

# 民族地区中小学弘扬民族传统体育的育人价值与实践路径研究

黄安妮

德阳农业科技职业学院, 四川 德阳 618500

DOI: 10.61369/SSSD.2025150033

**摘 要 :** 民族传统体育是各民族文化的重要组成部分,其传承和推广不仅可以提升人们的身体素质,还有助于人们加深对中华民族的认同感和增强民族凝聚力,为弘扬中华优秀传统文化,促进民族团结,铸牢中华民族共同体意识做出重要贡献。在铸牢中华民族共同体意识的进程当中,民族地区中小学扮演着至关重要的角色,它是传统文化传承与发展的重要阵地,积极发挥其教育功能以铸牢学生的中华民族共同体意识。因此,探索弘扬民族传统体育铸牢中华民族共同体意识教育的路径,具有积极的现实意义。

**关 键 词 :** 民族地区中小学;民族传统体育;教育路径

## Study on the Educational Value and Practical Paths of Promoting Traditional Ethnic Sports in Primary and Secondary Schools in Ethnic Minority Areas

Huang Anni

Deyang Agricultural College, Deyang, Sichuan 618500

**Abstract :** Ethnic traditional sports constitute an important part of the cultures of various ethnic groups. Their inheritance and promotion not only enhance people's physical fitness but also help deepen people's sense of identity with the Chinese nation and strengthen national cohesion. They make significant contributions to carrying forward the fine traditional Chinese culture, promoting ethnic unity, and forging a strong sense of the Chinese national community. In the process of forging a strong sense of the Chinese national community, primary and secondary schools in ethnic areas play a crucial role. They serve as key positions for the inheritance and development of traditional culture, and actively exert their educational functions to help students forge a strong sense of the Chinese national community. Therefore, exploring the educational paths of promoting ethnic traditional sports to forge a strong sense of the Chinese national community holds positive practical significance.

**Keywords :** primary and secondary schools in ethnic areas; ethnic traditional sports; educational paths

民族传统体育要充分发挥其民族性、健身性以及娱乐性等功能,为各民族搭起相互学习的桥梁。因此,找到民族地区中小学对民族传统体育的继承与弘扬的教育路径,有利于提升各民族的文化自信、增强其文化自觉,同时深化民族地区中小学生的爱国情怀。

### 一、民族地区中小学弘扬民族传统体育铸牢中华民族共同体意识存在的困境

#### (一) 学校虽有所意识,但重视程度不够

近年来,国家对民族传统体育越来越重视,民族传统体育项目的发展得到了很好的强化和优化<sup>[1]</sup>民族传统体育是人们世代传承的文化瑰宝,既是文化的精髓,又承载生活中的智慧,是铸牢中华民族共同体意识的重要载体。在深入探讨民族传统体育的传承问题时,我们不可忽视青少年是祖国的花朵,是民族传统体育的主要传承者,但民族地区中小学以及教育者并没有充分认识到教育传承的重要性,使得民族地区对自己的文化产生了不认同与不自信<sup>[2]</sup>因此学校和教师必须要明确弘扬民族传统体育铸牢中华

民族共同体意识的重要意义,引导学生更好的传承民族传统体育。

首先,民族地区的中小学拥有极为丰富的民族传统体育教育资源,但传承方式单一,没有对自身的优势资源加以利用。笔者在与玉溪市峨山彝族自治县甸中镇中学的杜玉斌老师的交谈中,他详细向笔者介绍了学校民族传统体育的开展现状,他说:“目前,民族地区中小学的教学条件已经基本达到了标准化的水平,教学基础设施也正在逐渐完善,但学校除了完善教学硬件设施以外,对民族传统体育活动的经费投入远远不够,并且学校也没有招收到专业的民族传统体育教师,大部分的体育教师只是体育教育专业,没有接受过专业的民族传统体育教育。”由此可见,民族地区中小学在师资方面相对薄弱,民族传统体育项目众多,内容琐碎,需要专业的教师进行授课才能传承下去。云南省丘北县

树皮中学王文丽老师还提到,“学校在文化熏陶这方面的工作还存在些许欠缺,没有意识到弘扬民族传统体育对铸牢学生中华民族共同体意识的作用。”学校的校园氛围可以对学生产生潜移默化的作用,因此学校还应该重视校园氛围的渲染,通过文化长廊、校史馆、文化节等方式去让学生明白中华民族一家亲的历史事实。

## （二）教师开展两者融合教育的能力有待提高

在教学过程中,教师不仅是教学活动的组织者,同时也是引导者,肩负着传播知识、启迪智慧的重任。为了更好地适应时代发展,教师需要不断深化对铸牢中华民族共同体意识相关政策的理解,并将其融入到教学实践之中。以精心设计的课堂形式将民族传统体育与中华民族共同体意识教育结合在一起,从而有效地培养学生的民族认同感和凝聚力。调查发现,教师在开展弘扬民族传统体育铸牢中华民族共同体意识的教学活动中,教学效果不佳,不能很好的将两者融合教育。玉溪市峨山彝族自治县大龙潭乡杨刚副乡长谈到:“民族地区少数民族较多,传统体育资源丰富,并且学生对这些传统体育项目非常感兴趣,很乐意去学习。但由于中学生需要参加中考体考,所以在民族传统体育内容选择上相对简单易学,而且学校很多的体育教师没有接受过专业的民族传统体育教育,再加上自身的经验见识有限,很难将民族传统体育与中华民族共同体意识教育有效结合到日常教学中。”

