

新课标下西双版纳职业技术学院体育课堂融入民族传统体育的探究

杨慧卉¹, 曾和义^{2*#}

¹滇西应用技术大学傣医药学院, 云南 西双版纳

²昌宁县第一中学, 云南 保山

收稿日期: 2024年1月20日; 录用日期: 2025年2月25日; 发布日期: 2025年3月28日

摘要

中职校体育与健康课随着新课程标准的推行而面临新的机遇与挑战。传统民族传统体育作为中华民族优秀传统文化中的重要组成部分, 有着得天独厚的教育价值和独特的文化内涵, 是我国传统体育事业中不可分割的一部分。本文基于新课标背景, 探讨西双版纳职业技术学院体育课堂融入民族传统体育的可行性、重要意义、现状。通过对相关理论的分析 and 实践案例的研究表明, 融入民族传统体育有助于传承民族文化、增强学生体质与文化自信。当前学院在融入过程中存在认知不足、师资短缺等问题。通过加强宣传教育、培养师资队伍、开发特色课程等策略, 能有效推动民族传统体育在学院体育课堂的融入, 提升体育教学质量, 促进学生全面发展。

关键词

新课标, 西双版纳职业技术学院, 民族传统体育, 体育课堂

New Curriculum Standard Xishuangbanna Vocational and Technical College Physical Education into the National Traditional Sports into the Study

Huihui Yang¹, Heyi Zeng^{2*#}

¹Dai College of Medicine, Western Yunnan University of Applied Technology, Sipsongpanna Yunnan

²Changning County First Middle School, Baoshan Yunnan

*通讯作者。

#第一作者。

文章引用: 杨慧卉, 曾和义. 新课标下西双版纳职业技术学院体育课堂融入民族传统体育的探究[J]. 体育科学进展, 2025, 13(2): 95-100. DOI: 10.12677/aps.2025.132014

Abstract

With the introduction of the new curriculum standards, the physical education and health courses in secondary vocational schools are facing new opportunities and problems. As a vital component of the rich traditional culture of the Chinese nation, traditional national sports carry distinct educational values and cultural significance, making them an essential aspect of our country's traditional sports heritage. Based on the background of the new curriculum standard, this paper analyzes the feasibility, significance, current situation and strategy of combining traditional national sports into the physical education classroom of Xishuangbanna Vocational and Technical College. By analyzing relevant theories and examining practical cases, the findings indicate that incorporating traditional national sports contributes to the preservation of national culture while improving students' physical fitness and cultural self-confidence. At present, there are some problems, such as a lack of cognition and a shortage of teachers in the process of integration. Through strengthening publicity and education, training teachers, developing characteristic courses and other strategies, it can effectively promote the integration of traditional national sports in college physical education classrooms, improve the quality of physical education, and promote the all-round development of students.

Keywords

New Curriculum Standard, Xishuangbanna Vocational and Technical College, National Traditional Sports, Physical Education Class

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

新课程标准随着教育改革的不断推进,强调培养学生综合素养,注重体育教育的育人功能,促进学生全面发展,对中等职业学校体育与健康课程设置提出了新的要求。民族传统体育以其自身的民族性和传统性,使之具有独立的形态和民族文化内涵丰富的重要组成部分,是一种具有特殊意义的体育活动方式[1]。有着丰厚文化底蕴和众多民族传统体育项目的西双版纳职业技术学院,地处边疆,办学特色鲜明。将民族传统体育项目融入体育课堂,不仅符合新课标的要求,而且将学院体育教学的新活力注入民族文化的传承与弘扬之中。《中等职业学校体育与健康课程标准》在新课程标准中强调了课程任务。“通过传授体育与健康知识、技能和方法,提高学生的运动能力,培养学生的体育爱好和特长,使学生养成终身体育锻炼的习惯,养成健康的行为和生活方式,引导学生逐步形成正确的世界观、人生观、价值观,自觉践行社会主义核心价值观”。这是国家教育部在2020年1月20日颁布的《中等职业学校体育与健康课程标准》中提出的“通过传授包括《体育与健康课程标准》在内的体育与健康知识、技能和方法,提高学生运动能力”的要求。另外,新课程标准在课程结构的拓展模块中提出,各地与各校可根据地方资源、学校特色、师生特长、专业需要以及学生实际情况等,自主选择拓展模块一的教学内容[2]。立足上文的阐释与思考,在推广继承民族传统体育文化、为丰富校园文化建设奠定基础、同时,挖掘具有地方特色的中职学校开展民族传统体育项目的课程、促进中职体育与健康课程品质的提升、继承和弘扬中华民族优秀传统文化、增强学生民族自豪感和文化自信、提高学生身体素质和体育素养,具

