,都有独特的作用。近几年随着我国改革开放的深入,太极拳运动在高等院校中的发展也日益形成良好趋势,参加太极拳运动的学生与日俱增,高校太极拳课程也逐步被广大学生所接受。

但在众多高校开展太极拳课程中也可以发现,部分学生仍然存在课上被动学习、课下不去练习的尴尬情况。大部分学生为了应付考试,只是机械性的完成太极拳课程的基本内容,对于太极拳运动的攻防含义与真正作用没有针对性的了解。而且部分高校只开设了太极拳课程,没有理论层面的讲解,学生学起来较为枯燥、乏味。

因此,针对高校太极拳运动开展情况出现的诸多问题,本文以实践为基础,拟以内蒙古5所高校为研究对象,通过对内蒙古高校太极拳运动开展状况进行调查,研究当前高校太极拳教学、课余活动建设等方面的现状,分析存在的问题,对各种影响因素进行具体分析,并提出相应对策,寻找太极

拳运动发展的最佳途径,为促进内蒙古高校太极拳运动良性发展提供理论依据。

### 1 研究对象与研究方法

#### 1.1 研究对象

本论文以内蒙古大学、内蒙古农业大学、内蒙古工业大学、内蒙古师范大学、内蒙古财经大学5所高校的教师和学生为研究对象。根据研究需要,抽样调查学生均为大一到大四学生,共计300人,其中男生162名,女生138名。教师14名。

#### 1.2 研究方法

##### 1.2.1 文献资料法

对文献资料进行搜集、整合,阅读有关太极拳运动方面的论文、报刊、书籍,并及时了解太极拳运动的研究动态,为本研究的开展奠定了坚实的理论基础。

##### 1.2.2 问卷调查法

以内蒙古5所高校为研究对象,提出相关的问题,通过调查得出内蒙古高校太极拳运动开展现状以及影响因素。

##### 1.2.3 访谈法

根据论文需要,通过访谈方式5所高校的领导、教师和学生进行面对面或电话访谈,了解高校太极拳运动的开展现状、发展及存在问题,获得更为可靠的信息。

1.2.4数理统计法

本论文运用数理统计的方法对所获得的有效问卷进行数据统计与分析。

2 调查结果与讨论分析

2.1内蒙古高校太极拳教学开展现状

2.1.1内蒙古高校太极拳课开设情况

调查显示,5所高校太极拳课开课率为100%。可以看出,内蒙古太极拳课程开设情况比较乐观,这给学生提供了解太极拳运动、学习太极拳技术的途径,表明了太极拳项目在高校教学中的重要地位。

表1 内蒙古高校太极拳课开展情况一览表

学校名称	教学班级数量	平均每班人数
内蒙古大学	大一年级	50
内蒙古农业大学	大一、大二年级	58
内蒙古工业大学	大一年级	52
内蒙古师范大学	大一、大二年级	54
内蒙古财经大学	大一年级	45

2.1.2内蒙古高校太极拳课效果满意度

在调查结果中可以看出,对目前太极拳课程开设现状认为满意的占调查总人数的34%;感觉一般的占多数,为42%;不满意的有48人,占调查人数的24%。可见内蒙古高校太极拳课的效果是不容乐观的,学生对于太极拳课程的开设还存在一定的质疑。

表2 内蒙古高校太极拳课效果满意度情况一览表

	满意	一般	不满意
人数	70	85	48
比例	34%	42%	24%

2.2内蒙古高校太极拳课外活动开展现状

2.2.1内蒙古高校学生进行课外太极拳活动的特点

根据调查得出,内蒙古各高校学生在余暇时间里进行太极拳运动的仅占29%,而有71%的学生在余暇时间里不进行太极拳运动,这说明参与到其中的学生还是占少部分的,太极拳运动没有得到很好的传播和发展,说明太极拳运动在高校学生余暇体育中开展并不理想。

2.2.2内蒙古高校开展太极拳竞赛情况

太极拳运动竞赛在内蒙古高校的开展情况并不是想象的那么乐观,调查显示,只有22%的高校举办过太极拳赛,且参加太极拳赛的学生只占9.6%,相对来说所占的比例很小,可见太极拳竞赛在内蒙古高校的开展情况很差。

2.2.3影响内蒙古高校学生参与太极拳运动因素

影响内蒙古高校学生参与太极拳运动主要因素调查中最大为校园太极拳氛围占89%,对太极拳不了解占76%,缺少指导教师占52%。

表3 影响内蒙古高校学生参与太极拳运动主要因素一览表(多选)

影响因素	百分比	排名
校园太极拳气氛	89%	1
对太极拳了解不足	76%	2
缺少指导教师	52%	3
学习压力大(时间紧)	24%	4
认为不合适	22%	5
其他	18%	6

2.3内蒙古高校太极拳师资队伍基本现状

2.3.1内蒙古高校太极拳教师专业、学历、职称情况

内蒙古高校太极拳师资的整体情况并不乐观,学校配备的太极拳教师人数有限,难以满足学生学习太极拳的需要。从事太极拳教学的教师以本科学历为主占57%,硕士学历水平的占29%。职称大部分为讲师占到50%,其余职称则只有少数。

2.3.2内蒙古高校太极拳教师年龄、教龄情况

对内蒙古高校太极拳教师年龄构成的调查结果显示:30岁以下的教师有8人,占57%;中年教师占36%。由此可以看出,内蒙古高校太极拳教师队伍是以青年教师为主体,大部分从教2-5年。

