

# 少数民族传统体育融入高职院校体育课程的实践探索

严得月

(泰国格乐大学 10220)

**摘要:** 作为新时代的教育工作者, 高职院校的体育教师要深刻认识到少数民族传统体育在教育教学活动中的重要教学价值, 其中不仅仅蕴含着非常丰富的文化内涵, 很多经典的体育项目对于学生身体素质的发展有着至关重要的促进性意义。相关教育工作者要而深刻认识到发展民族传统体育的重要性, 积极革新自身的教育理念, 将优秀的少数民族传统体育融入到日常的课程设计中, 让学生们了解我国优秀的民族体育文化, 促进学生身体素质与文化意识的协同增长, 让学生们做中华民族优秀体育文化的践行者与传承者。在本文中, 简要介绍了我国发展民族传统体育的重要意义与教学现状, 并基于此, 提出了将少数民族传统体育正确融入高职院校体育课程的教学策略, 希望广大教育工作者在阅读后提出宝贵意见。

**关键词:** 民族传统体育项目; 高职院校; 体育教学; 教学策略

The Integration of Traditional Ethnic Minority Sports into Physical Education Curriculum in Higher Vocational Colleges  
Strict month

(Gele University, Thailand 10220)

**Abstract:** As educators in the new era, physical education teachers in higher vocational colleges should deeply realize the important teaching value of traditional minority sports in education and teaching activities, which not only contains a very rich cultural connotation, but also many classic sports items have a vital promoting significance for the development of students' physical quality. Relevant educators should realize the importance of developing traditional ethnic sports, actively innovate their own educational concepts, integrate excellent traditional minority sports into the daily curriculum design, let the students understand the excellent ethnic sports culture, promote the synergic growth of students' physical literacy and cultural consciousness. Let the students be the practitioners and inheritors of the excellent sports culture of the Chinese nation. In this paper, this paper briefly introduces the importance of developing traditional national sports in our country, and based on this, puts forward the teaching strategies of integrating traditional minority sports correctly into the physical education courses of higher vocational colleges. The author hopes that the valuable suggestions will be given by the majority of educators after reading.

## 一、我国发展少数民族传统体育的重要意义

我国作为一个多民族国家, 在历史发展的进程中, 不同民族也形成了自己的独特民族文化, 而体育则是一个民族历史发展沉淀的重要见证, 它不仅体现了一个民族的风俗习惯, 还包括个人信仰和民族自身的宗教信仰等等, 蕴含着极其丰富的人文主义色彩。在当下高职院校体育教学改革的过程中, 教师们也要充分认识到在其中融入少数民族传统体育的重要性, 它不仅仅能够丰富高职体育的教学内容, 更能够引导学生们了解我国灿烂辉煌的民族体育文化, 从而折射出不同民族的发展特点, 这不仅能够提升学生们的体育核心素养, 更能够促进学生们对于我国少数民族文化的理解与认知, 促进少数民族文化的发展与创新。

## 二、民族传统体育项目在高职业院校的发展现状

### (一) 民族传统体育项目涉及较少

在对现阶段高职院校的体育教学情况进行了了解之后, 我们不难发现现代竞技体育一直是体育教学的核心。体育教师一直都将提升学生们的身体素质, 培养学生们的运动技能作为最重要的教学目标。然而这样就失去了体育教学的文化传承价值。很多院校的体育教学与民族传统文化之间没有关系, 学生们也不能够在体育项目中了解我国优秀的传统文化。相比于其他专业课程, 体育教学的受重视程

度一直不够, 即使有些院校逐渐重视到了民族传统体育项目的重要性, 但在实际的教学过程中也难免流于形式。

### (二) 师资力量匮乏

很多民族传统体育相比具有较强的专业性, 对教育工作者的能力与技巧都有着一定的要求。但很多高职院校的教师并不是专业研究民族传统体育项目的, 自身的综合能力与素养较为匮乏, 更不要说开展高质量的教学工作了。民族体育项目要真正进行有效开展, 必然会存在较大阻碍。

## 三、民族传统体育项目在高职业院校体育中的发展策略

### (一) 加强教材建设, 增加理论内容

民族传统体育自身的道德价值及文化内涵极为丰富。在设置教材内容时, 教师要注重其文化内涵的体现, 利用理论性知识令其对民族传统文化产生深刻的认知。在传统教育模式中, 很多高职院校将民族传统体育设置为选修课程, 为其提供的教育资源也是十分有限的。在学生选择课程内容时, 虽然对民族传统体育课程具有浓厚的学习兴趣, 但是在教育环境等因素的影响下最终还是选择竞技类课程, 严重制约了民族传统体育的传承与发展。高职院校需要从教材入手, 在教材中添加更多的知识内涵, 尽量利用教材中的多样化元素吸引学生的注意力, 令其产生浓厚的学习兴趣后开展教学活动,

为提升课堂教学质量提供物质条件。

在教材建设工作中,教师需要注重运动技能和理论知识的有效结合,以规范化、系统化和科学化作为完善教材内容的主要原则。教师需要充分了解学生的实际情况,采用其感兴趣的内容作为开展教材建设的关键点,先利用各种资源实现教材的趣味性,之后通过知识的拓展和深入探究实现其实用性和创新性,以先进的学科知识和创新的教学理念促进学生不断提升自身文化素养和运动能力。在设置教材内容时,需要注重学生综合能力的差异性,将教材内容进行层次划分,教师可以将教材内容的划分情况与学生的个体差异性相结合,因材施教实现分层教学。