有十分重要的意义。

2. 民族传统体育融入中等职业学校体育课堂的可行性分析

2.1. 国家相应政策的支持

国家出台了鼓励学校把民族传统体育列入体育教学体系的系列政策性文件继承和发展民族传统文化。如在《关于实施中华优秀传统文化传承与发展工程的意见》中就明确提出,要在教育的各个环节过程中融入中华优秀传统文化的各个环节,加强中华优秀传统文化相关学科建设,要将中华优秀传统文化传承与发展的工程建设融入到教育的各个环节[3]。此外,国家教育部发布的《中等职业学校体育与健康课程标准》中的相关内容,要求各地、各校可根据本地资源、学校特色、师生特长、专业需求,以及学生实际情况,自主选择扩大模块1的教学内容,并根据不同学校的实际情况,有针对性地制定相应的体育与健康课程标准。

2.2. 丰富的民族传统体育文化资源

我国是一个有56个民族的国家,而云南省是一个有26个少数民族聚居的省份,云南省是一个少数民族聚居的省份,具有武术、太极拳、舞龙舞狮、踢毽子、跳绳、竹竿舞等多种民族文化,是一个少数民族聚居的省份,是一个以武术太极拳、舞龙舞狮、踢毽子、跳绳、竹竿舞、民族健身操、吹枪、高脚这些节目集趣味性和健身性于一身,老少咸宜,其乐融融。各地各校可根据当地民族特色和文化传统,有针对性地选择适合本校学生的民族传统体育项目进行授课。

2.3. 学生对民族传统体育项目的兴趣

能激发学生兴趣和参与热情的民族传统体育项目,有着得天独厚的吸引力[4]。例如,武术的刚健有力、太极拳的柔中带刚、舞龙舞狮的热闹喜庆等,都能够激发学生的学习热情和积极性。学生们通过参加民族传统体育项目的学习与训练,在增强热爱运动的同时,还能体会到别样的运动乐趣。

3. 中职校体育课堂融入民族传统体育的意义

3.1. 民族传统体育的深厚文化内涵

3.1.1. 镌刻历史记忆的时代印记

从各民族的生产生活中衍生出来的民族传统体育,是在漫长的历史长河中所沉淀下来的智慧结晶,是民族传统体育的组成部分。以傣族泼水节为例,最初诞生的傣族拳术、象脚鼓舞、傣族舞蹈等是其核心项目,这些项目不仅是体育活动,更是傣族历史的生动记录,透过它们,后人能够直观感受到先辈们的生活轨迹和奋斗历程,成为了连接古今的文化纽带。

3.1.2. 彰显民族精神的独特标识

蕴涵着独特精神内核的民族传统体育项目,更蕴涵着各民族各具特色的价值哲学[5]。傣族武术作为中华民族传统体育的典型代表,“武德”贯穿始终,尊师重道、见义勇为、扶危济困等传统美德,成为习武者的行为准则。傣族武术的一招一式,不仅是力量与技巧的展现,更是内在精神的外在表达。长期的武术训练,能够培养习武者坚韧不拔的意志、勇往直前的精神和强烈的民族自豪感,这种精神品质已深深融入中华民族的血脉之中。

3.1.3. 推动文化交流的关键桥梁

民族传统体育在历史发展过程中起着举足轻重的作用,在不同的民族之间发挥文化沟通的作用傣族

武术, 不仅传播至国内, 据了解东南亚等周边国家也在流传, 成为中外文化交流的重要内容。通过传播和交流民族传统体育, 增进了各民族之间的相互了解, 推动了文化相互借鉴、相互融合, 促进了人类文明共同进步。

3.2. 民族传统体育的丰富教育价值

3.2.1. 促进身体机能的全面发展

民族传统体育项目丰富多样, 涵盖了能满足不同人群锻炼需求的各种方面, 包括有氧锻炼、力量训练和灵活性训练等[6]。傣族武术动作缓慢柔和, 讲究呼吸和动作的配合, 长期练习对增强心肺功能, 提高身体柔韧性和平衡能力都有很大的帮助, 对慢性病的防治有积极的效果。

