

Reflection and Construction of the Traditional Ethnic PE Teaching Mode in Universities under the Perspective of Cultural Inheritance

Lei Zheng

School of Science and Technology of Three Gorges University, Yichang, Hubei, 443002, China

Abstract

China is a multi-ethnic big country, the inheritance and development of national culture is an important project of the prosperity of our national culture. Among them, as an important part of national culture, inheritance work is particularly important. From the perspective of colleges and universities, this study deeply reflects on the current traditional ethnic physical education teaching mode. First of all, we analyze the problems existing in traditional national physical education teaching in colleges and universities: On the one hand, the teaching content is relatively single and lack of richness, which provides students with formal teaching mode; On the other hand, the teaching method attaches too much importance to theoretical teaching, which makes students unable to truly experience and understand the charm of traditional national sports culture. On this basis, this paper tries to put forward some suggestions to change the existing teaching model.

Keywords

national traditional sports; college teaching mode; cultural inheritance; practical teaching; diversified curriculum design

文化传承视域下高校民族传统体育教学模式的反思与建构

郑磊

三峡大学科技学院, 中国·湖北宜昌 443002

摘要

中国是一个多民族的大国, 民族文化的传承和发扬是我们国家文化繁荣的重要工程。其中, 民族传统体育作为民族文化的重要组成部分, 传承工作显得尤为重要。该研究以高校为视角, 对目前民族传统体育教学模式进行了深入反思。首先, 分析了高校民族传统体育教学存在的问题: 一方面, 教学内容相对单一, 缺乏丰富性, 给学生提供的是形式化的教学模式; 另一方面, 教学方法过于重视理论教学, 使得学生无法真正体验和了解民族传统体育文化的魅力。在此基础上, 论文尝试提出了改变现有教学模式的建议。

关键词

民族传统体育; 高校教学模式; 文化传承; 实践教学; 多元化课程设计

1 引言

中国, 拥有 56 个民族, 不同的民族形成了丰富多样的文化。其中, 民族传统体育文化作为中国文化瑰宝中的一分子, 却在当前高校教育体系中, 缺乏应有的重视和科学的传授方式。如果言传不继, 民族传统体育就可能会遗失, 这不仅对个体学生的个人修养和全面发展构成影响, 也对我们国家的民族文化繁荣和传承工作构成挑战。傲人的历史和璀璨的文化, 每一项民族传统体育都是我们民族文化精神的载体, 实现其有效地传承对我国的教育有着重要的价值。因此, 论文旨在深入探讨和反思当前高校民族传统体育教学情

况, 以及寻找适合现代高校环境的民族传统体育新型教学模式, 期望为未来民族传统体育的传承与发展提供理论与实践参考。

2 民族传统体育的历史地位和现状分析

2.1 民族传统体育在中国文化中的地位和作用

中国, 作为一个多民族的国家, 文化底蕴深厚且多元化^[1]。其中, 民族传统体育以其特别的方式承载和传递着民族精神文化, 有着不可替代的地位和作用。它是一种综合性文化现象, 包含了较高的文化价值和丰富的文化内涵, 对塑造民族特性, 弘扬民族精神起着积极推动作用。

民族传统体育具有较高的文化价值, 它是各民族历史、文化、传统习俗的生动反映, 既是各民族长期生活实践总结的结晶, 又是各民族智慧的集中体现, 能反映出一个民族的

【作者简介】郑磊 (1987-), 男, 中国湖北宜昌人, 博士, 讲师, 从事民族传统体育、民族史等研究。

风土人情和生活方式。民族传统体育的每一种运动项目，都是特定民族文化的载体。

民族传统体育丰富的文化内涵，不仅可以为纷繁复杂的现代社会提供生活的智慧，也成为承载民族认同感和集体记忆的媒介。它的融入能让现代人对传统文化有更直观、更深入的认识，从而寻找到民族文化的根源，弘扬民族的精神。

2.2 高校民族传统体育教学的现状

高校民族传统体育教学的现状正面临着诸多挑战。基于对全国范围内多所高校民族传统体育教学体系的分析，可以明显看出，教学模式持续以传统教育模式偏重，未能完全适应现代教育需求。

课程内容设置方面，以体育阶段学习为主，课程内容单一化倾向严重。多数高校在民族传统体育教学的设置上，种类繁多，但是课程内容多以基础技术学习为主，复杂技术学习及理论方面的学习备受忽视。教学内容的单一化使得学生难以获得深层次、全方位的知识体验，使得民族传统体育教学的内涵丧失。

