

新疆高校体育教学中民族体育文化的传承融合 ——以哈萨克族摔跤为例

张浩峰

新疆农业职业技术大学

DOI:10.12238/er.v8i6.6175

[摘要] 在多元文化蓬勃发展的当下，民族体育文化作为民族精神与传统的生动体现，其传承与发展愈发受到重视。哈萨克族摔跤，作为哈萨克族传统文化的瑰宝，在新疆这片土地上承载着深厚的历史底蕴与民族情感。然而，在高校体育教学体系中，哈萨克族摔跤的融合状况并不乐观。为解决这一问题，该研究聚焦于此，深入剖析了其在课程设置、教学实施、师资队伍及学生参与等方面的现状与问题，探寻有效融合的策略，旨在丰富高校体育教学内容，推动民族体育文化传承，促进校园多元文化繁荣。

[关键词] 哈萨克族摔跤；高校体育融合；文化传承；教学优化；学生参与
中图分类号：G64 **文献标识码：**A

The Inheritance and Integration of National Sports Culture in College Physical Education in Xinjiang –Taking Kazakh Wrestling as an Example

Haofeng Zhang

Xinjiang Agricultural Vocational University

Abstract: With the vigorous development of multiculturalism, national sports culture, as a vivid embodiment of national spirit and tradition, has been paid more and more attention to its inheritance and development. Kazakh wrestling, as a treasure of Kazakh traditional culture, carries profound historical background and national emotion on the land of Xinjiang. However, in the college physical education system, the integration of Kazakh wrestling is not optimistic. In order to solve this problem, this paper focuses on this, deeply analyzes its current situation and problems in curriculum setting, teaching implementation, teaching staff and student participation, and explores effective integration strategies, aiming at enriching the content of physical education in colleges and universities, promoting the inheritance of national sports culture, and promoting the prosperity of campus multiculturalism.

Keywords: Kazakh wrestling, college sports integration, cultural heritage, teaching optimization, student participation

1 引言

当今世界各国文化多样化是世界文化发展的总趋势，体育既是文化的一种表现，又是维护个人身心健康、强化团队合作精神、传承民族历史文化的重要力量^[1]。我国民族体育文化丰富多彩，每一种民族体育文化都代表着特有的民族文化与民族精神^[2]。哈萨克摔跤作为哈萨克族体育传统体育文化中最为独特的典型代表之一，具有独特的竞技方式和文化内涵，很好地反映了一个民族的生存状态和民族精神。新疆是一个民族众多的多民族聚居区，具有深厚的民族文化根基。新疆高校作为知识生产和创造中心以及知识教育传播的主战场，承担着繁荣和发展民族体育文化的责任与义务，但由于种种原因，哈萨克族摔跤目前在高校体育教学中有待发展和完善。分析哈萨克摔跤在新疆高校体育教学中的融入

和传承路径，对丰富新疆高校体育教学内容和高校教学质量，弘扬民族优秀传统文化具有重要意义。

2 哈萨克族摔跤的文化内涵与竞技特点

2.1 哈萨克族摔跤的历史渊源

哈萨克族摔跤具有悠久的历史，可以追溯到遥远的游牧时期，当时在草原上的哈萨克族人经常通过摔跤来表现男子气概，每当大型节日、庆典的时候，摔跤比赛成为了人们非常关注的活动，摔跤比赛是部落成员娱乐、交流的重要方式。后期在不断的发展中逐步形成了完整的规则以及形式，发展到早期的简单角斗，逐渐形成了具有技巧性以及礼仪性的传统体育活动。其发展历程如表1所示。

表 1 哈萨克族摔跤的发展历程

时间阶段	发展状况
远古时期	起源于游牧生活,作为力量与勇气展示活动
古代	在部落节日、庆典中广泛开展,规则初步形成
近现代	形式与规则进一步完善,传承至今

2.2 文化内涵

民族民间传统体育项目哈萨克族摔跤体现了民族精神和民族传统,是一种力量的象征,是一种英勇的表现,是哈萨克族男性刚毅性格和阳刚之美的一种体现,也是在游牧生活中勇敢面对困难、百折不挠的体现。每逢嫁娶、割礼等活动中都会有摔跤这项传统活动,摔跤成为维系族人、部落之间的一种集体团结,加深群众之间交流的活动,具有社交、文化传承的功用。在摔跤前模仿猛虎、公牛的行为及撒土的仪式表达对大自然的崇拜,展现哈萨克民族与自然相融相生的思想理念。其文化内涵关联,如表 2 所示。

