

# 少数民族传统体育融入现代体育艺术教学的研究

茹画韦 奔<sup>通讯作者</sup>

(河池学院, 广西 宜州 546300)

**摘要:** 中华民族屹立于世界民族之林五千余年的根本原因是由于我国具有深厚的民族文化。在中华民族传统体育文化中, 少数民族体育文化是重要的组成部分之一, 同时也是一代又一代人智慧的结晶, 需要我们将其传承并发扬光大。体育艺术是新时代中一种全新的教学形式, 也是社会经济飞速发展下体育教学与艺术教学融合的产物。通过体育艺术教学, 不仅能够有效提高学生的文化素养与审美水平, 更能帮助他们培养出高贵典雅的个人气质。少数民族传统体育项目有着十分鲜明的传统性、群众性、多样性与趣味性, 因此, 将少数民族传统体育与现代体育艺术教学相结合, 能够有效提高学生对于传统体育文化的认知与理解。基于此, 笔者将在本文中详细阐述少数民族传统体育在体育艺术教学中的应用优势, 深入分析当前我国体育艺术课程教学中存在的问题, 并提出相应的融合路径, 希望能为提高我国体育艺术教学的质量做出贡献。

**关键词:** 少数民族; 传统体育; 现代体育艺术教学

体育艺术是一种将体育与艺术相结合的全新教学模式, 在此模式下能够实现体育中“人文精神”“美学精神”与“科学精神”的相互融合, 推动育人、育体、育心的“全人教育”开展。体育艺术教学能够在提高学生身体素质的同时对学生进行文化熏陶, 以此来促进他们审美水平的进一步提高。然而目前我国开设的现代体育艺术类课程数量不多, 所开设的课程中大多也是健美操或者艺术体操等形式为主, 这些教学内容或多或少都受到一些外国文化的影响, 没有形成具有我国民族特色的教学内容, 这跟我国“体育大国”的身份极不相称。中华民族具有悠久的历史, 也有着灿烂的体育文明史, 民族传统体育是集体育艺术、舞蹈艺术、音乐艺术等多维艺术于一身的表现形式, 也是将文化与美学完美融合的民族遗产。通过将少数民族传统体育进行深度开发与整合, 并将其引入现代体育艺术教学中, 不仅能够有效丰富体育艺术课程的教学内容, 提高学生的学习积极性, 同时也能弘扬我国优秀民族体育精神, 进而形成一套具有中国民族特色的体育艺术教学模式, 让中国体育能够在世界范围内产生更大的影响力。

## 一、少数民族传统体育在现代体育艺术教学中的应用价值

### (一) 少数民族传统体育中蕴含独特的民族传统文化

我国有五十五个少数民族, 这些少数民族在历史发展中都逐渐形成了拥有本民族文化特色的传统体育项目。在生产活动中, 少数民族会模仿飞禽走兽的动作, 总结捕猎时的经验, 以此来保障民族的生存与繁衍; 在祭祀活动中, 少数民族会祈求神灵的庇护, 因此每个动作都能表达出对于神灵的敬畏与崇拜, 也是人们对于美好生活向往的直观体现。因此, 通过将少数民族传统体育融入现代体育艺术教学中, 可以加深学生对于少数民族传统文化的理解与认知, 进而提高他们的民族文化素养。

### (二) 少数民族传统体育多为音乐与舞蹈的融合

在少数民族传统体育中, 舞蹈与音乐往往以共存形式出现, 舞蹈有形, 音乐有声, 通过二者相互融合, 能够形成一种形神兼备的舞蹈艺术。例如维吾尔族乐舞就是由鼓手敲打的节奏作为引导, 随后音乐节奏就会逐渐出现, 这些音乐节奏时而沉稳古朴, 时而欢快跳跃, 舞者能够随着音乐节奏的变化而逐渐起舞, 层次分明的节奏类型能够让人直观体会到维吾尔族乐舞刚柔相济的特点。又例如土家族的“肉莲花”是集民族体育运动与民族歌舞艺术为一身的活动, 其中所运用的音乐柔和且细腻, 明亮轻快的伴奏与豪放粗犷的伴舞更为这一活动增添了几分独特韵味, 充分体现出中华民族传统体育中人与自然和谐相处的最高境界。此外, 还有西南地区少数民族中时而深沉坚毅, 时而洒脱机巧的芦笙舞;

时而刚劲有力, 时而悠扬抒情的三弦舞, 都是将音乐与舞蹈充分结合的体育艺术, 具有较高的研究与教学价值。通过将其引入学校体育艺术教学中, 能够有效丰富教学内容, 以此来调动学生的学习积极性, 促进他们身体素质与文化素养的全面提高。

