

民族传统体育元素引入大学生体育教学的实践探究

张 曦

昆明冶金高等专科学校 云南昆明 650000

摘 要:我国的民族传统体育不仅历史悠久,而且内容丰富多样,将其引入高校体育教学中既为高校体育课的开展注入了新的活力,又有利于吸引大学生对体育学科的兴趣,积极参与到体育教学活动中,从而提高体育教学质量和实效性,推动高校体育教学改革的深化。基于此,本文就民族传统体育元素引入大学生体育教学的实践策略展开探讨研究,以期为高校体育教学事业的发展提供建议与参考。

关键词:民族传统体育元素;大学生;体育教学;实践策略

高校承担着培养德智体美劳全面发展的社会主义事业合格接班人的重任,体育学科贯穿学生大中小学整个学习生涯,是学科综合教学体系中不可或缺的重要组成。然而长期以来,我国体育教学就侧重于对学生体育竞技能力的培养,未能将民族传统体育项目融入其中,高校体育存在教学内容不够丰富、教学模式较为固定、多元化不足等问题,以致一些学生对体育课缺乏兴趣,体育锻炼的积极性不高,既影响高校体育教学的成效,又不利于高校体育教学的高质量发展。为此,有必要将民族传统体育与高校体育教学相结合,让民族传统体育文化得到传承的同时,还能吸引学生踊跃参与到体育教学活动中,以满足学生对体育学科学习的多样化需求,推动高校体育教学事业的发展。以下先分析民族传统体育元素引入高校体育教学中的意义,再来剖析其引入过程中面临的困境,最后探究民族传统体育元素引入大学生体育教学的实践策略。

1. 民族传统体育元素引入高校体育教学中的意义

民族传统体育元素引入高校体育教学中无论是对民族传统体育文化及体育项目的传承还是大学生文化自信的增强以及民族自豪感的激发均具积极促进作用,其意义主要体现在以下几方面。

一是推动文化传承,强化身份认同。作为我国文化遗产的民族传统体育既汇聚了各民族文化,又是我国体育文化的重要组成。在高校体育教学中引入民族传统体育元素,不仅有助于当代大学生深入了解各民族的体育文化,而且民族传统体育与高校体育课程的融合,还能让学生在参与民族体育运动项目的同时让传统体育文化得到有效传承^[1]。

并且学生在亲自体验民族体育活动的过程中能逐步加深对我国传统体育文化的了解,有利于增强他们的文化认同感和民族自豪感,提高对各民族体育文化的理解和尊重,促进文化交流。

二是有利于激发学生体育兴趣,树立终身锻炼的意识。民族传统体育涉及武术、棋术、摔跤、舞狮、空竹、射箭、蹴鞠、龙舟、马球、捶丸等种类繁多的项目,而且活动内容十分丰富并贴近人们生活,富有趣味性。因此在高校体育教学中引入民族传统体育元素,寓教于乐,无形中大大增添了体育课堂的吸引力,有利于激发学生的体育兴趣,并在参与锻炼的过程中感受到不同民族传统体育项目的独特魅力,从而提高参与度,有助于他们形成终身锻炼的意识,养成坚持体育锻炼的好习惯^[2]。

三是推动跨学科学习,增进跨文化交流。民族传统体育涉及历史、地理、文化、民俗等诸多领域的知识,将民族传统体育与现代体育相结合,能很好的引发学生对不同学科领域的好奇心,助推学生开展跨学科学习。而且不同的民族,其传统体育运动项目往往各具特点,学习各民族特色独具的体育活动,必然会涉及民族与民族间的交流和融合,学生在亲身体验和学习过程中,相互间会进行交流沟通,不仅能拓宽学生的视野,而且还能增进跨文化交流^[3]。

2. 民族传统体育元素引入大学生体育教学中面临的困境

2.1 高校对民族传统体育缺乏充分重视

从当前高校体育教学现状来看,有些高校对民族传统体育的引入缺乏足够重视,尽管我国的民族传统体育项目高达数百种,但真正引入高校体育课堂的传统体育项目并不多,

且多为武术类项目,在整体结构上存在单一、种类少等现象,以致民族传统体育项目在高校的普及程度并不高。究其原因在于高校对于传承民族传统体育项目及体育文化的认识不深,未能意识到民族传统体育元素的引入对丰富高校体育教学内容,创新高校体育教学的重要性,学校方面宣传民族传统体育力度不足,学生方面则了解不深^[4]。因此作为肩负着传承优秀传统文化使命的社会主义高校,理应提高对民族传统体育引入的重视,让更多的民族传统体育项目走进校园走进课堂,从而为高校体育教学输送各具特色的各民族传统体育教学资源。

