

昭通市民族民间体育项目融入学校体育的问题、路径与前景

吉 倩¹, 安 斗², 文沫霏^{1*}

¹成都大学体育学院, 四川 成都

²昭通学院体育学院, 云南 昭通

收稿日期: 2025年9月13日; 录用日期: 2025年10月9日; 发布日期: 2025年10月16日

摘 要

本文通过文献资料法、访谈法、实地调查法等研究方法, 围绕昭通市民族民间体育项目融入学校体育的问题、路径与前景进行了深入研究, 全面梳理了昭通市民族民间体育项目发展现状, 试图发现其发展中存在的问题并提出相应解决方案。研究表明, 昭通市民族民间体育项目在促进学生身心健康、传承民族文化等方面具有显著特征, 但在融入过程中还存在许多挑战, 如设施缺乏、教师专业培训不足、学生参与度低下等。研究深入分析了昭通市民族民间体育项目的当前状况和发展的必要性, 并提出了促进这些民族民间体育项目与学校体育更好融合的发展路径, 为昭通市民族民间体育项目融入学校体育的实践提供理论依据, 通过有效策略与合作, 充分挖掘民族民间体育在促进教育多样性和文化传承方面的潜力。

关键词

民族民间体育, 民间体育项目, 学校体育, 体育教育

Problems, Pathways, and Prospects of Integrating Ethnic and Folk Sports into School Sports in Zhaotong City

Qian Ji¹, Dou An², Mofei Wen^{1*}

¹College of Physical Education, Chengdu University, Chengdu Sichuan

²School of Physical Education, Zhaotong University, Zhaotong Yunnan

Received: September 13, 2025; accepted: October 9, 2025; published: October 16, 2025

*通讯作者。

文章引用: 吉倩, 安斗, 文沫霏. 昭通市民族民间体育项目融入学校体育的问题、路径与前景[J]. 体育科学进展, 2025, 13(5): 747-756. DOI: 10.12677/aps.2025.135103

Abstract

This paper, using research methods including literature review, interviews, and field research, conducts an in-depth study of the problems, paths, and prospects of integrating ethnic and folk sports into school sports in Zhaotong City. It comprehensively examines the current status of ethnic and folk sports in Zhaotong City, attempts to identify existing challenges, and proposes solutions. The research indicates that ethnic and folk sports in Zhaotong City have significant advantages in promoting students' physical and mental health and preserving ethnic culture. However, the integration process still faces many challenges, such as a lack of facilities, insufficient professional training for teachers, and low student participation. This study deeply analyzes the current status and development needs of ethnic and folk sports in Zhaotong City, and proposes development paths to promote the better integration of these sports with school sports. This study provides a theoretical basis for integrating ethnic and folk sports into school sports in Zhaotong City, and through effective strategies and collaboration, fully taps the potential of ethnic and folk sports in promoting educational diversity and cultural heritage.

Keywords

Ethnic and Folk Sports, Folk Sports, School Sports, Physical Education

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

昭通市位于云南省东北部,是一个居住着汉族、彝族、回族、苗族等 25 个民族的多民族聚居的地区,每个民族都有其独特的文化和传统体育活动。昭通市因其多样的民族组成和丰富的文化传统而闻名,在体育领域展现了独特的地域特色,如摔跤、武术、拔河、陀螺、射箭、吹枪、赛马、双拐、推杆、荡秋千、抢花炮等,都是民族文化的重要组成部分。据统计,昭通市有 22 个少数民族,其中少数民族人口占全市总人口的 11%,并辖有 19 个民族乡镇和 126 个民族村。这些民族群众大多居住在偏僻高寒山区,基础设施有待完善,生产力水平发展不均衡。因而昭通市体育教育的发展面临着不少挑战,2022 年的数据显示,全市现有普通高校 2 所、普通中等专业学校 7 所、教师进修学校 10 所、职业高中 12 所、普通中学 270 所、小学 1436 所、特殊教育学校 8 所以及 277 个小学教学点。

