

一招一式皆传承

武术让这里的孩子强体魄有文化

新华社济南1月7日电(记者张武岳)大课间时间一到,山东省淄博市博山区朱家庄小学的操场就热闹起来。各年级学生来到操场,一起练习九宫八卦斩穴拳。他们进退、闪躲、翻转腾跃、踢腿出拳,展现出传统武术的独特魅力。

在这所学校,每个孩子都会点“功夫”。学校明确把武术列入体育课必学内容,九宫八卦斩穴拳是大课间的必修项目。

“以前觉得传统文化离我们很远,练习武术后发现,每一招每一式都藏着门道。”五年级学生丁心蕊说,每天的大课间她和同学们一起喊着口号练习,动作整齐划一,感觉越来越有精气神。

学校党支部书记、校长李健介绍,九宫八卦斩穴拳蕴含深厚文化底蕴和独特武术精髓。“我们将这门功夫引入校园,让学生在强身健体的同时,领略中华优秀传统文化的魅力,培养他们的爱国情怀与民族自豪感。”

为了实现这个目标,学校聘请了九宫八卦斩穴拳的代表性传承人,并

为学生量身定制武术训练计划。每天上午和傍晚,操场上都会响起学生练习武术的呐喊声。天天带着孩子们习武,体育老师尹雯辉看到了他们的变化,“练习武术过程中,孩子们达到了锻炼目的,提高了身体素质,专注力和行为习惯也有明显改善”。

随着武术的普及,孩子们在全国、全省武术表演中屡获佳绩,成为这所乡村小学的发展新亮点。提及这些荣誉,李健自豪地说:“成绩背后是全校师生共同努力的结果。我们也将继续深化武术教育改革,将九宫八卦斩穴拳这一文化瑰宝发扬光大。”

博山中学的体育馆内,五步拳教学同样精彩。学生们动作规范,整体气势磅礴,一招一式尽显青少年的蓬勃朝气。

“我们把武术纳入常规体育课程,还成立武术社团,通过比赛、展演等活动激发学生兴趣。”学校体卫艺办公室主任高原介绍,老师还充分考虑学生生理和心理特点,设计教学方法,让学生不仅掌握武术套路,还能提升团结协作能力和健康防身意识。



朱家庄小学学生在课间练习九宫八卦斩穴拳。受访者供图

方寸操场藏乾坤,文化传承无止境。“武术进校园不仅让学生强身健体,更让传统文化在校园扎根。”淄博市博山区体育事业发展中心主任阚

方力说,当地还将通过丰富课程内容、举办系列赛事等措施,持续深化武术教育改革,让学生在传统文化的滋养中增强体质,树立文化自信。

天天好彩

公益福彩
善行天下

中国福利彩票
CHINA WELFARE LOTTERY

福彩宗旨

扶老 助残 救孤 济困

广告

茂名市福利彩票发行中心

玩法	期号	最新开奖结果	玩法	期号	最新开奖结果
双色球	2026003期	05 06 09 21 28 30 16	3D	2026007期	3 5 3
快乐8	2026007期	63 68 76 57 80 03 32 20 25 45 15 54 21 62 42 72 74 43 13 18			

人民保险·2026茂名马拉松赛
PICC·2026 MAOMING MARATHON

茂马有情 山海可平

2026.01.18 | 中国第一滩鸣枪开跑

茂名马拉松赛
(官方公众号)

广告