### (三) 少数民族传统体育中蕴含许多美学元素

随着少数民族传统体育文化的发展, 各种各样的服饰文化也在体育活动中得到体现。五十五个少数民族都有着属于本民族独特的服装风格, 服装款式与色彩造型上都出现了明显的不同。例如云南大理中的白族服装上, 生动形象地展示出大理“风花雪月”的独特风景; 丽江纳西族服装中蕴含“披星戴月”的特征。这些传统民族服饰上的美学元素能够进一步提高民族传统体育的魅力。此外, 道具文化也是民族传统体育中十分关键的环节。例如白族“抛绣球”活动中所使用的绣球, 就需要选择五颜六色的绸布进行缝制, 且内部要填装香料, 绣球表面会绣有一些花鸟等美丽图案, 并搭配上彩带流苏, 让传统体育活动具有明显的艺术气息。在表演安塞腰鼓时, 需要在表演者的面部与服饰上进行绘画, 以此来提高腰鼓表演时的艺术氛围, 在听觉与视觉上给予观众双重冲击。

## 二、当前我国体育艺术教学中存在的问题

### (一) 开设课程有限

体育艺术是体育教学中的一条全新分支, 是体育与艺术相互融合发展的全新产物, 因此, 这一教学形式具有较大的发展空间与发展潜力。然而目前我国现代体育艺术教学中所开设的课程还是以健美操或体育舞蹈为主, 课程数量较少且部分课程尚未成熟, 导致学生难以在体育艺术学习中产生较高的积极性, 自然也就无法有效满足她们的学习与发展需求。因此, 教师应当针对体育艺术课程进行深度挖掘, 探索出能够有效激发学生情感、培养其创造力与想象力的全新课程。这一要求的提出也为少数民族优秀传统体育文化在体育艺术中的融合提供了契机。

### (二) 体育和艺术之间缺乏有效的渗透

目前虽然部分学校已经在体育课程中增设了艺术教育相关内容, 然而却由于缺乏融合经验, 导致无法准确把握二者的结合点, 所设置的课程内容较为单一, 体育与艺术之间的联系不够紧密, 无法将文化、体育、美术、音乐等内容进行深度融合, 所创设的课程内容也无法满足学生的学习需求。因此, 学校与教师应当进一步探索体育课程与艺术之间的融合方法, 推动现代体育艺术课程能够形成协调的科学体系。

### (三) 学校体育艺术文化氛围不够浓厚

首先, 部分体育教师与时代发展脱轨较为严重, 无法紧跟体

育发展的潮流,对于体育的认知还停留在传统竞技体育层面,缺少相应的改革精神,这就导致此类教师往往会忽视体育艺术课程的重要性,在实际教学中也难以给予学生相应的引导与帮助。其次,部分学校过度追求升学率,在校内内部仍然存在着较为严重的“重智育,轻体育”情况,这也会进一步限制现代体育艺术教学的发展。最后,部分学校对于体育艺术文化的宣传力度有所欠缺,没有为其开展相应的专题宣传,留给教师组织课余体育艺术活动的时间也十分有限,导致学生没有过多的渠道对体育艺术这一全新教学形式进行深入了解。学生日常课业压力较大,导致他们的休息与锻炼时间严重不足,这些问题都限制了体育艺术在校园中的传播。

#### (四) 教师在体育艺术方面的授课能力有待提高

由于我国普通高校体育艺术课程正处于起步阶段,许多教师在体育艺术知识结构及授课能力方面还存在着一定的不足。大部分教师都是在进修学习或岗位培训过程中才第一次听说体育艺术这门课程,在之前从未有过相关的教学经验,这就导致能够从事体育艺术教学的教师数量十分有限,此外,在相关教材的选择与教学内容方法的制定中也存在着诸多问题。

### 三、少数民族传统体育与体育艺术的融合路径分析

#### (一) 挖掘少数民族资源,丰富体育教学内容

在教学开展中,教师应当坚持“增强学生身体素质、提高审美能力、培养高雅气质、增进身心健康”四个方针,并以此为抓手对少数民族体育艺术资源进行深入挖掘,并将所获得的信息进行分类整合,例如哪些少数民族传统体育具有大量的美术艺术色彩?哪些少数民族传统体育强调手部动作的运用?通过整合相关素材,能够建立起丰富的少数民族传统体育教学素材库,并结合本校的实际教学资源与学生学习需求来进行科学取舍,将学生们喜闻乐见且开展难度与风险较低的项目进行融合,在保留传统体育文化的基础上增加一些现代化教学内容,这样既能够保留民族体育艺术的内涵,也能够确保教学内容与方式符合现代体育艺术教学的要求。

