

健康学校建设背景下民族传统体育教学的功能重塑与实施机制

黎文 张小毛

武汉工程科技学院 湖北 武汉 430000

【摘要】：健康学校建设的推进，正在改变学校体育的价值逻辑。学校体育不再仅仅承担增强体质和传授技能的任务，而是被纳入学生身心健康促进、健康行为养成与校园文化建构的综合框架之中。民族传统体育作为中华优秀传统文化的重要组成部分，兼具身体活动、文化认知、礼仪规范与群体互动等多重属性，本应在学校体育教学中发挥更为系统的作用。然而从现实情况看，民族传统体育进入学校后，往往仍停留在项目展示、文化符号和活动组织层面，尚未真正完成由文化资源向教学资源的转化。本文立足健康学校建设背景，运用文献资料法、政策文本分析法和逻辑分析法，对民族传统体育教学在学校体育中的现实错位进行分析，提出其应由单一的文化传承功能重塑为健康育人功能、课程实施功能、行为养成功能和校园文化建构功能，并进一步从目标体系、内容转化、课堂组织、课内外衔接和评价机制等方面提出实施路径。研究认为，民族传统体育进入学校并不等同于形成有效的民传教学，只有在课程化、教学化和校本化层面完成系统转化，民族传统体育才能真正成为健康学校建设中的稳定教育资源。

【关键词】：民族传统体育；民传教学；健康学校建设；学校体育；课堂转化

DOI:10.12417/2705-1358.26.07.034

1 问题提出

随着健康学校建设的全面推进，学校体育正在被赋予越来越明显的综合育人功能。教育部印发的《教育部关于全面推进健康学校建设的指导意见》明确将学校体育列为健康学校建设的重要任务之一，并强调坚持“健康第一”教育理念，推动学生身心健康和健康生活方式养成。《教育强国建设规划纲要（2024—2035年）》与《关于实施学生体质强健计划的意见》也从国家教育发展层面对学校体育提出了新的要求，强调深化体育教学改革、保障中小学生综合体育活动时间、推动校园体育文化建设以及课内外协同实施^[1-2]。由此可见，学校体育已经不再是单纯意义上的技术教学领域，而是逐渐成为学校落实立德树人、促进全面发展的重要支撑系统。在这一背景下，民族传统体育再次进入学校体育研究视野并非偶然。相较于一般现代体育项目，民族传统体育既具有锻炼身体的运动属性，又承载着特定的文化记忆、行为规范和群体协作方式，因此天然具有文化教育与体育教育的双重潜能。

已有研究普遍认为，民族传统体育进入学校教育系统具有必要性和可行性。一方面，民族传统体育项目种类丰富、文化底蕴深厚，其中许多项目组织形式灵活、器材依赖较低，具有较强的教学适应性；另一方面，民族传统体育融入学校教育，有助于丰富体育课程内容，增强学生对中华优秀传统文化的理解，提升体育文化素养和综合能力^[4]。然而，现有研究也表明，民族传统体育在学校中的落实仍面临明显问题，最突出的一点就在于“进入学校”与“形成教学”之间并不能自然画等号。现实中，民族传统体育往往更容易以文化展示项目、校园活动元素或短期课程单元的形式出现，而未真正以课程逻辑、教学

逻辑和评价逻辑进入学校体育体系。这意味着，当前更需要回答的问题，不是民族传统体育“是否值得进入学校”，而是“如何在学校中形成真正有效的民传教学”。国际研究提供的经验也说明，传统体育项目在学校中的价值能否实现，并不主要取决于项目本身是否具有文化意义，而取决于它是否经过系统的课程设计、教师转化与组织实施^[5]。正因如此，本文试图在健康学校建设背景下，重新审视民族传统体育教学的价值定位、现实错位与实施机制，探讨其如何从文化传承走向课堂转化，最终成为学校体育体系中的稳定教育资源。

2 健康学校建设背景下民族传统体育教学的价值再定位

健康学校建设的提出，首先改变的是学校体育项目的评价标准。过去学校体育往往更多围绕体质增强、技能训练和竞赛活动展开，而在健康学校建设框架下，学校体育被要求同时服务于身体健康、心理健康、行为习惯养成和校园文化建构^[3]。由此，体育项目的价值不再仅取决于其竞技性、观赏性或传统性，而更取决于它是否能够支持学生持续参与身体活动，是否能够促进身心协同发展，是否能够通过课堂与校园生活影响学生行为方式，是否能够在校园内部形成稳定的文化氛围。在这一新的评价逻辑下，民族传统体育的价值也需要被重新理解。它不应继续停留在“弘扬传统文化”的抽象判断上，而应被视为一种兼具健康促进、课程育人、行为养成和文化建构潜力的复合型教学资源。