高校民族传统体育教学模式过于注重理论，导致学生学习主观能动性不足，并且缺乏实践教学环节。理论重于实践是高校民族传统体育教学的一个突出特点，而实践教学环节的缺失使得学生无法真正接触、理解和体验民族传统体育的精髓，无法在实际操作中提升自我能力。

3 高校民族传统体育教学的问题反思

3.1 教学内容相对单一，缺乏丰富性

在高校民族传统体育教学中，存在着一些突出问题，其中之一便是教学内容的单一性，尤其缺乏内容的丰富性。具体表现在两方面：一是教学的传统体育项目种类较少，大多数高校仅在教学内容上涉及几种主流的民族传统体育项目，未能全面、深入地展示各民族传统体育文化的多样性与独特性。少数民族传统体育项目被疏忽，造成了传统体育文化推广的不均衡与不全面。二是教学深度不足，通常仅停留在技术动作的教学，对于传统体育项目背后所引申出的文化内涵、精神内核等进行的讨论和引导十分有限。如此单一和浅显的教学方法，在一定程度上降低了学生对各民族传统体育文化的感知和理解，也限制了他们从更宽更深层次接触、感受和理解民族传统体育文化的机会。

3.2 过于强调理论教学，实践教学环节缺失

在当前高校民族传统体育教学模式中，价值传递主要倚重于理论教学，这对知识的掌握无疑具有重要作用^[2]。片面重视理论教学，忽视实践教学环节，无疑是对民族传统体育的真实感知和理解的剥夺。

传统体育，本质上是动态文化，其精髓和魅力在于动态体验和实践。在一些高校的民族传统体育教学课程中，教师重心关注理论的灌输，学生的主体地位并未得到应有的认同和重视，空缺的实践环节使得知识传授呈现单向性，理论的过度强调未能让学生对民族体育文化有全面的理解^[3]。

实践是对理论知识理解和应用的重要环节，有理论无实践，学生剥夺了真正实践的机会，就不能深入理解民族传统体育文化的精华所在。传统体育有着其体验性和娱乐性特点，理论教学的单一模式无法满足学生身心发展需求。

教学评价主要依赖理论考试，却罕见对实践技能的考核，这种偏见使得学生更重视理论，忽视实践的重要性。而且，缺乏实践教学环节意味着学生没有直接面对和处理实际问题的机会，从而难以将理论知识转化为实际操作能力。

4 民族传统体育教学模式的建构探索

4.1 注重多元化的课程设置

面对高校民族传统体育教学的问题，多元化的课程设置被视为一种可能的解决途径。民族传统体育是多元化的，不同民族有着不同的传统体育项目，每种体育项目都蕴含着独特的民族文化。当前的教学内容往往过于单一，无法涵盖丰富的民族传统体育项目，致使学生对于民族传统体育的认知存在局限。

多元化的课程设置意味着在教学内容上，要引入更多的民族传统体育项目，突破原有的教学范围，注重各个项目之间的联系和差异，使学生能够全面接触和了解到不同项目的特点和魅力。这种课程设置能够提供给学生更多的选择空间。学生可以根据自己的兴趣和需求选择学习的体育项目，而不是被动地接受形式化的教育模式。通过自我选择，学生对于学习过程的主动性将得以提升，从而更好地投入学习中。

多元化的课程设置为高校民族传统体育教学带来了新的机遇。通过设计夜照不宜落入，“选课—学习—体验—传承”的学习模式，以帮助学生在学习过程中不断发现问题、解决问题，提高自身的实践能力和创新能力。多元化的课程可以使学生在感受各种体育项目独特魅力的也能体验到民族传统体育的多元化和丰富性。

此种多元化的课程设置，无疑为提高民族传统体育在高校的教学质量提供了理论支撑，并有助于高校更好地肩负起民族文化的传承和发扬的责任。

4.2 理论教学与实践教学的结合

以高校为例，分析现行民族传统体育教学模式的问题可以发现，当前的教学方法过于重视理论教学，对实践教学环节关注度不足，致使学生无法真正体验民族传统体育的魅力。将理论教学与实践教学的结合势在必行。

理论教学是保证教学质量的重要环节，在民族传统体育的学习过程中，理论教学能引导学生全面、系统地理解和掌握各类民族传统体育项目的基本规则和特性。无论是挥动长矛、投掷箭矢或是踢蹬毬子，这些民族传统体育活动背后都蕴含了独特的历史文化，只有通过理论教学，学生才能深入了解这些文化内涵。