那么如何提升教师两者融合教育的能力就成为问题关键,可以从两方面入手:

（1）提高教师自身的思想政治觉悟。让教师都进行思想学习,把握好当下的相关政策,保障教师引领学生铸牢中华民族共同体意识教育,把中华民族共同体意识教育有机融入日常教学中,促进民族团结。

（2）二是提高教师的专业能力,或邀请民族传统体育传承人到学校进行专业授课,让更多的人了解民族传统体育。

## 二、民族地区中小学弘扬民族传统体育铸牢中华民族共同体意识的意义

### （一）促进民族地区中小學生“文化认同”的重要手段

在推进中华民族伟大复兴的征程中,加强中华民族共同体意识的教育离不开多方力量的协同努力。民族地区的中小学校作为培养青少年铸牢中华民族共同体意识的关键场所,在实践过程中必须充分调动教师、学生等各类主体的积极性与主动性,发挥他们的能动作用<sup>[3]</sup>民族传统体育是中华优秀传统文化的重要组成部分,它不仅是一项体育运动,更是蕴藏着深厚历史与独特魅力的文化瑰宝。在我国五十六个民族共同构成的多元一体格局中,各民族都拥有其独特的文化与传统体育形态。这些形态各异的体育项目,在历史长河中通过持续地互动与交融,共同绘就了中华文化绚烂多彩的画卷。

民族地区中小学通过推广和普及民族传统体育项目,可以让学生们了解和感受到不同民族的体育文化和风俗习惯,增强对中华文化的认同感和归属感,也可以培养学生的集体主义精神和团

队合作精神。云南省兰坪白族普米族自治县第一中学的可以杨黎娥老师向笔者介绍:“我已经从事教学工作十多年了,学生们都很喜欢我的体育课,我在课的设计上融入了很多民族传统体育的元素,例如在课的结束部分以纳西打跳作为素质练习,在队形上也是别具一格,首先围成一个同心圆,象征各民族共同的目标和愿景,后分散成几个小圆,象征着各民族在保持自身独特性的同时也能够和谐共生。学生们也能很好愉悦身心,在音乐中享受打跳带来的快乐。”其实部分民族地区中小学也已经开始在体育课开始或结束部分加入传统体育项目,如:纳西打跳、民族健身操、踢毽球、板鞋竞速等等,不仅起到热身或放松作用,同时也让学生在活动中了解到民族文化,为构建更加紧密的中华民族共同体奠定坚实的基础。

### （二）促进民族团结维护民族地区社会稳定的特殊力量

随着“文化自信”战略的持续推进与“文化强国”目标的明确提出,民族传统体育文化与现代文化的融合创新迎来了新的时代发展机遇,两者的交流融合不仅为中华民族优秀传统文化的传承发展注入了新的生机与活力,更在加强民族团结,维护社会稳定,铸牢中华民族共同体意识等方面展现出独特的价值。<sup>[4]</sup>

全国民族运动会迄今为止已经举办了12届,2005年5月,颁布的《国务院实施〈中华人民共和国民族区域自治法〉若干规定》明确规定:“为推动文化多样性的传承与发展,国家十分重视少数民族优秀传统文化的保护与传承。为此,国家定期举办民族传统体育赛事、文艺汇演等,旨在丰富各民族群众的文化生活,弘扬民族传统体育项目。”在民族传统体育比赛中,强调群众参与的广泛性,人们自愿报名参加,经过与队友的团结合作,取得比赛的胜利。据丽江高等专科学校体育学院葛锦润副院长说到,“各民族的运动员这段时间都住在一起,有很长的时间让他们相互了解、相互交流自己民族的文化,这不仅是一场比赛,更重要的是给各民族人们搭起了交流学习的平台,促进了民族大团结。”通过举办民族传统体育赛事促进大众参与、增进群众之间的交流与认同,推动民族团结进步。

## 三、民族地区中小学弘扬民族传统体育铸牢中华民族共同体意识的教育路径

### （一）重视弘扬民族传统体育在铸牢中华民族共同体意识教育的重要性

中华民族传统体育,不仅是一种娱乐项目或体育运动,它还是中华民族文化与历史的活体载体<sup>[5]</sup>是各民族历史文化的积淀,同时也展现了不同民族人民的生活实践。在参与民族传统体育活动的交流过程中,人们会不经意地形成一种坚韧不拔、齐心协力的精神,并深深植根于中华儿女的心中,激励着他们不断前进。孔子认为礼仪是一个人道德修养的表现,在体育活动中要遵守规则、尊重对手、保持风度等。虽说各民族的传统体育项目在比赛规则上各有千秋,但却有一个共通点,就是在竞赛过程中强调礼仪的重要性,即“点到为止”。这种对礼仪的注重不仅体现了各民族文化的谦虚与尊重,更是各民族人民团结一心的体现。