在当前全球化与现代化交织的背景下,民族文化的传承与认同面临前所未有的挑战。教育作为文化传承的重要机制,其体育教育环节尤为关键。具身认知是指通过身体及其感觉运动系统参与活动体验所形成的认知,同时强调认知是一种“情境化”的认知[1]。该理论认为,身体活动是认知和情感体验的基础,通过身体的参与,个体能够更深刻地理解和内化文化价值。民间传统体育项目是传统文化的重要组成部分,具有娱乐性、民俗性、健体性、节庆性等特点,将民间传统体育项目融入体育课堂,能丰富学生的体育生活,让学生找到自信、获得快乐、提升能力[2]。民族民间体育项目作为一种“身体化文化资本”,其在学校体育中的融入,不仅是一种技能传授,更是一种文化认同的塑造过程。因此,学校体育要把推动民族传统体育项目进校园作为工作重点,促进各族师生在运动中通过“身体体验”加深对民族传统体育文化的理解,在体育文化认同中坚定文化自信,铸牢中华民族共同体意识[3]。通过深入探讨昭通市民族民间体育项目在学校体育中的融入与发展,致力于针对昭通市的地理、文化及经济特点,考虑昭通市

多民族背景以及少数民族体育项目的教育价值，为制定适合当地学校体育的民族民间体育培养目标、设计符合实际需要的体育课程提供理论依据与实践参考。

2. 研究设计

本研究采用混合研究方法，结合质性研究与量化研究的优势，通过文献分析、半结构化访谈与问卷调查等多种手段，系统探究昭通市民族民间体育项目融入学校体育的现状、问题与发展前景。

2.1. 样本选择

2.1.1. 访谈对象

本研究采用目的性抽样与雪球抽样相结合的方式，选取来自昭通市教育体育局与民族宗教事务局等部门负责政策制定与资源分配的 6 名政府官员、来自昭通学院等高校从事体育教育或民族文化研究的 5 名学术研究者、来自不同学段学校参与体育教学与项目推广的 10 名体育教师与教练、5 名少数民族文化工作者与非遗传承人、来自民族乡镇的 4 名社区领袖与家长代表，共计 30 名关键访谈者。

2.1.2. 调研学校

选取昭通市 12 所中小学作为调研点，涵盖城乡差异、民族构成与学校类型，以确保样本的代表性和研究的全面性(表 1)。

Table 1. Distribution of surveyed school samples

表 1. 调研学校样本分布情况

学校类型	数量	占比	示例
城区学校	4 所	33.3%	昭阳区第一中学、昭通市实验小学、昭通市民族中学、镇雄县民族中学
民族乡镇学校	6 所	50.0%	昭阳区守望乡示范小学、鲁甸县桃源回族乡中心小学、鲁甸县火德红镇中心小学、巧家县蒙姑镇中学、永善县马楠乡九年一贯制学校、绥江县板栗镇中学
农村普通学校	2 所	16.7%	永善县务基小学、镇雄县芒部中学

2.2. 数据收集过程

2.2.1. 半结构化访谈

本研究对 30 名受访者进行了面对面或电话访谈，平均时长约 40 分钟。访谈内容主要涵盖：对民族体育资源开发现状的评价、影响融合的关键因素、基础设施与师资问题、家庭与社区支持度以及未来发展建议等。所有访谈在征得受访者同意后进行了录音，并转录为文字稿用于后续分析。通过对访谈文本的初步整理，发现“师资能力不足”和“设施资源匮乏”是高频提及的障碍因素。

2.2.2. 问卷调查

本研究设计了《昭通市民族民间体育项目融入学校体育现状调查问卷》，问卷内容主要包括以下维度：学生参与兴趣(采用 Likert 5 点量表)、教师专业能力自评、学校设施与资源情况、文化认同感测量、家庭与社区支持度等。问卷共发放 300 份(其中教师 100 份，学生 200 份)，回收有效问卷 243 份，有效回收率为 81%(如表 2)。

2.2.3. 实地调查

本文深入筛选出的 8 所样本学校(城区 3 所，民族乡镇 5 所)与周边社区进行实地调查。观察重点包

括体育课堂教学实况、课间活动、民族节日体育活动(如火把节、花山节)以及社区体育节等。调查过程中使用预先制定的观察记录表,对活动的组织情况、学生参与度、活动内容、器材使用以及教师指导行为等进行详细记录,并拍摄影像资料作为辅助数据。实地观察为理解问卷和访谈数据提供了丰富的背景信息和情境补充。

Table 2. Basic information of questionnaire survey samples (N = 243)

表 2. 问卷调查样本基本情况(N = 243)

变量	类别	频数	百分比
身份	教师	76	31.3%
	学生	167	68.7%
学段	小学	97	39.9%
	初中	88	36.2%
	高中	58	23.9%
地区	城区	101	41.6%
	民族乡镇	142	58.4%

