

高校民族传统体育教学模式改革与实践路径研究

薛莲

苏州工艺美术职业技术学院 江苏省苏州市 215000

摘要: 民族传统体育是中华民族优秀文化的瑰宝。在大学体育教学中,要以中华优秀的民族传统体育文化为基础,把它同大学的体育课程改革相结合,促进其教学方式的改革,在教学方式上进行创新,为学生提供高质量的教育。高校是传承和发展中华民族优秀文化的主要阵地,将民族传统体育教学与高校体育课程相结合,有利于提升高校学生的综合素养和人文精神。

关键词: 民族传统; 体育教学模式; 改革; 实践

引言

民族传统体育是我国的一种传统体育,它有着丰富的历史与文化内涵,在大学体育教学中进行这种教育,对于继承和弘扬民族传统体育文化,培养高质量的体育人才,有着重要的意义。然而,在实际的高校民族传统体育教学过程中,由于受现代教学模式的影响和制约,致使学生学习兴趣不高,不利于学生身心健康发展。因此,本文在对高校民族传统体育教学模式改革与实践路径进行研究分析时,首先阐述了高校民族传统体育教学模式改革与实践的意义,对目前我国普通高校民族传统体育教学中存在的一些问题进行了分析,并提出了对其进行优化与改进,从而达到提高学生兴趣,促进学生身心健康发展的目的。

1 民族传统体育在高校体育教学中的必要性

(1) 文化传承与创新发展的需要: 高校体育教学与民族传统体育的融合,可以丰富体育教学内容,促进体育教育创新发展,这不仅有助于传承和发展少数民族优秀文化,还能丰富校园体育课程内容和校园精神文化。(2) 增进民族团结: 民族传统体育进高校,有利于增进民族团结,通过学习了解中华优秀的民族传统体育文化,学生可以在实践中感受到不同民族文化的魅力,从而增强对中华民族共同体意识的认识和认同。(3) 提升学生的文化自信和民族自豪感: 让青少年认识到民族传统体育文化的重要性,掌握更多传统文化知识,加快民族传统文化的传播与传承,有助于提升学生的文化自信和民族自豪感。(4) 促进身心健康: 民族传统体育不仅是一种运动形式,更蕴含丰富的中华优秀传统文化,是中华体育精神的生动缩影。通过参与民族传统体育活

动,学生可以在提高身体素质的同时,获得精神上的满足和成长。(5) 促进国际化文化交流: 发展民族传统体育有利于丰富我国人民体育运动形式,对促进国际化文化交流具有重要价值,通过民族传统体育的学习和推广,可以向世界展示中国丰富多彩的文化遗产和独特的生活智慧^[1]。

2 民族传统体育在高校体育教学中的现状

当前,我国普通高等学校体育教育的现状是:各方面都在向好的方向发展,但也存在着一定的挑战与问题。民族传统体育是一项有着悠久历史和文化底蕴的运动,将其引进到普通大学的体育教学中,不但有很好的健身效果,而且还有着很好的娱乐和教育功能,更重要的是它的艺术价值。这说明了我国民族传统体育教育在学校体育教育中的作用,是继承和发扬民族优秀文化的一种有效方式。将民族传统体育融入大学体育教学中,既能充实学校的教学内容,又能推动学校体育教学的创新性发展,还能促进各民族文化的相互交融,促进我国的多元化发展。在此过程中,既能使青少年感受到中国传统文化的魅力,加强其民族文化认同,又能在实践活动中对各民族的文化有一个正确的认知。但是,虽然人们普遍认识到了民族传统体育在大学体育教学中的重要作用,但是在具体实施中却出现了许多问题。比如,大多数大学的民族传统体育教学方式比较单一,陈旧,老师对现代化体育教学法的应用还不够,无法对学生进行主动地指导、鼓励和帮助,提高他们的学习能力,提高他们的自主性。同时,我国在开展民族传统体育课程思政工作中,还面临着体制保障不完善,基本理念不明确,教学目标不明确,教学资源整合不充分,过程性评价不到位等问题。目前,我国普通

高等学校开展民族传统体育教育的情况总体上呈现出良好的发展态势,但仍存在着一些问题,如教学方式单一,创新不够,教学资源整合不够等。为了更好地发挥民族传统体育在高校体育教学中的作用,需要进一步探索有效的教学路径和策略,以促进其健康、持续地发展^[2]。

