

练功提升推拿专业学生素质教学改革实践的探讨

袁盛华,王德瑜

(湖南中医药高等专科学校,湖南 株洲,412012)

[摘要] 培养高素质的医学人才,成为 21 世纪医学人才教育的重点和根本目标。我校从 1987 年开设针灸推拿专业,对推拿专业学生开展中医传统功法为主的“课中课”练功教学,并纳入到人才培养方案,对提升推拿专业学生素质大有裨益。

[关键词] 练功教学;针灸推拿专业;学生素质;改革实践

[中图分类号] R2-4 **[文献标识码]** A **DOI:** 10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2019.01.046

随着时代的进步和现代医学的发展,社会对临床专科医师的要求也越来越高,培养高素质的医学人才,成为医学教育教学改革的重点和根本目标^[1]。我校从 1987 年开设针灸推拿专业,30 年来形成了以中医传统功法为特色的练功教学,并贯穿于整个推拿专业教学过程,大大地培养了推拿专业学生的综合素质,得到学生们的好评,取得了较好的教学成果。

1 医科学生素质教育的基本内容是练功教学改革实践的前提

《新华词典》对“素质”的解释:一是指人的生理上的原来的特点;二是指事物的本来性质;三是指完成某类活动所必须的基本条件^[2]。根据解释,医科学生的素质指的是医科学生将来要完成医疗卫生服务活动所必须具备的基本条件。因此,医科学生的素质教育,应能为医科学生的修身、处世、探索、求真、立业准备既全面又是最基本的品格、知识、能力、身心等要素,为医学生的进一步发展成才提供可靠的基础条件。医学生的基本素质包括思想道德素质、文化素质、专业素质和身体心理素质。我校从 1987 年开设针灸推拿专业以来,根据医科学生职业素质要求,开展了推拿练功实践性教育教学改革实践,提高了推拿专业学生的综合素质。

2 推拿专业练功计划的合理安排是练功教学改革成功的关键

我校推拿专业创始人王德瑜教授,从自身学习推拿的经历和实践经验,提出重视推拿练功课教学,提高针灸推拿专业手法“功夫”,这有着重大意

义。其在 1987 年提出将练功课纳入到推拿专业人才培养方案中,针灸推拿专业学生从第 3 学期第 3 周开始,由专业老师带领,于每周 1 至周 5 练习易筋经、少林内功、太极拳等,共 12 周,60 学时,目的是增强自身身体素质,达到外练筋骨皮、内练精气神的目的;第 4 学期,主要训练五禽戏、八段锦和医疗练功,共计 60 学时,目的是学会指导老百姓养生保健、预防疾病和病友的康复运动治疗。本计划坚持进行了 30 年,老师在清晨风雨无阻地带领推拿专业学生练习易筋经、少林内功、五禽戏、八段锦等,这成为我校针灸推拿专业教学中的一个创举,也在全国中医药院校中得到认可和推崇。现已成为学校展现中医药传统文化的一道亮丽的风景,得到广大师生的支持与赞扬。

3 风雨无阻、滴水穿石是获得练功教学改革成绩和成功的基石

3.1 提高了学生的道德素质,树立了正确的人生观 思想道德素质是医科学生成才的灵魂。医学生应具有高度的政治思想觉悟、高尚的情操、坚定的信念,热爱自己的祖国,尊重他人,诚实守信,先人后己,遵守社会秩序和公德等思想道德素质。另外,在职业道德上要有敬业精神和全心全意为患者服务的思想,要有高尚的医德医风及救死扶伤的人道主义精神。通过坚持练功,能使学生意志坚强,增强吃苦、耐劳、抵抗风险挫折的能力。练功重在练“气”,经过长期练习使得学生的气度格局大为加强,有助于树立正确的世界观、价值观、人生观以及高尚的情操,养成良好的思想道德,以适应医学职业道德的需要。

基金项目:国家中医药管理局“十二五”中医药重点学科推拿学科建设项目;《推拿手法技术》国家精品课程和国家级精品资源共享课程(编号:230)

第一作者:袁盛华,男,研究员,研究方向:中医推拿手法技艺传承教学实践性研究

通讯作者:王德瑜,男,教授,硕士研究生导师,研究方向:推拿手法技术传承与创新实践探索,E-mail:14519780@qq.com

3.2 影响了学生的人文素质,培养了正确的审美观 21 世纪医学人才的文化素质,是医科学生成才的基础性要素^[3]。文化素质重点是指人文素质教育,主要通过对大学生加强文学、历史、哲学、艺术等人文社会科学方面的教育,以提高大学生的文化品位、审美情趣、人文素养和科学素养。对传统功法的练习,加深了推拿学生对中华民族传统功法文化的理解,对医学哲学的体悟,通过练功,如易筋经第五式之倒拽九牛尾、八段锦左右开弓似射雕、五禽戏之鹿奔、鸟飞等功法就很有美学效果及观赏性,对培养学生审美情趣很有帮助,能引导学生发展健全个性和追求完美的人格。