3. 昭通市民族民间体育项目的开发现状

3.1. 昭通市民族民间体育项目的开发现状

3.1.1. 传统体育项目的保护与传承

昭通市政府高度重视少数民族文化遗产保护,将苗族“花山节”等传统节日确定为市级少数民族传统节日,并在此基础上开展传统体育项目。截至 2025 年 3 月,市政府公布了第六批市级非物质文化遗产代表性项目名录(共计 24 项)和扩展项目名录(共计 11 项),虽然具体名录未完全公开,但这反映了对传统技艺(可能包含传统体育元素)保护的持续努力。对于传承人的保护也得到了重视,例如大关县的王杰锋(国家级非物质文化遗产苗族芦笙制作技艺代表性传承人)和杨兴明(昭通市苗族芦笙舞代表性传承人)都获得了认定和支持,以确保民族传统体育技艺得以延续。

3.1.2. 赛事品牌与群众体育活动的带动

赛事品牌的打造需以提升市场竞争力、满足社会大众的需求为出发点,不断探索差异化品牌的发展路径,为避免同质化现象产生,可根据当地的地理环境特色、文化习俗、节日庆典等进行精准定位,塑造独特的赛事品牌 IP,从而提高品牌知名度和美誉度[4]。昭通市以“月月有赛事、周周有活动”为目标,积极打造各类赛事品牌活动,提升了群众参与度,为传统体育项目提供了展示平台。赛事品牌活动是昭通市推动民族民间体育发展的重要载体,不仅包括现代体育竞赛,还融入了民族传统元素。昭通市着力打造了“职工球类运动会”、“火把节篮球邀请赛”等系列品牌活动。例如,2025 年职工球类运动会设置了篮球、足球、气排球等 6 个项目,参赛队伍覆盖全市 11 个县(市、区)和市直部门。传统体育项目通过节日节庆得以展示和开展,巧家县利用“苗族花山节”、“彝族火把节”、“布依族六月六”等民族节庆举办活动。首届“风云际会·武韵昭通”传统武术套路精英赛汇聚了 43 支参赛队伍、660 余名武术健儿,项目涵盖太极、拳术、器械等,这是对当地武术传承成果的检验,也是“体育 + 文旅”融合发展的新尝试。

3.1.3. 基础设施建设与共享

昭通市大力推进体育基础设施建设,为民族民间体育项目的开展提供了硬件保障。截至 2024 年底,

全市建成体育基础设施近 15,000 个，行政村(社区)公共体育健身设施覆盖率达 100%，15 分钟健身圈在城镇社区覆盖率达 100%。这些设施的建设注重“一场多用”，成为各族群众娱乐健身、交流交往的共享空间。例如，永善县伍寨乡新建的足球场和健身步道，让各族群众在“家门口”就能体验现代体育和传统体育的乐趣。

3.1.4. “体育+”融合发展战略

昭通市创新性地推动“体育+”多业态融合发展模式，将民族民间体育与文化、旅游、康养等产业深度结合，拓展了其发展空间和内涵。“体育 + 文旅”是昭通市拓展各民族交往交流交融(“三交”)的新业态。昭通市依托境内独特资源，打造“体育 + 旅游”的跨界 IP。例如，巧家县蒙姑镇将滑翔伞全国邀请赛与红糖音乐节联动，吸引 100 余名世界冠军与 3 万余名游客共赴“天空之约”。在纪念“扎西会议”90 周年暨威信县滇川黔长征路越野挑战赛，来自云南、贵州、四川、重庆等地的 1200 余名越野跑爱好者在感受红军长征历史的同时，促进了更大范围的民族交流。昭通市举办的“2025 年昭通市首届街舞艺术公益性大赛”，大赛创新性地将街舞潮流与昭通地域特色相融合，在赛场周边设立文化文创集市，集中展示昭通马马、鲁甸竹编、朱提银冶炼锻制文创制品、丝窝糖制作技艺美食等本土非遗技艺，让参与者在感受街舞热浪的同时，触摸昭通深厚文化底蕴，这便是“体育 + 文化”的内涵体现。“体育 + 康养”主要依托巧家县等地的自然资源，推出“候鸟式”旅居套餐，并策划举办中医药夜市、养生药膳品鉴、民族医药体验等活动，融合民族传统医药文化，吸引游客体验，推动各族群众在健康生活方式上互学互鉴。

