

# 民族传统体育校本课程的开发与组织研究

## ——以辽宁科技学院“民传三项”课程为例

王 淳, 张瑞瑛, 王永森

辽宁科技学院体育部, 辽宁 本溪

收稿日期: 2024年7月1日; 录用日期: 2024年8月12日; 发布日期: 2024年8月21日

### 摘 要

文章通过文献资料法、访谈法、实践法、个案研究法等方法, 以促进民族团结进步, 铸牢中华民族共同体意识为前提; 以传承中华优秀传统文化, 推进文化自信自强为目标; 以校为本深化教学改革, 扎根本溪凸显地方特色为宗旨, 结合学校实际条件, 选择少数民族传统体育项目中的赛威呼、高脚竞速和板鞋竞速为辽宁科技学院“民传三项”民族传统体育校本课程。以学校为基础、以学校为焦点、以学校为中心、以学校为场所, 通过发挥学校的主体性、关注学校的生成性、激发学校的创造性、尊重学校的原生性为组织和实践路径, 为民族传统体育校本课程的开发和实践提供参考。

### 关键词

民族传统体育, 校本课程, 少数民族传统体育

# Research on the Development and Organization of School-Based Curriculum of National Traditional Sports

## —A Case Study of “Three Minority Traditional Sports” in Liaoning Institute of Science and Technology

Chun Wang, Ruiying Zhang, Yongsen Wang

Sports Department, Liaoning Institute of Science and Technology, Benxi Liaoning

Received: Jul. 1<sup>st</sup>, 2024; accepted: Aug. 12<sup>th</sup>, 2024; published: Aug. 21<sup>st</sup>, 2024

## Abstract

This article uses methods such as literature review, interview, practice, and case study to promote national unity and progress, and to strengthen the awareness of the Chinese nation as a community; With the goal of inheriting excellent traditional Chinese culture and promoting cultural confidence and self-improvement; Deepening teaching reform based on the school, with the aim of highlighting local characteristics rooted in Benxi, and combining with the actual conditions of the school, we have selected Saiweihu, Gaojiao Racing, and Banxie Racing, which are minority traditional sports projects, as the school-based curriculum for the “Three Minority Traditional Sports” at Liaoning Institute of Science and Technology. Based on the school, with the school as the foundation, the school as the focus, the school as the center, and the school as the place, by leveraging the subjectivity of the school, paying attention to the generative nature of the school, stimulating the creativity of the school, and respecting the originality of the school as the organizational and practical path, this provides reference for the development and practice of traditional national sports school-based curriculum.

## Keywords

National Traditional Sports, School-Based Curriculum, Minority Traditional Sports

Copyright © 2024 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. 概念界定

### 1.1. 校本课程

学校为实现教育目标或解决学校自身的教育问题，根据国家或地方制定的课程纲要的基本精神，以学校为主体、结合学校的性质、特点、条件以及可以开发利用的资源，由学校成员如校长、行政人员、教师、学生以及家长和社区人员等合作的课程发展过程与结果[1]。其核心是以学校为主体，建设新课程；其最终旨归是通过学校文化的重建，提升学校的办学品位[2]。

### 1.2. 民传三项

“民传三项”是辽宁科技学院公共体育特色校本课程《少数民族传统体育》课程的简称，包含：少数民族传统体育项目中的赛威呼、高脚竞速和板鞋竞速。

赛威呼：是起源于满族的传统体育活动，具备竞技性、观赏性和娱乐性为一体。“威呼”满语是独木船的意思，是满族的水上运输工具，“赛威呼”汉语意为赛船，最初是为了满足生产生活需求而存在的，逐渐演变为竞技游戏和节日习俗活动，后又成为满族军事训练项目，其活动区域也逐步从水域拓展到陆地[3]。是辽宁省少数民族传统体育运动会的竞技项目之一，比赛时为5人一组的集体竞速项目。

高脚竞速：俗称“高脚马”，也称“竹马”，是起源于苗寨、土家族的传统体育活动，该项目起源于民间，有着广泛的群众基础。由最初的民间代步工具逐渐演变成竞技、对抗、竞艺项目。是全国少数民族传统体育运动会的竞技项目之一，比赛时为个人竞速赛或4人接力竞速赛。

