

Exploration on the Development Path of Ethnic Traditional Sports under the “Double Reduction” Policy

Zhaohe Chen Xianqiong Ding

Yunnan Normal University School of Physical Education, Kunming, Yunnan, 650500, China

Abstract

The general office of the Central Committee of the Communist Party of China and the general office of the State Council of the people's Republic of China issued the *Opinions on Further Reducing the Homework Burden and After-school Training Burden of Students in the Stage of Compulsory Education* (hereinafter referred to as the *Opinions*). The introduction of this *Opinions* is undoubtedly of great significance to strengthen educational governance, promote educational reform, build high-quality educational sports and build a good educational ecology.^[1] National traditional sports is an excellent national traditional sports culture handed down by the Chinese people for physical exercise, physical and mental cultivation, festivals and entertainment in the long history, which fully reflects the cultural values and aesthetic ideas of all nationalities. Through the method of literature, this paper focuses on the development path of national traditional sports under the “double reduction” policy. The results show that under the “double reduction” policy, the development path of national traditional sports has three points: ① strengthen the exploration of developing national traditional sports and strengthen the publicity of national traditional sports; ② create the teaching contents and methods of national traditional sports, and improve the teaching methods and contents of national traditional sports; ③ integrated development inside and outside the school, and strengthen the construction of national traditional sports industry.

Keywords

“double reduction”; national traditional sports; development path

“双减”政策下民族传统体育的发展路径探索

陈朝和 丁先琼

云南师范大学体育学院, 中国·云南昆明 650500

摘要

中国共产党中央委员会办公厅、中华人民共和国国务院办公厅印发《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》(以下简称《意见》)。此《意见》的出台无疑对加强教育治理、推进教育改革、建设高质量教育体育、构建良好的教育生态具有重要的意义。^[1]民族传统体育是中国人民在漫长的历史中为锻炼身体、陶冶身心、节庆娱乐等等而流传下来的优秀民族传统体育文化,充分体现了各民族的文化价值、审美理念。论文通过文献资料法,着重研究“双减”政策下的民族传统体育的发展路径。结果表明:在“双减”政策下,民族传统体育发展路径有三点:①加强发展民族传统体育的探索,加大民族传统体育的宣传力度;②创设民族传统体育的教学内容和方法,完善民族传统体育教学方法和内容;③校内外一体化发展,加强民族传统体育产业的建设。

关键词

“双减”;民族传统体育;发展路径

1 民族传统体育现状

民族传统体育是中华民族发明和继承下来的体育活动的总称,传统体育也是中国少数民族生活、娱乐、社交的一种方式,继承了中华民族千百年来的优良传统,彰显了当地民族生活的风俗习惯,同时也构建了社会丰富多彩的生活方式。民族传统体育受到当地的气候条件、地理条件的制约,同时气候条件、地理条件也促进当地形成特有的民族传统体育项目。民族传统体育在当下主要通过政府、

学校、社会团体等传播发展。当今是互联网时代,人们的生活节奏都不断加快,人们的生活水平大幅度提高,但是有部分青少年在体能上并不达标,这就使青少年的发展受到了阻碍。所以,民族传统体育应该受到重点关注。在中国民族传统体育有着悠久的历史,再就是西方体育竞争中就已出现,它在当时承担着中国体育的形象,因此作为现代人,我们不能忘记民族传统体育在当时为我们带来的荣耀,所以我们应该要发展民族传统体育并向全世界传播民族传统体育^[2]。

阻挡民族传统体育继承发展的主要原因有以下几点:

①中国民族传统体育传播不广,宣传不到位。

【作者简介】陈朝和(1997-),男,中国湖北恩施人,在读硕士,从事少数民族传统体育文化研究。

②现代体育的冲击,民族传统体育只有在少数民族地区才能见到身影。

③现代人的工作、学习压力大等。

所以,中国的民族传统体育在继承和发展方面做得并不好,民族传统体育在创新发展中也失去了自身的特色,只有在少数民族传统体育运动会上能看见民族传统体育的身影。

2 “双减”政策给民族传统体育发展带来的机遇

在西方竞技体育的影响下,民族传统体育的发展与传承受到了严重的打击,有的民族传统体育甚至面临消亡与流失的危险,在这样的背景下对民族传统体育的保护就显得尤为重要。在2021年7月28日,教育部发布《教育部办公厅关于进一步明确义务教育阶段校外培训学科类和非学科类范围的通知》中明确给予孩子充沛的、可支配的时间,把时间适当分配给“非学科”教育,指出把周末两天不补习的时间,分配给体育类的学习。^[1]由于民族传统体育项目充满了娱乐性、锻炼性、趣味性等,非常符合孩子的心理选择。例如,“翘旱船”项目,不仅可以在运动比赛中体验到乐趣,也培养了孩子的团队合作精神,更加锻炼了孩子的身体素质。“双减”政策下给民族传统体育带来的机遇主要有三点:①孩子可自由支配的时间多了,有充足的时间参加体育锻炼。②政策性的指导孩子应多参加体育锻炼、学习体育。③越来越多的家长会主动与孩子一起参加体育锻炼。