3.2. 昭通市民族民间体育游戏资源概况

昭通市的体育游戏种类繁多，涵盖了竞技、技巧、力量、速度等多个方面，既有娱乐性强的民间舞蹈和集体游戏，也包括具有一定竞技性质的项目如摔跤、跳竹竿等。通过表 3 得知，如彝族的“火把节”中的火把跑、苗族的“芦笙舞”，回族的“搬掙”等，都是具有浓郁民族特色的体育游戏。许多体育游戏与民族节日庆典紧密相连，形成了独特的文化景观。在苗族的花山节或彝族的火把节期间，各种民族体育游戏成为节日庆典的核心活动，吸引了大量当地居民和游客参与。将这些体育游戏融入学校体育不仅可以丰富学生的体育活动，还能增强他们对民族文化的认识和尊重，促进学生之间及与社区的文化交流。竞技性游戏如摔跤，凭借其对力量、技巧和速度的要求，适合引入学校体育的竞赛和团队建设活动中。这些活动不仅能增强学生的体力，还能培养他们的竞争意识和团队协作能力。娱乐性强的项目，如芦笙舞和“火把跑”，通过强调娱乐和参与性，与民族节日庆典的紧密联系，有助于促进学生之间的社交互动，提高集体归属感和文化认同感。将民族体育节和火把节等结合传统游戏、舞蹈和音乐形成的独特文化景观融入学校体育活动，不仅能吸引游客，推动文化和经济发展，也能作为学校教育中的特色活动，提供教育的多样性和趣味性，同时加强学生对民族文化的理解。

在推进民族民间体育项目融入学校体育的过程中，应综合考虑各类体育游戏的特点和学生的需求，精心选择和设计活动内容，以确保这些丰富多彩的民族体育活动能够有效地融入学校体育课程，激发学生的学习兴趣，促进他们的全面发展。

Table 3. Classification, characteristics, and functions of ethnic folk sports games in Zhaotong City
表 3. 昭通市民族民间体育游戏分类、特点、功能

分类	体育游戏	特点	社会功能	现代挑战
竞技性	摔跤、跳竹竿	要求力量、技巧和速度，具有一定的竞技性质。	增强体力，促进公平竞争	需要适应现代体育教育，保留传统元素同时增加现代特点

续表

娱乐性	芦笙舞、“火把跑”、踩高跷、翻花绳	强调娱乐和参与性，与民族节日庆典紧密相连。	促进社区凝聚，增进文化交流	需要创新和适应年轻一代的需求，避免性别刻板印象
文化旅游	民族体育节、火把节、民族歌舞表演	结合传统游戏、舞蹈和音乐，形成独特的文化景观。	吸引游客，推动文化和经济发展	缺乏商业化运作经验和模式，需要市场推广和外部投资支持
教育融合	学校摔跤比赛、民族舞蹈展示、传统民族音乐教学	将传统体育项目融入现代教育体系，增加体育教育的多样性。	增强学生对民族文化的认识和尊重	缺乏专业教师和教学资源，需要标准化和竞技性的平衡
社区生态	民族手工艺比赛、野外定向	促进社区成员之间的互动结合自然环境和生态保护。	强化社区文化身份，促进环境保护意识。	需要更多的社区动员和资源整合，提高社会对生态体育的认识和参与

4. 昭通市民族民间体育项目融入校体育存在问题分析

4.1. 基础设施和资源的不足

昭通市学校在推进民族体育项目过程中，面临的主要问题体现在基础设施与资源的严重匮乏(表 4)。当下许多学校现存的设施普遍陈旧且缺乏妥善维护，难以契合学生与教师的实际需求。资源匮乏主要表现在专业教材与教学指导层面。鉴于民族体育项目具有特殊性与地域性，开展有效教学需要与之适配的针对性教材与指导书籍。

Table 4. Description of infrastructure deficiencies
表 4. 基础设施不足描述

类别	问题描述	具体案例
设施	多数学校体育设施老旧，无法满足民族体育项目的特殊需求	缺乏专门的民族体育活动场地
场地	缺乏适合进行民族体育项目的室外场地，如赛马场	校园内缺少开阔地带用于体育活动
教材	缺少覆盖民族体育项目的专业教材和指导书籍	无彝族摔跤或苗族射弩的教学资料
器材	特定民族体育项目所需器材短缺	摔跤等项目缺乏专业器材

