

中小学民族传统体育“仪式教育”的缺位困境与重构

李安琪 于冉 庞柯

西安翻译学院，陕西西安，710105；

摘要：中华民族传统体育是承载文化基因、铸牢中华民族共同体意识的重要载体。仪式教育以其具象化、情境化优势，能有效激活其文化内涵、强化学生认同。然而，当前中小学实践中普遍存在“重技能、轻文化”的倾向，导致仪式教育缺位，文化与形式严重割裂。本文基于相关理论，系统剖析其在认知、实践、环境与协同机制等方面的现实困境。研究提出“内容规范化、形式情境化、空间浸润化、协同立体化”的重构策略，通过完善礼仪课程、创设沉浸情境、营造文化校园、构建家校社协同生态，推动民族传统体育从“身体练习”向“文化认同”升华，为铸牢中华民族共同体意识提供具身化支撑，实现以体育人、以文化人的根本目标。

关键词：中华民族；传统体育；仪式教育

DOI：10.69979/3029-2735.26.03.020

引言

铸牢中华民族共同体意识是新时代国家民族工作与国民教育的核心任务。相关政策文件《关于全面深入开展民族团结进步创建工作铸牢中华民族共同体意识的意见》明确要求，应将中华优秀传统文化融入国民教育全过程。教育部《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》进一步强调，需系统梳理武术、射艺、龙舟等中华传统体育项目，深入挖掘其文化价值，使其成为增强学生文化认同的重要载体。民族传统体育作为中华文化的活态载体，不仅具有强身健体的功能，更蕴含着“尊师重道”“和合共生”等精神内核，是培育集体意识与文化认同的优质教育资源。

义务教育阶段是学生价值观形成与认知体系建构的关键期，其认知方式以具象化体验与身体实践为核心。仪式教育通过标准化流程、符号化呈现与情境化营造，能够构建沉浸式文化体验场域，引导学生在身体参与和情感共鸣中内化民族价值观念，是破解民族传统体育教学中“文化与形式割裂”难题、实现文化记忆传递与共同体身份认同的关键路径。然而，当前中小学实践存在“重技能训练、轻文化传承”的认知偏差，仪式教育功能缺位，表现为教学中礼仪流程与文化情境缺失、校园环境缺乏文化浸润、家校社协同机制薄弱，弱化了传统体育的文化传承与认同建构功能，制约了其在铸牢中华民族共同体意识中的作用。因此，系统剖析仪式教育的现实困境并探索重构策略，具有重要的理论价值与实践意义。本研究旨在回应这一需求，为推进中小学民族传

统体育育人功能的转向提供学理依据与实践参考。

1 仪式教育在民族传统体育中的认同建构功能

1.1 身体规范：仪式动作承载文化记忆的具身传递

仪式性身体实践是文化记忆代际传递的重要方式。中华民族传统体育中的武术抱拳礼、射艺揖礼、太极起势收势等动作，是中华文明“礼乐”传统的具象化表达。这些动作不仅是运动技能的一部分，更是文化价值的身体载体。依据保罗·康纳顿的“体化实践”理论，身体动作的反复操演能将抽象文化规范转化为肌肉记忆与行为习惯，实现文化的隐性传承。例如，学生在传统体育仪式中反复练习抱拳礼的“左手包右手”、射艺中的“正衣冠、明心志”等动作，能够在身体实践中潜移默化地理解尊重、谦和、道义、扬善抑恶等传统价值观念。

身体实践与认知建构紧密相关。仪式性动作有助于学生将抽象文化概念转化为具体身体体验，从而深化文化认同。以武术教学为例，“课前抱拳致敬、课后拱手致谢”的仪式流程，不仅规范课堂秩序，更通过身体动作传递“尊师重道”的内涵，使学生在日常实践中内化这一观念。这种具身化传递方式，契合义务教育阶段学生以具象思维为主的认知特征，比单纯理论讲解更具实效性。

1.2 情感联结：集体仪式凝聚群体归属感

涂尔干指出，集体仪式通过营造“集体欢腾”强化成员的情感联结与身份认同。民族传统体育中的集体武术展演、龙舟竞渡等活动，为学生提供了共同参与和协

同合作的情感体验空间。在仪式中,学生通过同步的身体动作、共同的目标与情感表达,形成强烈的群体归属感。例如,集体武术演练中统一的服饰与流程,让个体感受到与群体的紧密联系;龙舟竞渡则通过默契配合激发集体荣誉感。

这种基于共同体验的情感联结具有持久性。正如研究所指,仪式通过情感共鸣与具身实践,能强化学生与中华民族共同体的情感联结。学生在仪式中获得的群体温暖、合作快乐等积极体验,能转化为对集体乃至民族的深厚归属感,为铸牢中华民族共同体意识提供坚实的情感支撑。

1.3 记忆传递: 仪式符号承载历史与文化叙事

民族传统体育仪式中的服饰、器械、音乐等元素,是承载历史文化信息的“记忆之场”。如太极服、弓箭、龙舟彩绘等,均为传递文化叙事的重要符号;仪式的音乐与流程能再现特定历史场景,使抽象的文化记忆变得可感可及。

安东尼·史密斯指出,民族认同的维系有赖于仪式与象征所传递的历史意义。在中小学传统体育仪式教育中,通过阐释仪式符号的文化内涵,有助于学生理解各民族交往交融的历史脉络。例如,在体育文化节展示不同民族项目的器械与服饰,并讲解其起源,能使学生直观感受中华文化的多元一体;在武术教学中介绍抱拳礼的演变,则让学生体会礼仪文化的传承。这种通过仪式符号传递的文化记忆,能够帮助学生构建完整的中华民族历史叙事,从而深化对中华民族共同体的理解与认同。