2.2 民族传统体育师资力量有限

师资力量的强弱是决定教育教学质量与成效的一大关键因素。民族传统体育要想在高校生根发芽,筑牢根基,离不开一支专业教学能力过硬,实力强大的师资队伍。就目前而言,高校体育教师中很多自身并不是特别了解民族传统体育,在开展体育教学活动的过程中,也就难以透彻而深入的向学生讲解民族传统体育相关运动项目的知识及技术要领,并进行规范动作的示范,学生也就一知半解,民族传统体育教学效果并不理想^[5]。加之,民族传统体育教育场业人才在高校十分紧缺,无法实现民族传统体育与高校体育教学的充分融合,这也造成民族传统体育的独特优势难以有效发挥,影响高校体育教学改革的深化。

2.3 外来体育文化的冲击及西方体育的影响

多元文化并存的今天,外来体育文化大肆涌入我国,并极大的冲击着我国的民族传统体育文化,其他国家的体育项目如柔道、跆拳道等缤纷登入我国市场,我国的民族传统体育陷入发展低谷,很多运动项目不再受人青睐,甚至到了被人淡忘的地步。加之近年来,高校体育教学受西方体育教育影响颇深,一些教师体育教学的开展,往往照搬西方体育教学模式,民族传统体育的引入和应用缺乏有效力度,其发展受外来体育文化、西方体育等多重阻碍,难以得到有效推广。

3. 民族传统体育元素引入大学生体育教学中的实践策略

3.1 加大宣传力度,提高对民族传统体育的重视

高校作为文化知识传授,文化传承的主要阵地,要加大对民族传统体育的宣传力度,利用校园宣传栏、校园广播、学校官网、学校微信公众号、新媒体平台等一切渠道采取多

种形式进行大肆宣传,以加深全校师生对民族传统体育相关知识、内容、运动项目的了解,主动传承我国的优秀传统体育文化,发扬民族传统体育运动项目^[6]。如高校可适当提高民族传统体育课程学分,以增强师生重视民族传统体育的程度,提高学习民族传统体育项目的热情。而体育课程若其学分得到提高,则教师势必要调整和优化课程教学计划,这将促使教师以更加用心的态度投入到体育课程的教学,加大民族传统体育的引入和应用力度。

3.2 培育民族传统体育师资队伍

教师是高校体育教学的开展者,民族传统体育能否与现代体育教学有机结合,得到健康发展,并取得良好的教学效果,离不开师资队伍力量的支撑。为此,需要重视对民族传统体育师资队伍的培养。高校一方面要积极引进民族传统体育专业人才,以壮大体育师资队伍力量,为高校民族传统体育课程的开展注入生机与活力。另一方面加大对现有体育教师的培训,分期分批组织教师到民族传统体育培训机构进修培训,也可邀请民族传统体育运动项目的民间高手、民族传统体育运动会获奖健儿到高校与体育教师进行面对面的交流、切磋,给予教师现场指导,还可召开校际间的民族传统体育教学研讨会、交流会,以提高体育教师队伍对民族传统体育文化知识、动作要领和运动技能的掌握,促进教师队伍民族传统体育教学能力和整体水平的提升^[7]。此外,还要建立并实施一套激励机制,对取得显著教学成果的教师给予奖励表彰,以营造你追我赶不甘人后的积极氛围,更好的激发教师对民族传统体育的教学热情,推动高校体育教学的多元化高质量发展。

3.3 完善体育教材,优化教学设计

民族传统体育引入大学生体育教学中,体育教材事关教学内容的完善性,在高校体育教学中起着不容忽视的作用。为此,一方面要对高校体育教材进行完善。根据不同地区的民族传统体育项目进行教学资料的分类整理,同时组织编写相关教材。并且民族传统体育教材的编写,不仅仅要包括传统运动项目的规则、动作技能等知识内容,还应将其民俗习惯、历史文化等加入其中,以启发学生加深对我国民族传统体育的认识,深入理解其所蕴含的文化内涵^[8]。另一方面,优化教学设计。教师需视民族传统体育不同运动项目特点来设计相适宜的教学模式,确保多样化,以提高教学吸引力,激发学生对民族传统体育学习的兴趣,踊跃参与到体育教学

活动中,并从中感受到民族传统体育的魅力,从而提高学生的文化素质和体育素养。并且在学生体验民族传统体育的过程中,教师要加强对学生竞技意识、体育精神、创造能力、民族自信心的培养,鼓励学生在传统体育项目的基础上大胆进行自主创新,让传统体育运动项目不断发扬光大,并富有时代特征。