4.2. 教师专业能力和培训的缺乏

通过访谈法、实地调查法等研究方法发现，专业教师的缺乏是民族体育项目难以在学校体育中得到有效推广的另一个重要原因。很少有教师具备传授民族体育项目的专业知识和技能，这些项目的特殊性要求教师不仅了解运动技巧，还要理解其文化背景。现有的教师培训计划缺乏针对性，很少涵盖民族体育项目的专项培训，导致教师在教学过程中难以有效传授知识和技能。由于教师对民族体育项目的认知不足，部分教师可能对民族体育项目持有偏见，认为这些项目不如现代体育项目吸引人，因而在教学中不愿意投入必要的时间和精力。有些学校可能有意愿推广民族体育项目，但由于缺乏专业知识和技能的教师，这些项目很难被有效实施。并且因为缺乏足够的认知和重视，一些教师可能对民族体育项目持有偏见，认为这些项目不如现代体育项目重要或者吸引人，导致其在教学中不愿意投入时间和精力。

4.3. 学生参与度低

由于学生对民族体育项目的了解和认识不足，导致学生对这些活动缺乏足够的兴趣和动力去主动参

与。这种情况进一步被学生对体育活动本身兴趣的普遍不高所加剧，其中他们更偏爱室内活动或电子游戏，因此对于传统体育项目的参与热情显著不足。同时，学校和教师在推广民族体育项目的过程中面临挑战，主要是因为缺乏能够有效激发学生兴趣的创新教学方法和吸引学生参与的体育节目设计，因此影响了民族体育项目在学校体育中的融入和发展。

4.4. 文化认同感缺乏

通过全球化和现代化的影响，部分学生可能对本民族或他民族的传统文化和体育项目缺乏深刻理解和认同，因此导致了在学校体育中融入民族体育项目时，学生文化认同感的缺失。这种缺失直接影响了民族体育项目在学校体育中的融入和传承，因为没有强烈的文化认同感，学生难以对民族体育项目产生浓厚的兴趣和参与意愿。

4.5. 社区和家庭支持不足

通过学校和教师的努力，成功融入民族民间体育项目到学校体育还需要社区和家庭的支持。然而，昭通市在推进这一过程时，常常面临社区和家庭支持不足的问题。这是因为部分家长对体育教育的重要性认识不足，他们更倾向于强调学科学习，因此对孩子参与体育活动，尤其是民族体育项目的支持不够。同时，社区对民族体育项目的支持和参与也相对有限，主要是因为缺乏有效的社区体育活动和民族体育文化的宣传推广，这导致了学校体育教育与社区文化活动之间缺乏有效的连接。

5. 昭通市民族民间体育项目融入学校体育的发展路径与前景

5.1. 昭通市民族民间体育项目融入学校体育的可实现路径

在昭通市范围内对民族民间体育项目进行全面的调研，收集了 66 项未开发但具有潜在开发价值的项目，其中包括苗族 15 项、彝族 5 项、回族 12 项以及 34 项民族民间体育项目。在选择合适项目时，应考虑学生的兴趣、年龄、性别、运动强度等因素。选择体育项目时，须考量学生兴趣、年龄、性别等，以及运动强度。青少年适合项目如摔跤、赛马、打陀螺，但更推荐如竹竿舞、踢毽子等适宜学校环境的活动(如表 5)。竹竿舞增进协调性和团队精神，适合各年龄学生，提高身体素质和节奏感。踢毽子，作为无需特殊场地的传统游戏，培养反应速度和平衡能力。相对地，赛马和打陀螺因场地、设备限制及安全风险，不宜在学校日常体育课程中实施，但可考虑观摩或合作体验，尽管打陀螺有助于耐心和技巧培养，但运动强度低，可能不符合体育课程目标。

Table 5. Comparative analysis of some ethnic and folk sports items in Zhaotong City that can be integrated into school sports
表 5. 昭通市民族民间体育部分项目可融入学校体育的比较分析

民族	体育项目	适合融入学校体育的原因	不适合融入学校体育的原因
苗族	竹竿舞	增强协调性和团队合作，富含文化意义	—
彝族	摔跤	促进身体力量和敏捷性的发展，易于组织和实施	—
回族	踢毽子	提高学生的反应速度和灵活性，适合所有年龄段的学生	—
通用	打陀螺	培养耐心和技巧，适合室外活动，促进学生之间的社交	需要一定的空间和设备，可能不适合所有学校条件
彝族	赛马	强调勇气和速度，能够作为学校特色活动	安全问题和场地要求可能限制其在学校的实施