民族传统体育首先具有突出的健康促进价值。学校体育承担着让学生在校期间形成规律身体活动习惯的重要任务，而民族传统体育中的不少项目动作丰富、形式灵活，能够在有限空

间和普通教学条件下开展,具有较强的学校适应性。尤其是武术、毽球、抖空竹、龙狮基础动作训练、射艺体验等内容,既能够满足体育课堂中的基本活动需要,也能够课后服务、社团活动和校园特色项目中形成持续性参与场景。已有研究表明,武术类项目对儿童和青少年的心肺耐力、灵敏、柔韧、协调和平衡等指标总体具有积极作用,这说明民族传统体育并非只是文化展示内容,而完全有可能成为学校健康促进体系中的重要组成部分。除此之外,民族传统体育还具有独特的课程育人价值。它并不是单纯的动作组合,而是与礼仪规范、项目规则、文化叙事和群体关系密切相关的教学内容。学生在学习民族传统体育时,不仅是在完成某些动作任务,也是在接触一种特定的文化逻辑和身体逻辑。相关研究指出,民族传统体育融入公共体育课程,有助于学生形成更完整的体育文化理解,这正说明其意义不应被缩减为“增加一些特色项目”,而应被看作学校课程体系中的独特育人资源。进一步看,民族传统体育还具有行为养成价值和校园文化建构价值。健康学校建设强调长期健康行为和积极生活方式的形成,而民族传统体育在许多项目中都蕴含着礼仪、秩序、协作、尊重规则和坚持练习等要素,这些内容天然适合转化为课堂中的行为教育资源。同时,民族传统体育又具有鲜明的可视性和仪式感,能够较好地与校园节庆、主题活动、社团建设和校本品牌项目结合,从而在课堂之外继续发挥文化影响力。也就是说,在健康学校建设背景下,民族传统体育的价值不再只是“传承传统”,而是成为学校体育连接健康、文化与育人的多功能资源。

3 当前民传教学的现实错位

尽管民族传统体育进入学校的实践不断扩展,但从教学层面看,现实中的民传教学仍存在明显错位。最突出的问题在于,民族传统体育更多停留在“有项目进入”的层面,却没有真正实现“有教学生成”。很多学校愿意在体育节、文艺汇演、校园文化活动和宣传展示中采用民族传统体育元素,因为这些项目往往“有特色”“有文化味”“视觉效果好”,能够快速形成校园文化亮点。但这类使用方式本质上更偏向项目展示,而非教学实施。换言之,民族传统体育在校园里往往先作为一种文化符号被看见,而不是先作为一种学习内容被系统设计。这种展示优先的进入路径,导致其很容易停留在表层可见性上,而难以真正进入学生的日常学习经验。

另一个突出问题是项目引入与课程结构之间的脱节。一些学校在谈民族传统体育教学时,往往直接以项目名称代替课程设计,似乎只要开设了武术、龙狮、毽球或其他传统项目课程,就等于已经完成了民传教学。实际上,教学的关键从来不只是“教什么”,更在于“如何教、按什么目标教、分几个层次教、如何评价学”。如果一个项目进入学校后缺乏清晰的目标体系、内容层级、学段衔接和评价机制,那么它就很难真正形成课程

意义上的教学。相关研究早已指出,普通高校体育课程中的民族传统体育内容虽然在形式上得到设置,但在体系化和深度实施方面始终存在不足,而这一问题在今天并未完全解决^[9]。除此之外,现实中的民传教学还普遍存在文化叙述与学习体验分离的问题。很多教师和学校管理者都认同民族传统体育具有文化价值,也愿意在口头上强调其“弘扬传统文化”的意义,但这种意义并未自动转化为学生可感知、可参与、可持续的课堂体验。如果课堂仍然主要采用单一的示范—模仿模式,学生学到的往往只是一些零散动作,而不是完整的项目体验和文化体验。再加上民族传统体育在体育课堂、课后服务、社团活动和校园文化活动之间缺乏连续性衔接,其教育影响也就很难从一次活动延伸为长期习惯。换句话说,当前民传教学的根本困境,不是民族传统体育没有进入学校,而是它进入学校后依然主要以项目存在和活动存在为主,尚未真正完成向课程存在和教学存在的转化。