3 高校民族传统体育教学模式改革与实践策略

3.1 完善教学目标,改革教学模式

通过构建民族传统体育文化实践育人的全新体系,整体设计以文化为先导、以技能为基础、以健康为根本、以普及为方法、以实效为中心的课程内容和形式,建立课程的历史文化、传统礼仪、技战术等方面的内容。在教学中注重新时期武德教育,激发学生的自强不息精神和厚德载物品质的培养,传授武术中体现的中国文化内涵,使学生了解民族体育文化,树立民族自豪感。利用数字化技术赋能教学方式变革,包括围绕学科核心概念组织教学内容、遵循学习规律设计与实施任务、促进学生深度参与教学过程、开展融于教学全过程的伴随式评价,构建数字化背景下的新型教与学模式。通过对校内外实训基地的开发和利用,安排学生到实训基地进行社会实践和顶岗实习,使学生充分体验职业角色,在“学”中做,在“做”中学习。

3.2 注重民族传统体育文化的传承与发展

加大对少数民族传统体育工作的扶持与宣传力度,把它作为我们国家珍贵的文化遗产加以保护与开发,既有利于促进各民族间的交流交融,又有利于提高他们的身体素质。以学校体育开发与课程思政教学平台为基础,建立适合学生自身发展特点的体育课程体系,以更好地落实学校体育教学目标,促进体教融合教育思想的深化。通过文化交流、特色活动、节日庆祝和教育实践等多种途径,增强民众对民族传统体育的认识和认同,增强其文化自信。在课堂上导入民族文化和国家精神,形成全方位、深层次、多维度、立体化的合力育人模式,既要在课堂教学之外,又要开展课外活动指导,开展运动竞赛,建设校园体育文化。

3.3 改善教学设施,提高师资水平

把信息技术融入体育教学当中,让学生的自学能力得到提升,改变了传统的教育思想,摆脱了传统的教学方式,把理论和实际相结合,在大学体育教学过程中,应该把民族传统体育知识的讲解作为重点,使之与体育实践相结合。对可供使用的各类教学资源进行合理地运用,对场地器材设备

进行全面的配置,使教学硬环境持续优化,因为民族传统体育项目受场地和器材的制约较少,很容易开展,这在一定程度上弥补了传统体育教学硬件设施相对落后的不足。通过将民族文化与体育课堂教学和实践相结合,形成全方位、多层次、多维度、立体化的合力育人方式,把民族文化和民族精神导入到课堂中,既能增强学生的国家认同感,又能促进他们的身心健康发展。创新教师培养与多元化的评估机制,在对教师进行专业知识与技能训练的基础上,构建一套对教师教学效果进行综合评估的系统。

3.4 完善课程评价体系,激发学生学习兴趣

从社会需求、学科发展及学生个性发展需求出发,不断更新教育理念,优化课程内容。这主要是建立符合时代特点的课程架构,并对课程系统进行优化,以满足学生的利益与需要。采取线上与线下混合的方式,将现代化的资讯科技运用于其中,增强了课堂的互动与兴趣,运用案例式学习、问题导入式学习等方式,增强了学生的学习积极性与参与性。在教学过程中,要让学生主动地参与到教学过程中,给他们一些自主权,这样才能使他们在获得成功的同时,也能激发他们的学习兴趣。在传统的测试、测试之外,要重视形成性评估、自我评估、同学互评,重视学生的学习与发展,而不只是注重结果。通过这种方式,能够更加全面地体现出学生的学习状况,从而提高他们的学习兴趣。通过为学生提供充足的学习资源,鼓励和赞扬学生,创造最佳的教学情景,为学生创造一个积极健康的学习氛围,通过设计趣味性的学习活动,采用游戏化的教学方式,来培养学生的创造力和动手能力,这样既可以增加学生的课堂参与程度,又可以激发学生对民族传统体育的兴趣。

结语

高校民族传统体育教学模式改革与实践路径的研究表明,通过融合民族文化、创新教学模式、加强教材建设、提高学生参与度等措施,可以有效促进民族传统体育文化的传承与发展。未来的工作应继续探索和完善这些改革与实践路径,以实现民族传统体育教育的长远发展。

参考文献

[1] 温博,卢星雨,吴淑玲.民族传统体育中“教学做”一体化教学模式改革与实践研究[J].体育风尚,2023(7): 116-118

[2] 郑嵘婷.高校学生民族传统体育文化自信发展路径

的研究——以昆明理工大学津桥学院为例 [J]. 当代体育科
技, 2024, 14(5): 97-100

[3] 秦银健. 高校民族传统体育珍珠球的教学改革研究
与实践 [J]. 广西民族大学学报(自然科学版), 2016, 22(3):

102-105

姓名: 薛莲(1982.06), 女, 汉, 江苏江阴人, 硕士, 讲师,
主要研究方向为: 体育教学运动训练学及社会体育学。