而实践教学在教学中的重要性不言而喻，特别是在民族传统体育的学习过程中，实践教学能够真正让学生通过身

体动作和感官体验,深入理解民族传统体育的真谛。学生通过实践,可以了解并精通民族传统体育活动的技能,也能体验到各民族传统体育的乐趣和挑战。

另外,理论教学与实践教学的结合并不是简单的叠加,而是以理论教学为基础,通过实践教学进行充实和拓展。这样,既能保证学生对民族传统体育具有深层次的理解力,又能培养他们的动手实践能力,使得学生在学习过程中真正体验到民族传统体育的魅力,培养他们的生活技能和民族文化认同感。

总的来讲,理论教学与实践教学的结合是建设高校民族传统体育教学新模式的基础,未来高校民族传统体育教学应更加注重此一新模式的推广与应用。

5 新模式下高校民族传统体育教学的实施策略及意义

5.1 高校民族传统体育新模式的实施策略

实施高校民族传统体育新模式,需要针对不同的教学环境和学生需求,制定具体可行的策略。首要策略是构建多元化的课程设置方案。通过引入更多的民族传统体育项目,不仅可以充实课程内容,也能让学生根据自己的兴趣和需求,选择更适合自己的课程。为了增加课程的趣味性和吸引力,可以设计一些寓教于乐的教学活动,让学生在轻松愉快的环境中学习民族传统体育。

要努力打造理论教学与实践教学相结合的教学模式。提升教师的专业技能和理论水平,让他们能够以更科学、更有效的教学方式指导学生,使学生不仅能掌握相关的理论知识,还能通过实践活动,真正了解和体验民族传统体育文化的魅力。应加大对实践教学环节的投入,提供充足的设施支持和时间保障。

再者,应借助现代科技手段,如多媒体技术,提升教学效果。以现代化的教学手段,展现民族传统体育的独特魅力,使学生能够通过更直观、更生动的方式接触和学习民族传统体育。

学校领导层也需要给予支持。调整教育政策,优化资源分配,升级硬件设施,提供教师培训等方面的支持,均有利于实现新模式的顺利推进。

这些策略的综合运用,有助于有效推动高校民族传统体育新模式的实施,对于民族传统体育的传承和发扬,具有极其重要的现实意义。

5.2 新模式对传统体育的推广与发扬的实际意义

在新模式下,高校民族传统体育教学对于传统体育的

推广与发扬具有重要的实际意义。首要的就是能够为保护和传承民族传统体育做出积极贡献。新模式下的民族传统体育教学,是在对传统教学方法和内容进行深度反思的基础上,结合现代教育理念,对课程设置多元化、理论教学与实践教学相结合等方面进行改革的结果。这种改革,不仅提高了教学质量和效果,还让学生有机会更深入地了解和學習民族传统体育,实质上是一种有益的传承。

更为重要的是,新模式不仅是一种教学法,也是一种推广民族传统体育的有效方式。多元化的课程设置,让学生有更多学习传统体育的机会,跳出了传统的学科框架,扩大了学生的视野。这种方式传播的深度和广度都远超传统方式。理论教学结合实践教学让学生有更多的动手实践机会,增加了他们的兴趣,也使他们有机会从实践中感受到民族传统体育的魅力。

新模式对于高校民族传统体育的教学也是一种有益补充,有助于提升民族传统体育在高校的地位和影响力。这种模式不仅能提高学生的身体素质,也能丰富他们的文化知识,提升其文化素养。在全球化的大背景下,这种传统体育的传承和推广对于保持中华民族的文化特色,弘扬民族文化,具有深远意义。

6 结语

本次研究针对当前高校民族传统体育教学存在的问题和缺陷进行了深度反思和探讨,并在此基础上,提出了新的教学模式构建。这包括丰富教学内容,增加课程的多样性,以满足学生不同的需求和兴趣。同时,将理论教学和实践教学相结合,使学生能更好地理解和体验民族传统体育文化的独特魅力。虽然这一新模式的构建和实施将会面临着一些具体的挑战,如如何有效整合教育资源,如何设计更具有吸引力和实践性的课程,等等。但可以预见,这对于推动我国高校民族传统体育教育的改革,发扬和传承民族传统体育文化,将具有重大的理论支持和实践指导意义。在未来的研究中,可以进一步探讨新模式在不同类型高校,如民族高校、体育类高校等的适用性和有效性,并考虑如何进一步完善和优化。

参考文献

- [1] 瞿彦剑.文化传承视域下高校民族传统体育教学模式的反思与建构[J].文体用品与科技,2019(5):93-94.
- [2] 周大坤.文化传承视域下高校民族传统体育教学反思[J].体育风尚,2019(7):172-173.
- [3] 宾冬松,张树滑.文化传承背景下高校民族传统体育教学模式探析[J].教育教学论坛,2022(21):133-136.