

文化自信主题下民族传统体育文化传承发展研究

王小英

兰州职业技术学院 甘肃省兰州市 730000

摘要：文化自信是当前社会全国践行的主题，民族体育运动也不例外。从文化自信的角度出发进行思考，进一步运用相关的文献资料分析法和逻辑推理法，进一步探索民族传统体育文化在当代社会的现实意义，并且进一步剖析了其在当前的所面临的种种困难，以此为根据，提出适合民族传统体育文化发展的新的思路。当前的困境是在大的时代背景下，需要应对经济全球化和文化入侵的双方面压力。在当前的条件下，民族传统体育文化受到地域性的局限，难以得到突破和发展。在动力方面，传统体育存在发展滞后性的问题。为此，必须要不断增强民族文化认同感，增强民众的文化自信，进而推动民族文化的不断进步，大力扶持文化产业，并将传统民族文化逐渐纳入体育运动当中。

关键词：中华民族；传统体育文化；传承发展；文化认同；文化自信；文化自觉

引言：

在党的十九大报告中指出，“文化是一个国家、一个民族的灵魂，文化强民族强，没有高度的文化自信，没有文化的繁荣，就没有中华民族的伟大复兴”^[1]。民族传统体育文化是中华民族文化不可分割的部分，这是一种需要不断继承和发展的文化，必须要引起社会的高度重视。但是在西方体育文化的不断侵入的状况下，民族体育文化日渐式微，在这样的大的背景下，民族体育文化的发展就必须依靠人们不断提高自身的文化自觉和文化自信。

一、民族传统体育文化的特点及传承意义

(一) 具有民族地域特征

在以前很长的一段时间，许多民族都将农工、游牧、渔猎等作为最主要的生产生活的手段，在保证了基本的生活以后，还根据这些技能创造出了许多灿烂的物质与精神文明成果，形成了本民族独特的民族文化和形式^[2]。所以民族传统文化和体育活动具有一定的民族性和地域性，不同形式的运动活动体现出了不同民族的社会文化背景，而各民族的传统体育项目都具有强烈的仪式感和一定的文化象征意义，这对提高人们对本民族的文化认同感和增强民族信念有非常大的帮助。除此之外，千古留下来的民族体育文化的精神内核是非常具有层次性的，从具有一定宗教祭祀性质的活动到富有一定哲理性和思辨性的体育运动，这都是在展示各民族所取得的优秀的文化成果。所以民族传统体育文化不仅可以丰富了人们的业余生活，与此同时，也是提高居民个人的思想境界和道德素质的重要手段。所以必须注重对民族文化的继承，继续发挥民族文化的现实意义。

(二) 与民族传统生产生活方式相互依存

物质是精神的基础，民族的基本的生活方式是民族文化发展的基石，体育文化的不断发展又使得民族的相关技艺得到发展，民族的文化和精神得到继承，使以往的生产方式延续下去，两者是相互促进的关系，相得益彰^[3]。从当前留存的各民族的运动项目都是来源于日常的生活生产方式，蒙古族的摔跤、朝鲜族的荡秋千等运动项目，都是在以前人们的生产生活中必不可少的技能。之所以民族文化项目得到代代相传，最主要的原因就是将本民族的技能、文化价值传递给下一代，进而不断增强进了民族的凝聚力和认同感，不断满足本民族的生产生活需要。如果一个民族放弃了最原有的生活方式，其传统的体育项目便失去了最原始的物质基础。人的简直观念会不同程度的受到环境的影响，而生产方式和生产力的发展势必会对环境产生影响，从而进而影响了人们的价值观念，世人对本民族的文化信心产生了动摇。所以在当今信息化时代，必须要重视传统体育项目文化。

二、民族传统体育传承的价值研究

民族传统体育是一个民族长期的文化积累所形成的具有独特的民族特征的体育活动，这是一种极其含有传统精神内核的运动。十九大报告中明确要求要不断提高民族文化自信，这对民族传统体育的保护和传承也是非常重要的。当前民族文化保护工作已经刻不容缓，所以必须要采取一定的措施保护优秀的传统文化活动，这是当前社会必须重视的。

(一) 民族传统体育的传承利于弘扬民族精神、增强文化自信

“民族精神是一个民族的生命力、创造力和凝聚力的

集中体现，是一个民族赖以生存和发展的核心与灵魂”^[4]。许多的民族体育运动不只是是一项单纯的体育项目，更是一种民族精神和文化的象征，也是民族精神的物质化表现形式，其蕴含着中华民族几千年的文化积淀。要说体育项目中最能代表本民族文化的项目就是武术，武术对人的身体素质和个人品质都有着极高的要求，这在很大程度上都受到了我国传统哲学思维的影响，这是中华民族文化体育所特有的特点。如何进碎片化信息已经成为了当今时代的主导，优秀的武术文化吸引了许多的外国人来中国学习武术，这便是中国传统文化的魅力。所以对独特的中国文化进行继承和发展可以帮助我们更好地理解本民族的文化，增强民族的自豪感和自信心。

（二）民族传统体育的传承利于培养民族认同感与归属感，促进民族团结

文化是一个群体得以发展的基石，相同的民族的体育文化可以将本地区的人们凝聚在一起，从而产生相应的认同感和凝聚力。我国当前的居民分布呈现“大杂居小聚集”的分布特点，具有民族性和多样性等特点，各民族的人民都在各种活动中传承着自己先辈所留下来的优秀文化，并由此增强了民族的凝聚力和认同，在这样的情况下，传统的体育项目成为了促进民族归属感和自豪感最主要的手段，进而体现了各民族的民族特色，促进民族文化竞争力的提高。