板鞋竞速：是起源于广西壮族的传统体育活动，最初用于军事作战训练，用于整齐行军步伐，严肃

军队纪律。由于该项目具有较强的娱乐性且能增强体质，锻炼身体的协调性和灵活性，在民间广为流传[4]。其是全国少数民族传统体育运动会的竞技项目之一，比赛时为3人一组的集体竞速项目。

## 2. 辽宁省民族传统体育校本课程开展现状

2024年3~6月项目组成员对辽宁省内开设民族传统体育的22所本科院校和15所小学进行访谈，其中：东北大学、辽宁大学等13所大学和沈阳市浑南区东陵路小学、大连市周水子第二小学等12所小学，开设了武术套路类课程或武术大课间活动；东北财经大学、沈阳药科大学等12所大学开设了太极类相关课程；辽宁科技大学和沈阳市浑南区第八小学开设了八段锦、五禽戏等健身气功类相关课程；更有大连理工大学的龙舟、沈阳建筑大学的短兵、沈阳市浑南区第三小学的空竹等民族传统体育课程开设。

调研发现，辽宁省内民族传统体育项目课程开设的院校较多，但仅有大连民族大学和辽宁科技学院这两所院校开设了少数民族传统体育课程，其中大连民族大学开设了蹴球、狩猎、陀螺、珍珠球和民族健身操舞课程及辽宁科技学院开设了赛威呼、高脚竞速、板鞋竞速和珍珠球课程(见表1)。

**Table 1.** Current status of school-based curriculum development of traditional ethnic sports in Liaoning province

**表 1.** 辽宁省民族传统体育校本课程开展现状

	武术套路类	太极类	健身气功类	其他类	少数民族传统体育类
相关课程名称	武术、青年长拳、三路长拳、燕青拳等、五步拳、棍术、刀术、少林拳等	太极扇、太极拳、太极剑、二十四式太极拳等	健身气功、八段锦、五禽戏等	龙舟、舞狮、短兵、空竹等	蹴球、狩猎、陀螺、珍珠球、赛威呼、高脚竞速、板鞋竞速、民族健身操舞等
开设学校名称	辽宁师范大学、沈阳农业大学、沈阳市和平区望湖路小学南十分校等	沈阳航空航天大学、沈阳理工大学、大连医科大学等	辽宁科技大学、沈阳市浑南区第八小学等	大连理工大学、沈阳建筑大学、沈阳市浑南区第三小学等	大连民族大学、辽宁科技学院

## 3. “民传三项”校本课程的选择与开发

### 3.1. 促进民族团结进步、铸牢中华民族共同体意识

二十大报告强调要巩固和发展最广泛的爱国统一战线。完善大统战工作格局，坚持大团结大联合。以铸牢中华民族共同体意识为主线，全面推进民族团结进步事业[5]。学校作为新时代教育的“第一阵地”，通过对少数民族传统体育校本课程的研究，建立完善的少数民族传统体育教育课程、探索少数民族传统体育校本课程的实践路径、开发其价值维度，能够为有效地促进民族团结、传承优秀传统文化、培养新一代接班人的终身体育意识提供思路。

现如今，竞赛规则中对参赛选手的民族的限制已经不再是仅限少数民族运动员参加，有许多项目允许一定数量的汉族运动员上场。以辽宁省少数民族传统体育运动会民族健身操项目为例，要求参赛17名队员中(替补队员1名)汉族运动员不超过5人，也就是说，汉族运动员参赛比例最多可占近三分之一，这条规则的设立既保证了少数民族运动会少数民族运动员的参与，又体现了民族大团结的宗旨，更是为该项目接续的普及和推广打下基础。

辽宁科技学院“民传三项”课程的选择和开展更是打破了不同少数民族之间壁垒(见图1)，全面全员推广普及少数民族传统体育项目。自课程建立以来受到全校师生的广泛喜爱，学生参与度极高。自2023年起，赛威呼、50米板鞋竞速更是被列入学校运动会的常规竞赛项目，通过常学、常练、常赛进一步推动该项目在校园内的发展。



**Figure 1.** A moment from the women's 50-meter skateboard race at the 64th Liaoning Institute of Science and Technology Games