基于以上，可以提出以下昭通市民族民间体育项目融入学校体育的可实现路径：
根据学生兴趣选择项目：教师和学校应进行学生兴趣调查，了解哪些民族体育项目吸引学生。例如，如

果学生对竞技性游戏感兴趣,可以选择摔跤或踢毽子,这些活动不仅能增强体力,还能提高协调和反应速度。

考虑学生年龄进行分组实施:应根据学生年龄分组实施不同的体育项目。对于较小的学生,可以选择技巧要求较低、安全性高的活动如竹竿舞;而对于年龄较大的学生,则可以引入更具挑战性的项目如赛马。这样做既能保证活动的安全性,又能保持学生的参与热情。

性别平等的参与:确保男女学生平等参与是必须考虑的因素,应鼓励所有学生参与各种体育活动,避免性别刻板印象影响学生选择。例如,通过组织男女混合的拔河比赛,不仅增强了体育活动的包容性,还能提升团队合作能力。

定期评估与反馈:学校可以通过定期组织展示活动,让家长和社区成员了解学校体育教学的进展和学生的成长,增强社区对学校体育活动的支持,以及通过学生和家长的反馈进行调整,定期评估民族体育项目的实施效果。

5.2. 昭通市民族民间体育项目融入学校体育的发展前景

5.2.1. 政府支持与政策制定

昭通市政府需进一步明确民族体育项目的重要性,通过制定支持性政策和专项资金来推广这些体育项目。政策可以涵盖教师培训、教材开发、活动组织以及建立示范性民族体育项目学校和社区活动中心等方面。多途径培育少数民族体育市场,多手段加强少数民族体育文化保护和研究,多主体组织少数民族体育活动等[5]。

5.2.2. 专业教练培养与合作

昭通市应利用其与高校和专业机构的合作基础,专门培养民族体育项目的专业教练。这些教练不仅可以提供高质量的训练,还能在体育竞赛和活动中起到引导和激励作用,从而提高教学水平和学生的竞技能力。

5.2.3. 全民健身计划与社区参与

结合国家《全民健身计划纲要》,昭通市应通过民族体育项目吸引更多市民参与健身活动,以此增强社区的凝聚力和提高市民的健康水平。同时,通过组织社区民族体育节和比赛,加强学校与社区之间的互动,促进民族体育文化的广泛传播。

5.2.4. 体育旅游的开发

利用昭通市丰富的地理优势和民族文化资源,发展与民族体育项目相关的体育旅游,如民族体育体验营、文化节等。这不仅能为民族体育项目创造更广泛的社会基础,还能推动地方经济的发展。

6. 结论与建议

6.1. 结论

通过对昭通市民族民间体育项目的发展现状、融入学校体育存在的问题及发展路径进行了较为全面的探讨与分析。研究表明,将昭通市丰富的民族民间体育项目引入学校体育课程,对于丰富教学内容、促进学生综合能力发展、传承民族文化以及提升教育质量具有重要意义。在推进这一过程中,仍存在诸多有待解决的问题,包括基础设施和资源的不足、教师专业能力的欠缺、学生参与度的低迷、文化认同感的缺乏以及社区和家庭支持的不足等。

6.2. 建议

6.2.1. 因地制宜加强基础设施建设

昭通市多民族聚居、山区居多,经济基础相对薄弱,学校体育设施建设应结合实际、分类推进。建

议市政府牵头,联合教育和体育部门,优先在民族乡镇学校和民族中学建设一批具有民族特色的体育设施,如简易摔跤场、竹竿舞平地、陀螺活动区等,充分利用本地自然材料和传统工艺降低建设成本。同时,在推进传统民间体育项目进校园理念下,教师首先要落实的工作就是合理取舍传统民间体育项目,有条件的情况下还可以针对传统民间体育项目进校园编制校本课程[6]。如民族民间传统体育运动“进校园”,可直接促进民族民间传统体育运动教学项目开发[7],学校要根据国家设置“校本课程”的要求,因地制宜地建立符合自己学校情况和特点的民族传统课程[8]。可推动“一校一品”建设,每所学校重点发展 1~2 项民族体育项目,逐步形成区域特色。鼓励学校与社区共享体育资源,如在民族节日期间开放学校场地举办民俗体育活动,提升设施使用效率与文化融合功能。