### (二) 注重实际情况,合理安排课程

不同民族传统体育运动项目存在一定的差异性,在技术特点、表现形式及文化内涵的认可方面存在不同标准。而不同高职院校所处的地理位置和文化环境具有明显的差异,因此在设置校本课程内容时需要在教材内容的基础上进行拓展和延伸,注重其地域性和民族特色。教师在设置课程内容时需要注重本校的环境和校园情况,尽量选择具有浓厚本地文化特色的运动项目,但是需要注意其普适性,避免选择难度较高的运动项目。在挖掘不同地区的传统文化时,可以挑选具有特色的运动项目,如内蒙古的高职院校可以将蒙古族“那达慕”的“搏克”“射箭”“布鲁”“蒙古象棋”,达斡尔族“波列”,新疆的高职院校可以将维吾尔族的“且里西”,广西、广东等地的高职院校可以将“狮舞”“踩高跷”等运动项目与相关的理论性课程结合起来,以该运动项目的趣味性和可观赏性作为提升学生学习兴趣的重要内容,以此为基础设计特色课程内容。

教师在讲建设课程内容时,需要先对学生的实际情况进行充分调查,着重关注其成长环境和民族特点,如果蒙古族的学生较多,可以选择具有该民族文化特色的搏克、骑射等运动项目作为课程安排的主要方向,针对本校的资源选择合适的运动项目。课程内容的设置需要考虑其全面性,促进学生全面发展,尽量将理论性知识与运动技能的训练进行有效融合,引导学生在学习运动技能时能够深刻理解理论知识的文化内涵,而在探究理论知识时能够结合训练项目加强理解能力,促进其在不断丰富自身知识体系和文化内涵时能够提升综合素养,不断完善课程建设工作。

### (三) 设置比赛项目,促进专业发展

在学生掌握体育技能后,教师需要根据学生的需求设置展示平台,促进其继续保持高涨的学习热情,提升其学习积极性,促进其专业发展。在传统教学模式中,高职院校举办的运动会项目主要包括田径、足球、篮球等,鲜少见到将民族传统体育作为运动会竞技项目,教师调整运动会竞技项目的设置模式,将学生感兴趣的项目融入其中,为其提供充分展现运动技能、宣传民族传统体育的机会。在设置该竞技项目时,教师需要注重关注两个方面的内容:一个是提升运动项目的知名度;另一个是明确该运动项目的比赛规则。

在提升知名度方面,需要与该运动项目的宣传活动进行融合,以丰富、新颖的宣传方式令学生了解并对其产生兴趣,以参赛人数促进其竞赛场面可观赏性的提升。比赛规则的明确和不断完善可以促进竞赛活动的顺利进行,教师需要根据学校的资源条件和学生的实际情况制定合适的比赛规则,根据整体教学目标设置相对性的竞

技项目。以摔跤比赛为例,教师需要针对参赛者的动作规范性进行严格约束,结合学生的体重设计不同的重量级,根据实际课程内容选择比赛项目,比如藏族式摔跤(北嘎)、朝鲜族式摔跤(希日木)和维吾尔族式摔跤(且里西)等,以完善的比赛规则促进其产生良好的运动意识和竞争精神。

### (四) 加强师资力量,建设教育团队

在民族传统体育与高职院校体育教育的融合工作中,教师占据着重要的地位,需要以参与者和引导者的身份促进其不断发展,因此,教师的综合素质对于提升该工作的工作质量具有重要的作用,高职院校需要加大管理力度,建设高素质的师资队伍,以教师综合素质的提升促进教学质量的有效提升。教师可以定期参加高职院校统一安排的体育专项培训课程,除了校内资源外,还可以在学校范围外寻找更多的培训资源,比如多所高职院校之间进行交流活动,开展座谈会、现场观摩和体验课程等,教师需要在培训的过程中将所学知识与课程内容结合起来,寻找创新点。在建设师资队伍时,可以邀请具有专业技能的运动员和优秀教师来到学校,组织学生开展专项讲座,促进其全面发展。

### 结束语

综上所述,在高职体育教学的过程中,融入少数民族传统体育能够有效提升课堂教学的实效性,促进学生体育核心素养的不断发展,体育教师要引导学生们理解不同民族体育项目背后所蕴含着的文化内涵,增强学生对于不同民族文化的了解,让学生在增强自身身体素质的同时,做中华民族优秀传统文化的继承者与传播者。

### 参考文献:

- [1]徐继平,甘晓毅,耿达军,侯嘉,梁胜.民族传统体育运动会办在高职院校举办的价值研究——以南充职业技术学院为例[J].当代体育科技,2022,12(17):65-67.DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2109-1579-5103.
- [2]姜伟伟.“课程思政”背景下高职院校民族传统体育教学研究——以毽球运动为例[J].体育科技,2022,43(02):119-121.DOI:10.14038/j.cnki.tyky.2022.02.029.
- [3]夏伟,靳强,侯凯凯.“双高计划”背景下高职院校体育教学工作提升的实施路径探析——以北京财贸职业学院为例[J].北京财贸职业学院学报,2021,37(03):34-38.
- [4]周龙,曾长乐,韦荣文.体育非遗项目引入高职公共体育课堂的实践性研究——以广西现代职业技术学院为例[J].当代体育科技,2021,11(10):175-177+181.DOI:10.16655/j.cnki.2095-2813.2007-1579-2035.
- [5]廖胜胜.高职院校少数民族传统体育课程教学存在困境及解决途径——以广西体育高等专科学校为例[J].运动精品,2021,40(01):52-53.
- [6]梁政东.民族传统体育在高职院校的传承与创新研究——以柳州铁道职业技术学院“民族传统体育节”为例[J].广西科技师范学院学报,2017,32(06):70-73.
- [7]李江.试析民族传统体育在高职院校人才培养中的作用——以重庆水利电力职业技术学院体育课程为例[J].人力资源开发,2017(18):79-80.DOI:10.19424/j.cnki.41-1372/d.2017.18.042.