表4 内蒙古高校体育教师的年龄、教龄情况一览表

年龄	人数	比例	教龄	人数	比例
30以下	8	57%	2年以下	5	36%
30-45	5	36%	2-5年	7	50%
45以上	1	7%	5年以上	2	14%

2.4内蒙古高校学生对太极拳运动的认知情况

2.4.1内蒙古高校学生对太极拳运动的了解情况和信息来源

内蒙古高校大学生对太极拳运动非常了解的占13%、基本了解的占64%和不知道的占23%。可见内蒙古高校学生对太极拳的了解情况良好,一点不了解的只占少数。

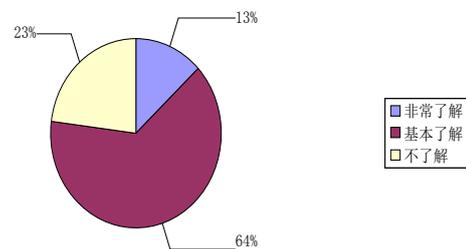


图1 内蒙古高校学生对太极拳了解情况比例图

2.4.2内蒙古高校学生对太极拳运动的喜欢程度和动机情况

从图2可以看出,大学生对太极拳运动表示非常喜爱的占调查总人数的31%,较喜欢占42%。可见绝大部分同学渴望参与太极拳运动并有很高的热情,而对太极拳运动不感兴趣的学生只是极少数。

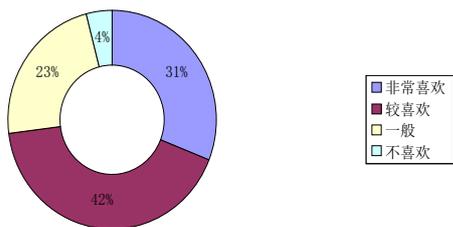


图2 内蒙古高校学生对太极拳喜欢程度比例图

### 3 结论

3.1 内蒙古5所高校太极拳课的运行状况一般, 学生积极性还有待提高, 教学内容有待进一步改善。

3.2 内蒙古5所高校太极拳课外活动开展情况不容乐观, 很多因素导致学生参与太极拳活动受到阻碍, 参与比赛太少, 对太极拳的传播非常不利。

3.3 内蒙古高校太极拳师资队伍结构良好。但是专业教师太少, 学历大多本科毕业, 需继续深造。

3.4 内蒙古高校学生对太极拳的喜爱是不容置疑的, 太极拳在各高校已经逐渐成为学生最喜欢的运动项目之一, 参与动机良好, 但学生还需加强对太极拳运动的认知。

### 4 对策

#### 4.1 优化体育课程内容, 创新课程形式

学校体育主管部门要切实优化高校体育课程内容, 在高校太极拳体育课程上应勇于创新, 突出教材内容的特色, 合理调整体育课程结构, 根据太极拳课程自身的特点, 系统科学的设置太极拳课程。

#### 4.2 加强课余太极拳运动的开展, 定期举办太极拳赛事

从各个方面支持学生参与课外太极拳活动, 增强校园太极拳气氛。多开展太极拳活动和赛事, 引起学生们对太极拳的关注从而提高学生的太极拳兴趣。加强对太极拳课外活动的组织, 使其制度化和规范化。

#### 4.3 完善太极拳师资队伍建设, 做好人才引进工作

教育部主管部门应把加强太极拳师资队伍建设当作基础环节来抓。要不断的做好培养高水平太极拳教师以及引进太极拳运动人才的工作, 进一步提高太极拳师资队伍水平的

内在因素。

4.4 正确引导学生对太极拳认知, 营造校园太极拳文化  
应加强太极拳运动在课余时间的开展, 利用大学生的业余时间, 开办各种太极拳培训班, 对学生进行技术指导, 既可以加强太极拳教学后继效果, 又可以为其他学生提供学习太极拳技术的机会, 从而增加太极拳运动人数。

4.5 加强宣传, 扩大太极拳运动的影响, 促进太极拳运动的全面发展

建议高校有关部门应尝试建立体育运动项目的专门主页, 并根据及时更新网页的内容, 让学生及时了解最新的太极拳运动信息, 以能达到加快普及太极拳运动的目的, 同时也要依靠校园广播、校园墙报等传播媒体的积极作用, 不断的更新、传播太极拳运动知识和新闻, 从而进一步达到普及和发展太极拳运动的目的。

### 【参考文献】

[1] 王海燕, 王浩名. 论高校武术实践教学环节的重要作用[J]. 搏击·武术科学, 2010, 7(10): 58-59.

[2] 吴马. 北京市普通高校太极拳课程开展状况的调查研究[D]. 河北: 河北师范大学, 2009.

[3] 罗利, 张学政. 太极拳文化说[J]. 搏击·武术科学, 2010, 7(8): 21-22.

[4] 赵华. 太极文化[J]. 中国疗养医学, 2010, 19(10): 912-914.

[5] 刘宏亮. 对高校体育课太极拳教学的现状分析[J]. 武汉船舶职业技术学院学报, 2009(6): 117-119.

[6] 李翔. 河南省太极拳队发展现状及对策研究[D]. 河南: 郑州大学, 2011.

[7] 周雯艳. 辨析太极拳起源及演变[J]. 兰台世界, 2010(13): 60-61.

[8] 王柏利. 竞争社会中太极拳的时代价值研究[J]. 南京体育学院学报, 2011, 25(2): 42-45.

### 作者简介:

张博(1983—), 男, 内蒙古呼和浩特市人, 汉族, 硕士, 讲师, 研究方向: 体育教育训练学。