3.3 磨练了学生的身心素质,传递了正能量认识观 身体心理素质是医科学生成才的前提。21 世纪医学人才身体素质的要求是具有健康的体格,全面发展的体魄,包括适度的身体灵活性、耐力、适应力,良好的卫生习惯和生活规律;心理素质应当是热情、自信、习惯于接受挑战^[3]。功法从调身、调息、调心方面增强学生的身体及心理素质。早晨练功,春夏秋冬,风雨无阻,坚持早起床,就能克服“睡懒觉”的惰性,使学生容易适应环境变化,有较强的意志力和承受挫折和失败的能力;通过练功,可使学生有个性、有主见,具有良好的人格、稳定的情绪和和谐的人际关系等。经典功法易筋经、八段锦、五禽戏动作,将力与形很好地结合在一起,学生经过长期练习可使身体力量增加、柔韧性增强;现代器械锻炼能使肌肉发达、结实健壮、匀称有力、收缩力强、运动持续时间长^[4];易筋经之横担降魔杵等练功术式具有平心静气的作用。

3.4 增强了学生的专业素质,树立了正确的职业观 专业素质是医科学生成才的催化剂。专业素质包括基础知识和专业能力的培养,其中专业能力的培养重点是加强对学生的思维、实践、创新能力的培养,对于推拿专业学生则重点在于对其实践技能的培养。练功有助于提高专业技能的学习,培养社会需求的高素质技能型人才。推拿职业俗话讲它“既是技术活、又是体力活”,要求推拿者要有足够的体力,来达到“持久、有力、均匀、柔和,乃至渗透”的基本操作要求,易筋经、八段锦等传统功法都属于力、形与神结合的锻炼良法,通过调息、调心使锻炼者在力量与气息上都能得到很好的锻炼,从而使“内力”增强。我们曾经对易筋经练功对一指禅

推法功力的影响进行了研究,运用推拿手法测定仪检测练功者的正压力峰值、峰值稳定性、频率、频率稳定性、正压力波形的相似性、正压力波形的稳定性以及总分,得出的结论是易筋经的练习可以提高练功者一指禅推法的功力^[5]。

4 小 结

我校通过重视练功,开设练功“课中课”教学改革实践,加深了推拿专业学生对中华民族优秀传统文化的理解和体验,提高了学生的专业思想道德素质和人文科学素质,尤其是增强了专业学生的身体心理素质,使其树立了牢固的专业思想,为其走上推拿专业职业生涯打下了良好的基础。这符合我国 21 世纪培养高素质、高技能、实用型、技能型专门医学人才的目标。我校在校学生连续 3 次参加全国高职高专职业技能针灸推拿专业比武大赛,并获得个人、全能和团体一等奖的好成绩;参加省级、市级传统武术比赛,也取得前三名的好成绩;《推拿手法技术》这门课,成为国家级精品资源共享课的称号;团队也成为省级优秀教学团队,曾获得省级教学成果二等奖两次。我校坚持秉承并将积极推广练功教学,为培养高素质医学人才做出一份努力。

参考文献

- [1] 余涛. 当议临床路径式教学对医学生素质的影响[J]. 中华医学教育探索杂志, 2011, 10(3): 335-336.
- [2] 兰迎春, 葛洪刚. 关于医学人才素质教育的若干思考[J]. 中国卫生质量管理, 2002(6): 42-43.
- [3] 朱文华. 21 世纪高级医学人才素质教育及实施的基本途径[J]. 青岛大学学报, 2001, 87(8): 246-248.
- [4] 刘承军. 高校器械健身教学对大学生的影响及价值研讨[J]. 大众科技, 2010(12): 136.
- [5] 李迎红, 王德瑜. 易筋经练功对一指禅推法功力影响研究[J]. 针灸临床杂志, 2011, 27(10): 62-63.

(收稿日期: 2018-05-02)

更 正

本刊 2018 年第 12 期第 167 页刊登的作者张鹏翼等撰写的“中医药治疗前交叉韧带损伤术后康复研究近况”一文中, 由于疏忽, 将第一作者张鹏翼的个人信息记录错误, 现更正如下:

第一作者: 张鹏翼, 男, 2015 级针灸推拿学本科生