3.2.2. 塑造健全的心理素质与意志品质

参与民族传统体育活动需要克服各种困难和挑战, 这对于培养个体的心理素质和意志品质具有重要意义。习武者在习武训练中, 需要不断挑战身体极限, 克服疼痛和疲劳, 并在此过程中逐渐培养出坚韧不拔、不畏艰险、自控能力好的毅力, 才能掌握高难度的动作技巧。同时, 民族传统体育项目的竞技性, 让参与者在比赛中经历成功与失败, 有助于他们学会正确对待挫折和压力, 培养积极乐观的心态。

3.3. 助力民族文化的传承与弘扬

把传统的民族体育纳入教育体系, 是对民族文化进行传承和弘扬的重要方式。通过对民族传统体育课程在学校开设可以让学生亲身参与学习与实践, 加深对民族传统体育的历史渊源、文化内涵与价值观的了解, 增强学生对民族文化的认同感与自豪感, 通过在学校开设体育课程, 使学生在学习和实践中得到充分的认识[7]。如西双版纳职业技术学院将本民族的传统体育项目, 如傣族孔雀舞列入学校的这一课程, 让学生在学习舞蹈的过程中, 了解本民族的历史文化、风俗习惯、宗教信仰等, 从而传承和发扬本民族的优秀传统文化。

3.4. 促进社会和谐与团结

民族传统体育拥有广泛的群众基础和参与性, 能够汇聚不同年龄、性别和职业的人们, 增强彼此的交流与沟通, 从而促进社会的和谐发展。开展舞龙舞狮、赛龙舟等社区、农村传统体育活动, 既丰富了群众的业余文化生活, 又为营造和谐的社会氛围, 增强了社区、农村的凝聚力、向心力。同时, 民族传统体育作为一种文化符号, 能够促进各民族之间的团结和融合, 维护国家的统一和稳定。

4. 民族传统体育在中等职业学校体育课堂融入过程中所面临的难题

4.1. 认知不足

对民族传统体育的价值与意义, 一些老师和学生还没有深入地理解。一些教师认为民族传统体育项目缺乏规范性和竞技性, 难以纳入正规体育教学体系; 部分学生受现代流行体育项目的影 响, 对民族传统体育项目兴趣不高, 认为其不够时尚、新颖。

4.2. 师资力量薄弱

体育课堂中制约民族传统体育特长生师资紧缺的一个重要因素就是体育传统专业师资的紧缺。现在的高校体育教师大都毕业于体育传统专业, 不能进行高素质的民族传统体育教学, 对民族传统体育项目的理论知识、技术技能掌握不够, 缺乏专业的教学能力和指导水平, 没有很好地开展民族传统体育教学工作, 因此, 我国的体育教师在体育传统项目的教学方面存在着一些不足。

4.3. 课程设置不合理

虽然学院的民族传统体育资源比较丰富,但在开设体育课程方面,传统体育的民族课程并没有占到很大的比重。大部分体育课仍以传统体育项目为主,如田径、篮球、足球等,往往作为民族传统体育项目进行课外体育活动或表演内容,没有形成系统的课程体系,难以保证教学质量和效果。

4.4. 教学场地和器材匮乏

开展民族传统体育项目,要求场地具体化、装备目标化。如象脚鼓舞需要有专门的鼓点和一定的表演场地,而学校现有的体育场地和器材主要配置在传统体育项目上,不能满足传统体育教学和民族体育活动的需要这样就限制了传统的民族体育项目在体育课堂上的推广和实施。

5. 民族传统体育融入中等职业学校体育课堂的策略

5.1. 强化宣传教育,营造浓厚氛围

5.1.1. 线上线下融合宣传

定期发布民族传统体育精彩视频、图文介绍、历史故事等内容,利用抖音、微博、微信公众号等社交媒体平台,吸引广大网民关注和参与。与知名博主、网红合作,邀请他们体验民族传统体育项目,并制作相关的短视频进行推广。同时,走进学校、社区、企业等场所,面向广大市民开展民族传统体育文化活动,如民族传统体育知识在线下展示、讲座、演出等。

5.1.2. 开发特色文化产品

通过旅游景点、博物馆、学校周边商店等渠道,设计制作明信片、钥匙扣、文化衫、手机壳等具有民族传统体育元素的文创产品,扩大民族传统体育的影响。此外,还可以开发以民族传统体育为主题的动漫、游戏等产品吸引学生的关注。