三、文化自信主题下传承和发展民族传统体育文化

民族传统体育文化的逐渐衰落是由许多外界因素影响的，这也是各民族根据自身的实际情况所进行的选择。现代面对生活方式和运动理念的冲击，人们渐渐放弃了以往的一些运动方式，这既是民族更近时代脚步的体现，又是民族文化自信不足的体现。所以在国家提倡文化自信的大背景下，应该让更多的人树立起文化自觉和文化自信，自强本民族文化认同感，需要通过宣传政策等多种方式为传统体育文化的继承和发展做出贡献。

（一）完善民族传统体育文化理论与方法

民族体育文化必须要有系统化的理论和具体的训练手段，这才是使其能够得到继承和发展的基础，特别是在当今时代传统运动项目后继无人的情况下，就必须组织专门的团队对各民族的传统的体育项目进行了走访调查和相关调研活动，将调研出来的文化内涵以及相关的运动技巧和运动器材进行系统化梳理，再进一步结合相关的历史资料和民族文化研究等史料，对文化的相应内涵展开一定的理论研究，并不断借鉴现代的体育运动理念，从而制定出符合现代人审美情趣的相关教材，让越

来越多的年轻人继承优秀的传统体育运动文化，促使起到长远发展。

（二）促进地方民族传统体育文化与其它文化产业的融合

目前虽然民族以往的生活方式发生了改变，随着文化水平的不断发展，越来越多的人开始重视传统文化，挖掘传统文化的价值，开始注重保护优秀的传统文化，为优秀文化的传承尽自己的一份力量。由于不同文化项目的开发，人们对各种民族文化的活动也越来越感兴趣，所以民族文化也应该抓紧这一时机，不断巩固和促进自身的发展。首先就是要将传统的体育文化将现代的表演体系进行融合，让更多的人感受到其文化魅力。其次就是要挖掘民族体育文化中的故事、传授以及人物事迹等等，可以将这些素材影视化，促进其被更多人接受。

（三）发展民间社团并举行的交流活动

民族传统体育可以给人们带来精神鼓舞的力量，代表着人们对幸福生活的向往。虽然生活方式的不断转变会使民族体育文化受到一定的局限，但是其仍然是人们重要的精神支柱。所以要想进一步传承和保护民族体育文化，即必须鼓励民间社团参与进来。地方政策出台相关的保护政策，并予以一定的物质支持，然后由民间社团来开展相关活动，双管齐下，共同促进民族体育文化的交流和发展。

（四）融入全民健身活动

一般情况下，传统的体育运动不需要复杂的运动器械，对参与者的体魄和运动能力没有太高的要求，主要是在于娱乐性和文化的传递与传播。所以才应该将全民健身与传统的体育运动相结合，才可以让更多优秀的体育项目得以继承和发展，又能使优秀的传统文化得以发挥作用，进一步提高人们的文化自信。首先必须为不同的传统民族体育运动提供个性化的硬件措施以及运动场地。其次要在全民健身的活动中，运用各种活动和比赛向人们宣传传统的体育文化，使传统的体育文化在新的时代焕发新的生机。

四、结语

我国传统文化经过几千年发展，不断融合不同时期中华民族的文化，形成了兼容并包的文化体系。而中华文明也是四大古文明中唯一没有中断的文明。时至今日，传统文化已经成为中华民族文化之根、民族之魂。实践也充分证明，中华优秀传统文化是中华民族的力量之源、情感之源、动力之源和信心之源，是中华民族实现伟大复兴的精神保障。对每一位中华儿女来说，在新时代就

要更加深怀自信，理直气壮地传承好中华优秀传统文化，不断铸就中华文化新辉煌。事实上，中华优秀传统文化早已走向世界，越来越受到国际社会认可。我们还要深怀自信，在“不忘本来”的基础上，充分“吸收外来”，推动文化交流，消化吸收外来文化之精华，使之融于民族文化之中，成为民族文化的一部分。唯有这样，才能更好地“面向未来”。树立全球意识、世界胸襟，倡导海纳百川、兼容并蓄，主张以我为主、为我所用，在比较、对照、批判、吸收、升华外来文化的基础上，推动中华文化“走出去”，使中华文化更加符合当代中国和当今世界的发展要求。

参考文献：

[1]陈鹏生.文化自信主题下我国民族传统体育文

化的传承与发展路径[J].南国博览, 2019, 000 (002): P.94-94, 96.

[2]朱新娃.文化强国背景下民族传统体育文化的现代传承与发展研究[J].体育科技文献通报, 2020, 028 (006): 134-136.

[3]周若夫, 张怀雨, 张冬琴, 等.“一带一路”背景下民族传统体育传播与体育文化自信研究[J].中华武术(研究), 2019, 000 (008): P.82-85.

[4]王智慧.文脉赓续与民族复兴：传统体育文化的基因传递与文化自觉——基于习近平总书记十九大报告文化自信论的分析%Cognition, Logical Expression and Existential Anxiety of Ethnic Traditional Sports Culture Genes[J].西安体育学院学报, 2019, 036 (001): 1-9.