3 “双减”政策下民族传统体育发展的新路径

3.1 加强民族传统体育的挖掘,加大民族传统体育的宣传力度

众所周知,中国文化博大精深,民族传统体育更是体现了“阴阳”“八卦”“天人合一”等思想,具有特别的意义。由于对体育认识不清楚,民族文化的相对封闭、西方文化的快速冲击,导致中国民族传统体育在继承上就出现了断裂,大部分人都知道跆拳道、篮球等西方体育项目,但是很少有人知道“竹马”“押加”“珍珠球”“陀螺”等的传统体育项目,甚至在中国西南地区某些民族传统体育项目更是面临濒危消亡的境地。因此,政府及其相关部门要加大对中国民族传统体育的挖掘,并进行创新发展,使其更符合现代人的生活 and 娱乐。在此基础上,通过网络、电视、新媒体等来宣传民族传统体育,吸引更多的人参与到民族传统体育的锻炼和继承中来。

3.2 完善民族传统体育比赛体系,吸引更多人报名和观赏比赛

为什么足球、篮球等等西方体育项目发展得那么好?主要原因就是经常举行各种大大小小的比赛,激发人们的参与度;并且在特定的场地上设有大量的观众席,让观众能够参与其中,为运动员加油助威中,就提高了人们的激情,并

且会参加其中锻炼。而中国民族传统体育不足之处包括以下几点:

①没有完善的比赛规则体系,并且参与人员也主要是学生。

②通常的比赛都是在体育馆中进行,观众几乎很少。

③社会注重度不高,人们参与度不高。

在这种情况下,由于“双减”政策的出台,民族传统体育应该完善自身的比赛体系,完善自身的特色。然后针对不同人群,开展丰富多彩的民族传统体育比赛项目。例如,青少年可参加“滚铁环”“抛绣球”等充满刺激挑战的项目,而中年人则可以选择“押加”“摔跤”等具有对抗性的项目;老年人可以选择“太极拳”“围棋”等具有修养身心的民族传统体育项目。在开展传统体育项目时,应先对本地区的传统体育项目进行筛选,对目标项目筛选时,应选择娱乐性、健身性、教育性较强的传统体育项目,要充分考虑开展该项目民族传统体育活动的目的。互联网技术的存在与进步给推广传承民族传统体育带来了新的方式,大数据的储存,近些年来3D、VR技术的进步可以将所有有记载和流传的民族传统体育进行汇编录入。通过大数据的收集、VR虚拟技术的体验,能够将民族传统体育项目带到每个地方,并实现空间跨越的真实感体验。在传承过程中,才能更好地体现民族传统体育方面的优势和实际效果。只有适应当地的传统体育项目才能够被当地学生更好地接受,才能使该传统体育项目的优势最大化保留,才能使该传统体育项目在传承过程中发挥最实际的效果。

3.3 校内外一体化发展,加强民族传统体育产业的建设

目前中国民族传统体育项目开展场所主要是在学校、少数民族居住地区等少数地区,针对群体也只是少部分人。我们会经常在大街小巷,甚至乡镇上都可以看见篮球、跆拳道等西方体育项目的培训机构,而几乎看不见武术、太极拳等等培训机构。所以,在“双减”政策下,民族传统体育要从校园“走出去”,走到社会上去,走到社区、走到培训机构里。学校仍然是民族传统体育发展的主要场所,要培养民族传统体育的“继承人”,建设多元的民族传统体育教育课程。现代体育已经形成了成熟完整的产业化链条,逐渐成为人民群众闲暇时间必不可少的生活乐趣,民族传统体育受到现代体育的剧烈冲击,普及推广难度加大,产业化水平难以提升,以逐渐成为小范围地域内的小众运动。^[2]要加强民族传统体育产业的建设,结合国家相关政策,开展“体育+旅游”“体育+文化强国”等具有交叉发展的策略。民族传统体育是群众体育工作的重要组成部分,在大力发展群众体育赛事的倡议下,学校在发掘与保护民族传统体育项目的同时,开展民族传统体育的教学活动有着不可推卸的责任与担当。学校体育教育大部分是大家所熟知的项目,如三大球、三小球、田径、游泳等,而这些体育项目无法在短期内让学

生学会,还需要比较好的场地、器材等,在开展过程中为防止学生出现受伤情况,很多时候体育老师只是向学生进行体育项目的简单介绍,做一些准备活动和基础动作。这样的教学活动无法激发学生的学习兴趣,也使体育课的乐趣不复存在。学校老师可以有组织的对民族传统体育相关资源进行挖掘、整理,结合当地民族特色,利用地方资源将其引入体育教学课堂上,可以适量减轻老师的教学任务提高学生的学习能力,还能有效地丰富学校的体育教学资源。

4 结语

伴随着“双减”政策的出台,民族传统体育也迎来了

顺风车,应把握住机会。少数民族体育项目应积极进行宣传,让更多的人知道、了解、参与到民族传统体育项目的运动中来。让越来越多的人继承和发展民族传统体育,让民族传统体育更好地融入人们的生活中,融入孩子的童年中,融入每个人心中。

参考文献

- [1] “双减”政策透露了哪些信号?[J].家庭文摘报,2021(28):6.
- [2] 吴秋来,刘飞舟,曾承志,等.高校民族传统体育教学现状与成因分析[J].文化创新比较研究,2019(10):178-179.
- [3] 郑淞.“双减”政策下学校体育发展的机遇与策略探析[J].越野世界,2021(6):2.