表 2 哈萨克族摔跤的文化内涵关联

文化内涵维度	具体表现
精神象征	展现力量、勇气,凸显坚毅精神
社交价值	于重要仪式开展,促进人际交往
自然观念	赛前仪式体现对自然力量的尊崇

2.3 竞技特点

在摔跤技术上,摔跤技术动作多,摔法主要有抱腿、抱腰、绊腰、背腰和肩等,根据时机,利用身体各部位力量巧妙出击。哈萨克族摔跤力量上刚柔相济,不仅要依赖强大体魄,同时还需要对对手的破绽进行发现,并用巧劲。哈萨克族摔跤规则不同于普通的摔跤比赛,场地多以草原开阔地带,比赛时间自由,胜负主要根据表演水平与技巧进行判定。其竞技特点如表 3 所示。

表 3 哈萨克族摔跤的竞技特点

竞技特点维度	具体表现
技术动作	抱摔、绊摔、背摔等多样技巧
力量运用	力量与技巧结合,刚柔并济
比赛规则	场地为草原,时长灵活,依表现与技巧判胜负

3 哈萨克族摔跤在新疆高校体育教学融合中的现状与问题

3.1 课程设置方面

新疆高校的哈萨克族摔跤课程在设置方面的问题凸显。其一,选课率低,一方面原因是课程规划倾向传统热门体育项目,对学生兴趣调研不足,未能契合学生对特色项目的喜好;另一方面,高校未挖掘其与各专业的潜在联系,未将其纳入专业培养体系,学生难以从专业发展角度认识其价值^[3]。其二,课程资源开发滞后,相关教材稀缺陈旧,线上资源匮乏,因受众窄、经济动力不足,出版商不愿投入,且文化传承与现代教育衔接不畅,无法满足学生多样学习需求。其三,课程连贯性欠佳,课程设计缺系统性,教师对技能体系理解不深,致使教学内容重复多,且与校园体育活动联系不紧密,限制了该课程在校园的推广与发展。

3.2 教学实施方面

教学过程环节也存在较多问题。教学形式上,多为教师分解示范、学生跟做模仿,相较小组合作学习、情境教学等互动性强的方法,这种单一模式缺乏趣味性与互动性,难以激发学生兴趣,学生参与度低,长期学习积极性难维持,且动作技术教学因缺少直观示例与完整分解手段,增加了学习难度。教学设施方面,多数高校未设专门摔跤场,场地条件差,对民族传统体育项目重视与资金投入不足,护具及器材配备不全,增大了学生的受伤风险,影响了教学开展。教学评价方面则侧重技能考核,忽视了学生的主观努力、进步及对文化内涵的理解,不利于学生的全面发展与文化传承,难以准确评估学习效果。

3.3 师资队伍方面

师资力量较为薄弱,成为阻碍哈萨克族摔跤教学的重要因素。一方面,专业摔跤教师数量稀缺,现有体育教师多擅长现代体育项目,对哈萨克族摔跤技能与文化认知不足,教学时难以精准传递教学内容。另一方面,高校在师资引进与培养上存在问题,人才引进时对民族传统体育项目教师重视不足,招聘政策与激励机制不完善;且教师培养困难重重,专业培训资源匮乏,现有培训体系无法满足教师提升专业素养的需要。同时,教师在将哈萨克族摔跤文化传承与现代教学理念融合上挑战巨大,难以有机结合传统文化与现代教学方法,致使教学质量下滑,课程深度与广度受限,最终降低学生对该课程的学习兴趣。

3.4 学生参与方面

学生参与情况也不容乐观。项目开展宣传不够,大多数学生对哈萨克族摔跤运动的文化内涵、运动魅力不够熟悉,没有参与的热情;运动难易程度不合适,让部分学生进入门槛较高,担心练习会受伤,害怕运动;学校开展活动太少,

学生除了练习课之外，没什么机会锻炼摔跤，学习氛围不够浓；再加上学生参与后的回报不足，学习后感受到的成果和认可度相对较低，参与积极性不高，从而不利于此项目的普及推广。

4 哈萨克族摔跤在新疆高校体育教学融合的对策建议

4.1 优化课程设置

为促进哈萨克族摔跤在高校体育教学中的融合，需要丰富课程的结构设置。首先，是课程的升格，提高课程的课时，将其作为一门必修课来讲，或者是大幅度提高选修课的学分比例，这样一来可以增加学生了解该门课程的比例；其次，丰富内容，不只是动作的练习，还需要战术的讲解、文化历史介绍等课程内容，丰富课程内容，提高内容深度；第三，形成结构层次不同的课程，比如说可分为入门、进阶、高级课等课程，不同的课程设置，满足不同基础的学生；第四，加深与其他体育、课程和专业的联系，比如说，与体育教育专业相互结合起来进行教学，充分利用其他专业的课程^[4]。课程设置优化要点如表 4 所示。