**图 1.** 辽宁科技学院第六十四届运动会女子 50 米板鞋竞速比赛瞬间

### 3.2. 传承中华优秀传统文化，推进文化自信自强

《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》指出，文化是民族的血脉，是人民的精神家园。文化自信是更基本、更深层、更持久的力量。实施中华优秀传统文化传承发展工程，是建设社会主义文化强国的重大战略任务，对于传承中华文脉、全面提升人民群众文化素养、维护国家文化安全、增强国家文化软实力、推进国家治理体系和治理能力现代化，具有重要意义[6]。少数民族传统体育项目与少数民族文化是不可割裂而论的，任何一个少数民族传统体育项目的诞生都与其特有的民族文化背景和生产生活活动息息相关。

在我国广袤的领土上分布着 55 个少数民族，他们分散较广，多居住于高山、丛林等地理环境相对恶劣的区域，也正是由于环境的多样性与复杂性，造就了丰富多彩的少数民族体育项目。以“民传三项”课程中高脚竞速项目为例，高脚竞速也叫“高脚马”、“竹马”，是湘、鄂、渝、黔四省边境各县市广大土家、苗寨盛行的一项民间传统的体育活动，最初是该地区雨雪天代步的工具，人骑在高脚马上可以通过山间小道，跨过溪河、稻田。在闲暇时则进行竞速、角斗对抗、竞艺等游戏娱乐。如今，其作为代步工具的功能已基本消失，而作为嬉戏娱乐和锻炼身体的手段却仍然风行在该地区的青少年中[7]。高脚竞速项目的诞生反映了苗寨地区人民的劳动智慧以及对抗大自然恶劣气候的勇气，更是反映苗寨人民积极乐观的生活心态，是苗寨民族文化的活化石。

少数民族传统体育不同于传统的体育项目，有着较强的趣味性，因其起源于民间生产生活，大多简单易学。辽宁科技学院民传三项的选择，通过指导学生掌握板鞋竞速、赛威呼和高脚竞速三个项目的背景、基本常识、技术技能以及科学锻炼的方法和手段，使学生树立“健康第一”的思想，培养学生团队合作的精神和顽强的意志品质，帮助建立锻炼身体的习惯，为终身体育锻炼打下良好的基础。更是在潜移默化中，发展学生核心素养，进一步培养对少数民族传统文化的认同感，增强文化自信。

### 3.3. 以校为本深化教学改革，扎根本溪凸显地方特色

2020 年 10 月，中共中央、国务院印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》，明确提出要加强体育课程和教材体系建设，充分体现创新性，围绕学生自身特点精选教学素材，丰富教学资源[8]。辽宁科技学院少数民族传统体育校本课程的选择和开展是建立在该校俱乐部制改革基础上的特色

体育校本课程,是建立在2022年辽宁省第十届少数民族运动会代表团训练队基础上的少数民族传统体育校本课程,是以本溪市首个市级铸牢中华民族共同体意识民族传统体育运动基地为底蕴的创新校本课程。

2016年辽宁科技学院开始体育俱乐部制改革,现今是第9个年头,改革效果显著,改革模式已趋于完善,在此基础上2023年新开设的“民传三项”课程,是以同在田径场授课的田径课程为模板,选择具有丰富教学经验的三名教师进行授课。2022年辽宁科技学院代表本溪市参加了辽宁省第十届少数民族传统体育运动会珍珠球、高脚竞速、陀螺、民族健身操等8个大项25个小项的竞赛角逐,其中高脚竞速项目获得男子接力二等奖、女子接力二等奖。以训练队为基础开设的民传三项课程,能更好地整合现有资源,为课程的接续发展提供路径。2023年6月本溪市首个市级铸牢中华民族共同体意识民族传统体育运动基地在辽宁科技学院揭牌,是对学校在推广和普及少数民族运动项目,致力于少数民族传统体育传承和发展的认可,也为学校少数民族项目校本课程的开展指明方向。

经过了三个学期的教学实践,辽宁科技学院“民传三项”课程教学效果良好,学生学习热情较高,课程思政效果显著,可见民传三项课程的开发,进一步深化了学校体育教学创新,提高了体育课程教学的质量,凸显了区域及学校特色,铸牢了民族团结统一战线,推动了民族传统文化发展。