4 民传教学的功能重塑逻辑

要解决上述错位,民族传统体育教学必须完成功能重塑。首先,它应当由文化展示功能转向课程育人功能。长期以来,民族传统体育之所以容易停留在表层,很大程度上就在于它常被当作一种可见的传统文化符号,而非课程内部的育人资源。真正的民传教学,不应只是让学生“看见传统”,而应通过课堂中的身体实践、规则体验、群体协作和文化解释,让学生在学习过程中真正理解传统体育的内在逻辑和价值意涵。其次,它应由项目传授功能转向健康促进功能。民族传统体育进入学校,不应再以“学会某项传统技能”为唯一目标,而应更多围绕学生身体活动参与、运动兴趣形成、体能发展和身心协调展开。只有当民族传统体育能够以规律、持续的方式进入学生的身体活动生活,才能真正与健康学校建设形成内在关联。再次,它应由短时活动功能转向常态教学功能。很多民族传统体育项目在学校中之所以没有产生稳定效应,就是因为它们更多出现在节点性活动中,而不是常态课堂中。功能重塑意味着项目必须被重新组织到体育课、课后服务、社团活动和校园文化活动的连续链条里,使学生能够在反复接触和逐步深入中形成真实经验。最后,它还应由符号认知功能转向身体认同功能。民族传统体育的价值不能只停留在学生“知道这是一种传统文化”这一认知层面,而应通过长期的身体参与,让学生在动作节奏、礼仪规范、合作体验和文化理解中逐步形成认同感。只有当民族传统体育真正成为身体经验,而不仅仅是知识印象时,其文化价值才会转化为教育价值。

5 民族传统体育教学的实施机制

民传教学的功能重塑必须落实为具体的教学实施机制。首先,应构建复合化教学目标体系。民族传统体育教学不应再只设置技术掌握目标,而应同时设置健康目标、文化目标和行为

目标。健康目标强调学生在课堂中的身体活动参与和基本体能促进,文化目标强调学生对项目背景、规则和价值意涵的理解,行为目标则强调规则意识、合作意识、礼仪表现和持续参与倾向。只有目标结构发生变化,民族传统体育教学才可能真正摆脱单一技能教学的局限。其次,应推进教学内容的分层转化。民族传统体育项目原本生成于民间生活、民族节庆或历史文化情境,直接搬入课堂往往并不适用,必须经过教学化处理。更合理的方式,是将内容分解为基础动作与身体控制、项目规则与合作练习、文化背景与礼仪认知、展示与创编应用等不同层级,根据不同学段和不同教学场景进行递进安排。再次,应优化课堂组织方式。民传教学不适宜长期停留在教师示范、学生模仿的单向模式中,而更应采用体验式、任务式和情境式教学设计。通过故事化导入、分组任务、小组展示、合作练习、节奏体验和简易竞赛等方式,可以让学生从被动接受转向主动参与,从而在课堂中同时获得身体体验和文化体验。与此同时,还应形成课内外一体化实施链条。体育课堂负责基础普及和规范教学,课后服务负责兴趣延展和重复练习,社团活动负责项目深化和文化体验,校园主题活动则负责氛围营造和成果呈现。只有在不同场景之间形成连续衔接,民族传统体育的教育影响才能从一次性活动延伸为日常经验。最后,应建立多元评

价机制。民传教学若仍以动作完成度为唯一标准,就会再次回到“项目传授”的旧逻辑。更合理的评价应覆盖参与态度、合作表现、规则意识、文化理解、持续参与意愿和一定程度的动作掌握,通过过程性评价与表现性评价相结合,才能体现民族传统体育教学的复合价值。

6 结论

健康学校建设背景下,民族传统体育教学所面临的关键任务,不是继续证明其文化价值,而是实现从文化资源到教学资源的系统转化。现实中,民族传统体育虽然已经不同程度进入学校,但仍普遍存在重展示、轻转化,重项目、轻课程,重活动、轻常态的错位。正因如此,民传教学必须完成从文化传承单一目标向健康促进、课程育人、行为养成和校园文化建构复合目标的功能重塑。其关键路径在于重构复合目标体系,推进教学内容分层转化,优化课堂组织方式,形成课内外一体化实施链条,并建立多元评价机制。归根结底,民族传统体育教育的真正价值,不在于让学生“看见传统”,而在于让学生通过课堂中的身体实践进入传统、理解传统并生成认同。只有当民族传统体育真正实现课程化、教学化和校本化,它才可能摆脱符号化存在,成为健康学校建设中的稳定教育资源。

参考文献:

- [1] 教育部.教育部关于全面推进健康学校建设的指导意见[EB/OL].2026-02-27.
- [2] 中共中央,国务院.教育强国建设规划纲要(2024—2035年)[EB/OL].2025-01-19.
- [3] 教育部,国家发展改革委,财政部,国家卫生健康委,市场监管总局.关于实施学生体质强健计划的意见[EB/OL].2025-11-19.
- [4] 民族传统体育融入学校教育的必要性与可行性[J].体育学刊,2012(1):86-89.
- [5] 张艳.民族传统体育融入我国高校公共体育的价值[J].教育科学,2020.
- [6] 普通高校体育课程中民族传统体育内容改革的现状调查研究[D].2006.
- [7] Stamenković A, Manić M, Roklič R, et al. Effects of Participating in Martial Arts in Children[J]. Children, 2022, 9(8): 1203.
- [8] World Health Organization. Promoting Physical Activity Through Schools: Policy Brief[EB/OL]. 2022.
- [9] Xue S, et al. Implementing martial arts education in Chinese schools[J]. Frontiers in Sports and Active Living, 2025.