3.4 民族传统体育的引入应突出教学特色

民族传统体育的引入大学生体育教学中可从教学方法和教学内容两方面来突出其特色。一方面在教学方法上,应理论联系实际,且以实践为重点来突出教学特色。教师可在课前收集民族传统体育相关运动项目的视频,并组织学生学习,以对传统体育运动项目的流程和要点有一个基本了解,在此基础上再安排学生进行训练。学生可自行练习并完成训练任务,在此过程中教师加强观察,给予学生必要指导,纠正他们在运动流程或动作上的错误,并引导学生在实践中创新和探索,以牢固掌握传统体育项目动作技能,及其体育文化知识^[9]。另一方面在教学内容上,除传授民族传统体育相关知识与运动技能外,还要注重其特色文化的弘扬,使学生学习和实践后,能知晓民族传统体育项目的历史、精神和价值理念。并且还可将体育教学拓展至线下课堂,通过参观体育场馆、历史博物馆并结合现场教学等开阔学生学习民族传统体育的视野,既能帮助学生领略到民族传统体育的文化内涵又能丰富高校体育教学内容。此外,民族传统体育引入大学生体育教学中,尤其要注重对学生体育精神与综合素质的培养,如顽强、拼搏、团结、合作等,并通过民族传统体育竞技比赛来磨练学生意志,使其身心得到良好发展。

3.5 构建学习民族传统体育的良好环境

环境对人产生的影响至关重要,消极的环境和积极的环境对人的思想和行为产生的影响截然不同,和谐良好的环境能促人积极向上。因此高校民族传统体育的引入首先就要构建和谐而轻松的学习环境,以使学生在充满民族传统体育文化的氛围中润物无声的受到文化的熏陶和感染,学习民族传统体育文化的主动性得以调动,自主进行传统体育项目的锻炼。为此,高校一方面可结合不同民族体育文化的传统节日如壮族歌节、傣族泼水节来开展相应的体育活动,并对活动内容和形式加以丰富,增添活动的趣味性,让广大学生积极参与其中,并展开相互切磋与交流,达到取长补短共同进步的目的。另一方面开展各种形式多样的活动如比赛、演出、

展览等,并通过不同的途径和渠道如社区、媒体、社会组织等普及民族传统体育文化知识,介绍相关传统体育运动项目的发展历史和背景,以提高民族传统体育的影响力。此外,还可将民族传统体育文化引入校园文化建设中,在校园景观带、广场、走廊、图书馆等处融入民族传统体育元素,让学生在精心营造的校园环境中自主开展民族传统体育活动,从中领略体育精神,让我国的优秀传统体育文化得到传承和弘扬。

3.6 做好民族传统体育教学监督,提高教学质量

体育课的教学开展往往在室外进行,因此相对而言,体育课程的教学监督力度不大,甚至是监督盲区。为此,针对这一现象,高校一方面要完善体育教学的监督管理机制。通过该机制的实施,让民族传统体育的教学与管理得到有效监督,从而促进其教学质量的提高。通过监督管理,以及时发现高校教学与管理中存在的问题,通过研究讨论提出解决的根本办法和措施,并迅速落实解决。另一方面,高校要完善民族传统体育的考核标准,不仅要对学生民族传统体育的运动技能、成绩等进行考评,还要加大对他们体育文化内涵和素养的重视,并采取多元化的评价方式对学生实施综合考评,评估其体育素养和综合素质,以促进反思,针对自身短板不断努力,提高高校体育教学质量。

综上所述,民族传统体育元素引入大学生体育教学中,是高校体育教学改革的一大方向,不仅有助于民族体育文化的传承和弘扬,而且还能丰富高校体育教学资源,提高学生参与体育教学活动的兴趣,增强其文化认同感与归属感,对学生体育素养的发展,高校体育教学事业的推动与进步均具有重要意义。以上从六个方面探究了民族传统体育元素引入大学生体育教学的实践策略,旨在为深化高校体育改革提出建设性的意见。

参考文献:

- [1] 苏思畅.高校体育教学与民族传统体育的融合教学路径探究[J].体育世界,2023,(11):64-66.
- [2] 王勇,林学其.高校体育教学与民族传统体育的融合教学路径探究[J].体育世界,2023,(09):31-33.
- [3] 张成良,王锦.民族传统体育元素引入高校体育教学的反思与实践策略[J].成都中医药大学学报(教育科学版),2023,25(02):67-70.
- [4] 梁湘琼,邓罗平.文化自信背景下民族传统体育文化

元素融入体育课程路径研究 [J]. 体育科技, 2022, 43(03): 108-110+113.

[5] 牛亮星. 传统体育元素引入高校体育教学的实践路径思考 [J]. 江西电力职业技术学院学报, 2021, 34(08): 99-100.

[6] 柳川. 民族传统体育元素引入高校体育教学的反思与实践 [J]. 四川体育科学, 2021, 40(02): 133-135.

[7] 金宁, 张铁明. 新时代民族传统体育文化共同体建构路径研究 [J]. 北方民族大学学报, 2021, (02): 164-169.

[8] 韩春阳. 民族传统体育元素引入高校体育教学的反思与实践 [J]. 湖北开放职业学院学报, 2020, 33(02): 158-159.

[9] 曹健, 张连洲. 民族传统体育融入高校公共体育的价值、问题、对策 [J]. 当代体育科技, 2023, 13(15): 139-142.

作者简介:

张曦 (1981—), 男, 汉族, 讲师, 本科, 研究方向为体育教育, 民族传统体育, 运动训练。