## 4. “民传三项”校本课程的组织与实践

### 4.1. 以学校为基础,发挥学校的主体性

辽宁科技学院民传三项课程与该校其他体育课程一样,符合“四层次、三会员、三自主”的体育俱乐部制课程特点。教学的主体场所是学校的田径场地;授课教师为有着相似运动特征的田径课、定向越野课的任课教师兼任,并包含辽宁省第十一届少数民族传统体育运动会中高脚竞速队教练;教学对象为该校自主选课学生。

### 4.2. 以学校为焦点,关注学校的生成性

铸牢中华民族共同体意识是国家统一之基、民族团结之本、精神力量之魂,作为本溪市首个市级铸牢中华民族共同体意识民族传统体育运动基地,辽宁科技学院需要发挥推广和普及少数民族运动项目,传承和发展少数民族传统体育文化的功能。该校以2026年辽宁省第十一届少数民族传统体育运动会在本溪召开为契机,开设了珍珠球、赛威呼、高脚竞速和板鞋竞速4门少数民族传统体育课程,并在学校运动会中引入相关竞赛项目,从零开始、持续迈进,逐步建立起完善的、具备地方特色的少数民族传统体育校本课程模式。

### 4.3. 以学校为中心,激发学校的创造性

据调研,现有的民族传统体育课程大多是以单个项目为单位进行校本课程开展。而辽宁科技学院结合了赛威呼、高脚竞速、板鞋竞速三个项目的共性开展的民传三项课程是具有首创性和独创性的,是最大程度利用教学资源,激发学生学习兴趣,丰富教学内容的特色校本课程。

### 4.4. 以学校为场所,尊重学校的原生性

学校所在行政区域的自然环境和人文社会环境,是校本课程开发的重要参考条件。辽宁省共有6个满族自治县,其中本溪、桓仁2个满族自治县坐落于学校所在地——本溪市。民族三项中的赛威呼就是起源于满族的传统体育活动,而起源于苗寨山区的高脚竞速也和本溪“山城”之称的独特自然环境相吻合,使得民传三项校本课程的开发极具本土特色。

## 5. 结论

辽宁科技学院“民传三项”校本课程的选择和开发,是以促进民族团结进步,铸牢中华民族共同体意识为前提;以传承中华优秀传统文化,推进文化自信自强为目标;以校为本深化教学改革,扎根本溪凸显地方特色为宗旨的特色民族传统体育校本课程。以学校为基础、以学校为焦点、以学校为中心、以学校为场所,通过发挥学校的主体性、关注学校的生成性、激发学校的创造性、尊重学校的原生性,完成了少数民族传统体育校本开发的组织与实践,为民族传统体育校本课程的开发和实践提供参考。

## 基金项目

辽宁省社会科学规划基金教育学青年项目(项目名称:中华民族共同体意识下辽宁省少数民族传统体育校本课程建设,项目编号:L22CED006)阶段性研究成果。

## 参考文献

- [1] 季晓静,王健,等.对体育校本课程的思考[J].北京体育大学学报,2010,33(6):81-83.
- [2] 丁伟红.“校本”的内涵与要素[J].教育理论与实践,2006(26):46-49.
- [3] 陈立华,董航,陈勇.满族赛威呼文化的演变与传承[J].大连民族大学学报,2018,20(4):289-292,327.
- [4] 梁文敏.板鞋竞速教学与训练研究[J].广东技术师范学院学报,2008(9):62-65.
- [5] 高举中国特色社会主义伟大旗帜 为全面建设社会主义现代化国家而团结奋斗——在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告[EB/OL].[https://www.gov.cn/xinwen/2022-10/25/content\\_5721685.htm](https://www.gov.cn/xinwen/2022-10/25/content_5721685.htm),2022-10-25.
- [6] 中共中央办公厅,国务院办公厅.关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见[EB/OL].[https://www.gov.cn/zhengce/2017-01/25/content\\_5163472.htm](https://www.gov.cn/zhengce/2017-01/25/content_5163472.htm),2017-01-25.
- [7] 陈丽.浅论少数民族传统体育项目“高脚马”[J].黔西南民族师范高等专科学校学报,2017(4):93-96.
- [8] 中共中央办公厅,国务院办公厅.关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见[EB/OL].[https://www.gov.cn/gongbao/content/2020/content\\_5554511.htm](https://www.gov.cn/gongbao/content/2020/content_5554511.htm),2020-10-15.