#### (二) 加强教师团队培训,提高教师团队素质

首先,学校应当根据当前体育艺术课程的实际开展需要,定期选择部分优秀教师前往少数民族地区进行学习。通过当地民族传统体育艺术大师的指导与培训,能够快速帮助教师弥补自己体育艺术教学中存在的不足之处,提高现有教师团队的综合教学水平。其次,学校还可以适当给予资金支持,引进相应的民族体育优秀人才来到本校任教,通过引入外部资源,不断扩充教师团队,既能丰富体育艺术课程的教学内容,同时也便于针对现有教师团队开展校内集体培训。再次,学校可以组织体育教师参加体育艺术方面的专业研讨会,并邀请相关民族体育艺术专家或其他学校的优秀教师前往学校进行经验分享与指导,在此过程中,教师之间能够相互学习借鉴、取长补短,实现教育资源共享。最后,学校要定期举办民族体育艺术运动会,将各类民族体育艺术以竞赛形式向学生进行展示,在此过程中,各类体育艺术的影响力能够不断扩大,提高学生对于各类民族体育艺术的认知,在丰富其课余生活的同时,也有效提高了他们的参与积极性。教师在教学过程中也要不断总结教学经验,在教学实践与经验分享中,积极尝试运用不同的手段开展教学工作,以求探索出一条最为适合本班学生的教学方法,进而实现个人教学能力的快速提高。

#### (三) 坚持以人为本理念,推动体育艺术文化建设

少数民族传统体育艺术课程文化建设应当坚持“以人为本”这一核心理念,要确保体育教育、生命教育与艺术教育三管齐下。因此,学校就要优先将少数民族的多维体育艺术引入体育艺术教

学之中,其中包括“音乐艺术”“绘画艺术”“语言艺术”等,以此来快速形成科学的体育艺术教学体系,并为后续体育艺术课程文化建设的开展奠定良好基础。我国国土面积较大,各民族之间也体现出较为明显的地域性差异。因此,学校需要结合本校的实际情况对课程进行科学开发,确保课程的可行性与有效性。另外,还要针对不同学段学生的特性进行课程层次的划分,以便在后续对他们开展针对性教学。

#### (四) 营造良好学习氛围,拓宽民族体育宣传渠道

想要营造良好的民族传统体育艺术学习氛围,学校就要从加大宣传力度入手,可以在校内宣传栏或校园广播中对少数民族传统体育艺术项目的背景进行介绍,让学生能够了解这些体育艺术项目的起源与发展情况,感悟其中蕴含的丰富民族文化。此外,学校还可以以校运动会为契机,组织学生参与一些较为简单且具有一定趣味性的传统体育艺术项目,以此来提高他们的学习积极性。最后,还可以成立少数民族传统体育艺术协会,并在平时组织学生前往少数民族地区进行实地考察,让民族体育艺术大师面对面向学生进行授课,并将授课过程拍成视频上传至校园网中,让更多的学生能够对少数民族传统体育艺术进行深入了解,为后续校园体育艺术课程的应用与发展铺好道路。

#### (五) 借助现代媒体手段,创新课程教学方式

少数民族传统体育与体育艺术教学的融合是一项长期过程,不同少数民族传统体育中有着不同的艺术风格与情感韵律,仅凭教师本人难以将这些差异直观地展现在学生面前,自然也就使得学生无法对其产生清晰的认知。此时,教师就可以借助现代媒体手段,利用各类数字化教学设备辅助课堂教学,让其中较为抽象的概念能够更加直观地展现在学生面前。例如通过播放民族体育艺术大师的演示视频,让学生对于动作细节有更加精准地把控。在利用现代媒体进行演示的过程中,教师需要在一旁组织学生进行相应的模仿练习,并针对学生出错的地方进行及时指导与帮助,让学生对所学内容产生感性认知,提高她们的学习兴趣与文化素养,使得体育艺术教学能够在民族传统体育的加持下得到延伸与升华。

### 四、结语

少数民族体育是集民族文化、体育、美学等要素于一身的传统艺术,具有十分强大的生命力。通过将其融入现代体育艺术教学中,不仅能够有效提高学生的学习积极性,加深他们对于传统体育文化的认知,同时还能推动民族体育艺术文化的创新与弘扬,因此,将少数民族传统体育与现代体育艺术相结合具有十分重要的现实意义。

#### 参考文献:

- [1] 茹画, 韦奔. 新时期民族文化艺术与民族传统体育分析 [J]. 运动 - 休闲: 大众体育, 2022 (9): 0010-0012.
- [2] 吕品, 陈莉. 我国民族传统体育在体育运行机制中的角色定位与发展研究 [C]// 第十一届全国体育科学大会论文摘要汇编. 2019.

#### 项目信息:

(1) 2023 年度广西高等教育本科教学改革工程项目《地方高校民族体育艺术类课程的教学与实践研究》, 项目承担学校: 河池学院, 项目类别: 一般项目 B 类, 项目编号: 2023JGB341

(2) 2021 年度广西高校中青年教师基础能力提升项目《民族地区民族传统体育艺术类项目资源开发与运用性研究》, 基金名称: 广西壮族自治区教育厅 / 科学技术与信息化处, 项目编号: 2021KY0603