5.1.3. 举办大型赛事活动

举办全国性或区域性的民族传统体育赛事,邀请专业运动员和业余爱好者共同参与。对活动进行全程报道,通过电视、网络直播等方式,提高活动的人气和影响力。同时在赛事期间举办相关的文化活动,如民族传统体育文化论坛、民俗表演等,营造浓厚的文化氛围。

5.2. 培育专业师资,夯实教学基础

5.2.1. 高校专业课程设置

优化课程体系加强民族传统体育理论知识、教学方法、训练技能等方面的教学,培养体育人才,在西双版纳职业技术学院的师范院校和体育院校开设民族传统体育专业或相关课程。邀请民族传统体育领域的专家学者、民间艺人担任兼职教师,为学生传授实践经验和专业技能。

5.2.2. 在职教师培训提升

定期组织在职体育教师参加民族传统体育专题培训,培训内容涉及民族传统体育项目技术动作、教学方法、组织管理等多个环节。培训方式可以采用线上线下相结合的方式,邀请专家进行集中授课、现场示范,同时安排教师进行实践操作和交流研讨。此外,还可以选派优秀教师到民族传统体育资源丰富的地区进行实地考察和学习,拓宽教师的视野和知识面。

5.2.3. 建立师资交流平台

为全国体育传统项目教师交流搭建平台,促进各地区、各学校教师之间的交流与合作。老师们可以

在平台上分享教学经验、教学资源和案例, 针对教学中遇到的疑难问题和解决方案进行讨论。同时, 平台还可以组织教师开展教学观摩活动, 相互学习, 共同提高教学水平。

5.3. 融入教育体系, 确保教学实效

5.3.1. 纳入学校课程体系

将民族传统体育纳入学校体育课程体系, 可针对学生个性化需求, 开设民族传统体育专项课程, 根据学生年龄特点和身体条件, 合理安排教学内容和教学课时。

5.3.2. 编写专业教材与教学大纲

组织专家学者和一线教师编写民族传统体育教材和教学大纲, 确保教材内容丰富、科学合理、具有针对性和实用性。教材要涵盖民族传统体育项目的历史渊源、文化内涵、技术动作、教学方法、训练技巧等内容, 配有相应的图片、视频等便于师生学习的教学资源。

5.3.3. 开展课外体育活动

组建传统体育社团、兴趣小组、民族传统体育运动会、竞赛等, 学校可组织开展丰富多彩的民族传统体育课外体育活动, 通过这些活动的开展, 激发了同学们的学习兴趣, 提高了同学们的参与度和热情, 培养了同学们的团队协作精神和竞争意识。

6. 结语

西双版纳职业技术学院体育课堂在新课标的背景下, 融合了传统的民族体育项目具有重要的意义和价值。尽管目前在融入过程中出现了一些问题, 但通过上述具体策略的实施, 可以进一步加强民族传统体育的宣传教育, 培养专业的师资队伍, 使之更好地融入教育体系, 从而发挥民族传统体育的优势, 为传承和弘扬中华民族优秀传统文化, 促进学生全面发展, 促进社会和谐进步作出积极贡献。

参考文献

- [1] 董志伟. 少数民族传统体育项目在高职学校体育教学中的开展探究[J]. 冰雪体育创新研究, 2023(9): 70-73.
- [2] 安晓军, 王彩平. 高职院校体育教学与民族传统体育发展的融合路径分析[J]. 武术研究, 2024, 10(9): 74-76.
- [3] 王姗姗, 刘精武. 文化传承视域下民族传统体育在高校的传承与发展探究[J]. 长治学院学报, 2024, 5(41): 100-103.
- [4] 贾晓林, 朱福军, 卢和阳, 等. 西水流域少数民族传统体育在体育教学中的开发与应用[J]. 武术研究, 2022(5): 86-88.
- [5] 陈亮. 浅析民族传统体育融入初中体育教学存在的问题与应对策略[J]. 试题与研究, 2024(12): 10-12.
- [6] 冯发金, 王岗. 困境与出路: 新时代民族传统体育与学校教育的共生研究[J]. 北京体育大学学报, 2018, 41(12): 130-136.
- [7] 崔乐泉, 李英杰. 民族传统体育发展视角下铸牢中华民族共同体意识的思考[J]. 体育世界, 2024(11): 6-9.