现如今，民族传统体育是维系各民族团结的纽带，充分发挥民族体育的功能，可以促进人们的身体健康，增进“五个认同”。通过举办民族传统体育赛事，促进各民族之间的交流与交融，为实现中华民族伟大复兴中国梦汇聚磅礴力量。

**（二）充分挖掘、开发区域民族传统体育教育资源**

中华民族由56个民族组成，各民族文化丰富多彩，以民族传统体育项目为例，不仅可以强身健体，同时也具有“以体育人”的功能。民族地区的中小学要明确自身优势，充分挖掘、开发区域民族传统体育的教育资源，弘扬民族传统体育铸牢中华民族共同体意识。那么如何挖掘民族传统体育资源成为关键之处，应做到以下几点：（1）学校要对当地的民族传统体育项目进行深入的研究，选出具有代表性的、适宜开展的传统体育项目。（2）教师要对选出的民族传统体育项目进行了整理，编写出符合学校实际的校本教材或教学资料。在编写时要符合学生的身心发展规律，教材内容要有规范性、科学性和趣味性等，同时让铸牢民族传统体育意识融入到体育教学当中，增强学生对中华民族文化的认同。（3）举办校级的民族传统体育赛事，促进各民族之间的思想文化交流。大力宣传民族传统体育赛事，激发学生参与的积极性，让他们通过切身体验感受各个民族之间的不同魅力，并进行民族传统体育的切磋和借鉴学习，不仅增强了学生体质健康，而且维系了民族之间和谐美好、团结互助的关系。

民族传统体育不仅能有效提升国民体质健康，更是为连接各民族情感搭建起了桥梁，对促进各民族之间的交流交融与维系民族团结起到了至关重要的作用。因此，我们迫切需要深入挖掘并合理利用区域民族传统体育的教育资源，不断推进其创新发展。同时，积极探索和拓宽民族传统体育项目的教育途径，加强民族传统体育与铸牢中华民族共同体意识教育目标的紧密结合，增强学生的民族共同体意识。

**（三）以民族传统体育为媒介，多种教育途径培育铸牢学生中华民族共同体意识**

民族传统体育是中华体育精神的身体性诠释，是中华优秀传统文化的技能表达，是中华民族集体智慧的结晶，各民族交往交流交融的桥梁。民族传统体育赛事给人们提供了一个可以共同交流的平台，让人们积极参与进来，不仅可以宣传民族传统体育，还可以铸牢中华民族共同体意识。除此之外，还可以通过其他教育路径培育铸牢学生中华民族共同体意识，一是在民族传统体育教学中融入民族团结教育，可以通过多媒体的形式，让学生了解不同民族的风俗习惯、节日庆典等，了解各民族之间的差异性和共同点，促进民族之间的尊重与理解。二是在教学中加入爱国主义元素，例如讲述爱国英雄的故事等，激发学生的爱国主义情怀。三是多举办民族传统体育的赛事或表演活动，让学生可以更好的感受不同地区的文化和风俗习惯。

**四、结论**

民族传统体育文化是民族文化的重要组成部分，是经过漫长的历史积淀下来的宝贵财富，反映了以往人们的生活方式、风俗习惯以及信仰，它不仅具有健身、娱乐等功能，还蕴含着中华优秀传统文化。弘扬民族传统体育有利于维护文化的多样性、促进民族团结，有利于学生更好的了解自己的传统文化，增强民族认同感以及文化自信。就目前，民族地区中小学在弘扬民族传统体育铸牢中华民族共同体意识的教育中还存在诸多问题，例如：意识不足，不够重视、教师两者融合能力有待提高等。因此，学校作为教育传承的核心阵地，应当积极宣扬和传承民族传统体育来强化学生铸牢中华民族共同体的意识，不断拓宽弘扬民族传统体育铸牢中华民族共同体意识的教育路径。

**参考文献**

[1] 吕俊杰，马少坤. 民族传统体育铸牢中华民族共同体意识研究 [J]. 当代体育科技, 2022, 12(35): 128-132+137.  
[2] 吕俊杰，马少坤. 高校弘扬民族传统体育铸牢中华民族共同体意识的教育路径研究 [J]. 当代体育科技, 2023, 13(02): 143-146+151.  
[3] 谭志满，董鑫. 多主体视角下民族地区中小学铸牢中华民族共同体意识的现实困境与实践进路 [J]. 决策与信息, 2023(09): 26-36.  
[4] 曾明，龚婷，戴登云等. 中华文化符号和中华民族形象的划定原则及类型特点 [J]. 民族学刊, 2021(7): 1 - 8+102.  
[5] 王勇奇. 民族传统体育铸牢中华民族共同体意识的实践进路 [J]. 当代体育科技, 2023, 13(31): 127-130.