6.2.2. 构建“高校-中小学-非遗传承人”三级教师支持体系

在将民族传统体育项目引入高校体育教学的过程中,依托昭通学院等本地高校资源,重视和开发引入项目的内容与形式,要借助优秀的民族传统体育项目来丰富大学生的体育教学,同时提升大学生的体育意识和健身观念,使其更加积极主动地参与到体育锻炼之中[9]。开设民族体育教育专项培训课程,定期组织中小学体育教师参与民族体育技能与文化研修。聘请非遗传承人(如杨兴明)、民族体育项目能手担任校外辅导员,走进课堂进行实地教学,实现“技艺”与“文化”双传承。建立区域内民族体育教师资源库,推动教师跨校交流与协同授课,缓解专业教师短缺问题。同时,编写具有昭通本土特色的民族体育教学指南和视频资源,帮助教师更好地开展教学。

6.2.3. 设计贴近学生生活与文化背景的活动内容

在学生兴趣调研的基础上,结合彝、苗、回等民族的传统节庆(如火把节、花山节、开斋节等),开发主题式、节日化的体育课程模块。例如,在火把节前夕组织“火炬接力跑”,在花山节期间开展苗族芦笙舞集体展演等。注重体育项目的游戏化和团队化改造,将摔跤设计为趣味体能赛,将竹竿舞改编为课间集体游戏,增强参与感和趣味性。通过校园广播、宣传栏、短视频等形式,讲述民族体育项目背后的文化故事,提升学生的文化认同与参与意愿。

6.2.4. 推动“家校社”联动机制建设

建立学校、家庭、社区三位一体的民族体育推广网络。学校可定期举办“民族体育开放日”,邀请家长和社区居民参与体验活动,增强其对民族体育的认知与支持。利用寒暑假组织学生走进民族村寨,开展体育文化研学活动,亲身感受传统体育项目的生存土壤与文化语境。鼓励社区在传统节日期间举办小型民族体育竞赛或展演,邀请学生担任志愿者或表演者,增强其归属感和文化自豪感。

6.2.5. 推动民族体育与地方文旅、乡村振兴相结合

建议政府将民族民间体育项目纳入昭通市文旅发展规划和乡村振兴项目支持范围,推动“民族民间体育+旅游”“民族民间体育+康养”等融合发展模式。以民族体育产业为融合中心,延伸出的“体育+文旅”“体育+现代农业”“体育+生态建设”等新兴行业,带动了民族地区经济协同发展[10]。学校可依托地方特色资源,开发体育研学路线和文化体验课程,如组织学生参与彝族射箭体验、苗族秋千制作等实践活动,增强体育教育的实践性与综合育人功能。同时,通过举办区域性民族体育赛事或文化节,提升昭通民族体育的知名影响力,也为学生提供更广阔的展示平台。

参考文献

- [1] 曾曼玲. 具身认知理论视域下民族小学“五觉”文化传承活动研究[D]: [硕士学位论文]. 南京: 广西师范大学, 2021.
- [2] 张春光. 如何将民间传统体育项目融入体育教学[J]. 江西教育, 2025(27): 114-115.

-
- [3] 张云齐, 郭立亚. 民族传统体育铸牢中华民族共同体意识的学校体育具身化路径[J]. 民族学刊, 2022, 13(5): 100-107+141.
 - [4] 蒋玉跃, 汪作朋. 我国民族民间体育高质量发展研究[J]. 体育文化导刊, 2024(3): 60-66.
 - [5] 殷鼎, 史兵. 中国共产党少数民族体育政策的历程与趋向[J]. 北京体育大学学报, 2021, 44(6): 119-129.
 - [6] 徐英杰. 浅谈民间传统体育项目进校园传承与推广创新策略研究[J]. 体育教学, 2023(S1): 112-113.
 - [7] 夏明海, 何国建, 刘天宇. 民族民间传统体育运动进校园的文化价值再认识及策略研究[J]. 广州体育学院学报, 2020, 40(6): 69-72+90.
 - [8] 穆国华. 民族民间体育融入体育课堂研究[J]. 体育科技文献通报, 2015, 23(2): 40-41.
 - [9] 吴先武, 鄢胜祥. 民族传统体育项目引入高校体育教育的策略[J]. 山西财经大学学报, 2022, 44(S2): 209-211.
 - [10] 戴彬, 钟婷婷, 聂真新. 乡村振兴背景下民族传统体育现代化发展研究[J]. 体育文化导刊, 2024(2): 7-13+74.