表 4 课程优化要点

优化方向	具体内容
课程地位提升	纳入必修或增加选修学分
内容丰富	含动作、战术、文化等
体系构建	分初、中、高级课程
课程关联	与体育及专业课程结合

4.2 创新教学方法

方法创新旨在最大限度调动学生学习主动性，利用多媒体技术播放趣味性摔跤比赛视频、模仿动画示范动作要点，使学生得到直观的感受，教师同时应用小组合作学习形式，让学生分组练习，让学生互帮互助，让学生学会合作。适当引入情境教学，正确设计摔跤比赛场景，让学生可以在比赛中学会应用所学知识，教师也可以充分应用网络教学方式，线上作业、线上批改学生问题，将线上和线下的教学相结合。教学方法创新策略如表 5 所示。

表 5 教学方法创新策略

创新方法	实施方式
多媒体教学	播放视频、动画演示
小组合作学习	分组练习、互相纠错

情境教学	模拟比赛场景
线上线下融合	线上布置作业、答疑

4.3 加强师资队伍建设

强化师资队伍建设是促进教学发展的保障。一方面，积极引进专业的哈萨克族摔跤教师，尽快补充教师资源，有助于提高教师队伍的专一性。另一方面，对在职教师有计划地进行专项培训，聘请行业专家现场授课，也可以促进教师提高教学能力。同时也可以积极鼓励教师开展教学研究，编写特色的教材，研制好的课程资源。具体师资队伍建设措施如表 6 所示。

表 6 师资队伍建设措施

建设措施	具体操作
人才引进	引进专业教师
在职培训	专家授课培训
教学研究	编写教材、开发课程
交流机制	高校教师经验分享

4.4 提高学生参与度

增强学生的参与意识，可以从不同方面开展。充分扩大宣传力度，通过举办专题讲座、在校内展示等，综合立体化地为学生讲解哈萨克族摔跤所具备的独特魅力。科学、合理地调整课程的难易程度，根据学生的实际基础进行分层教学，保证每一个学生跟上课程进度，参与进学习中。进一步强化安全，提供优质的保护设备，努力改善场地，全方位地解除学生学习的后顾之忧。充分加强引导激励机制，在学习中发挥表现突出、成果优异的学生，主动激发学生的参与热情。提高学生参与度的策略如表 7 所示。

表 7 提高学生参与度的策略

提高策略	具体内容
宣传推广	文化讲座、校内展览
课程难度优化	分层教学
安全保障	配备防护用具、改善场地
奖励机制	表彰优秀、进步学生

5 结语

哈萨克族摔跤具有丰富的文化内涵和竞技价值，其与新疆地区高校体育课程教学融合存在课程、教学、师资以及学

生的参加度的不足，在进一步改进其课程内容、创新其教学模式、强化其师资力量、增强其参加度的基础上有望克服上述不利因素。将哈萨克族摔跤项目引入到高校体育课程中教学将有利于促进其教学的多元化以及民族体育文化的教学推广，并将利于新疆地区多元文化的教育促进。希望哈萨克族摔跤项目在未来能够在新疆地区高校中绽放出应有的光芒，为新疆地区的民族文化的丰富和完善，以及体育教学的发展做出更大的贡献。

[参考文献]

[1] 薛晨旭，柳庆. 高校体育教学与民族体育融合的困囿表征与纾解路径[C]//四川省体育科学学会,四川省学生体育艺术协会. 2024 第二届四川省体育科学大会论文报告会论

文集(1). 河北美术学院; 华中师范大学, 2024: 1749-1753.

[2] 吴颖冰. 山西民俗体育在高校的传承与发展路径研究[D]. 山西师范大学, 2023.

[3] 侯媛. 高校体育课程建设底层机制与优化路径研究[J]. 中国高校科技, 2024(1): 129.

[4] 王耀东, 张慧颖, 翟丰, 等. 体教融合视域下我国高校体育教学的价值导向、问题审视与路径选择[J]. 天津体育学院学报, 2023, 38(6): 676-682.

作者简介:

张浩峰(1992.08-), 男, 汉族, 新疆昌吉市人, 本科, 助教, 研究方向为体育教育