2 中小学民族传统体育“仪式教育”缺位的现实表现

2.1 认知偏差: 传统体育被简化为工具性活动

当前中小学对民族传统体育的认知存在偏差,管理者与教师常将其仅视为强身健体或竞技的工具,忽视其文化传承与价值培育功能,导致仪式教育被边缘化。教学中普遍存在“重技能、轻文化”的倾向,如武术只教动作不讲解抱拳礼内涵,跳绳、毽子等仅强调速度与数量而忽略其民俗象征意义。这种工具化的教学方式剥离了传统体育的文化灵魂,使学生难以通过实践理解其深层内涵,仪式教育的认同建构功能无从实现。

2.2 实践割裂: 教学过程中仪式与情境缺失

在具体教学中,仪式教育存在明显的实践割裂,主要表现为礼仪流程缺失、文化情境不足和形式创新异化。礼仪流程缺失尤为突出,如课堂缺少课前课后致敬环节,武术不教抱拳礼,射艺省略揖礼,导致学生难以形成庄重感与敬畏感。同时,教学中缺乏对文化背景的讲解与情境营造,学生只机械模仿动作,不了解项目的历史与文化内涵。此外,部分学校为求新颖对传统体育进行过度改编,如将武术与流行音乐结合过度娱乐化,削弱了其文化严肃性与教育意义。

2.3 环境缺位: 校园文化氛围对传统体育的忽视

校园环境普遍缺乏对民族传统体育文化的关注与呈现。一方面,体育场地设施趋于标准化、现代化,缺少与传统体育相关的文化展陈与图文展示;另一方面,校园文化活动如体育节、文化节等,传统体育项目常被边缘化,缺乏专门的仪式化展演环节,宣传平台也极少传播相关文化知识。这种文化语境的缺失,使学生难以在日常生活中接触和感知传统体育的文化魅力,仪式教育缺乏持续开展的空间支撑。

2.4 协同不足: 家校社育人机制尚未形成

仪式教育在协同育人方面存在明显机制缺失。学校内部,德育与体育部门工作脱节,体育教师与文化课教师缺乏合作,仪式教育未被纳入整体育人规划。家庭层面,家长多关注学业成绩与竞技技能,对传统体育的文化价值认知不足,对仪式活动支持有限甚至持反对态度。社会层面,学校与社区、非遗机构、文化场馆的合作薄弱,专业文化资源进校园机制不畅,非遗传承人等外部力量参与不足,学生校外实践渠道有限。多方协同不足导致仪式教育难以形成持续合力,制约其教育目标的实现。

3 中小学民族传统体育“仪式教育”的重构策略

3.1 内容优化: 完善传统体育礼仪课程体系

(1) 明确礼仪教学内容

结合不同传统体育项目的文化特征,系统梳理礼仪规范,将其纳入课程标准。武术课程应明确抱拳礼、器械礼等礼仪的动作规范与文化寓意,规定课前致敬、课后致谢、同学间相互行礼等流程;射艺课程应融入揖礼、取箭礼、献箭礼等仪式环节,讲解其“敬天爱人”的文化内涵;太极课程应强调起势收势的礼仪规范,传递“谦

和内敛”的精神价值。同时,编写配套的礼仪教学指南,明确教学目标、教学方法与评价标准,确保礼仪教学的系统性与规范性。

(2) 强化文化内涵讲解

将传统体育的历史背景、文化寓意、精神价值纳入教学内容,实现“技能教学”与“文化教学”有机结合。体育教师在教学中应结合动作教学,讲解项目的起源与发展、相关的历史典故与民俗文化;邀请历史教师、语文教师跨学科协作,开展传统体育文化专题讲解,如讲解与武术相关的诗词、与龙舟相关的历史故事。通过多学科融合,帮助学生构建完整的文化认知体系,理解传统体育背后的精神内核。

(2) 纳入教学评价体系

建立“技能+礼仪+文化”的三维评价体系,将仪式礼仪的掌握情况、文化内涵的理解程度纳入学生体育成绩评价。例如,在武术课程评价中,不仅考核动作规范性,还考核抱拳礼的标准度、对礼仪文化的讲解能力;在传统体育活动评价中,将学生的仪式参与态度、文化表达能力作为重要评价指标。通过评价导向,引导学生重视仪式教育,主动参与礼仪实践与文化学习。

3.2 场域重构: 构建“情境-空间”一体的沉浸式仪式教育环境

针对当前仪式教育中形式与空间割裂的问题,应构建动态情境与静态空间深度融合、实体场域与虚拟媒介相互赋能的沉浸式教育环境,将仪式教育从单一教学环节拓展为覆盖课程、活动与校园生活的文化浸润体系,使学生在具身参与和多维感知中内化文化认同。

(1) 流程标准化与活动主题化

需开发标准化的课程仪式流程,如在武术、射艺等课程中固化“正衣冠—明宗旨—习礼仪—践精神”的课前仪式,强化文化阐释与身体规范。同时,应定期举办“传统体育文化节”等主题活动,设计涵盖文化展示、历史演绎、集体竞赛与精神表彰的完整流程,鼓励学生穿着传统服饰、参与器械制作,并邀请非遗传承人现场指导,使活动升华为情感充沛、具有深层教育意义的文化体验。

(2) 空间景观化与场地专属化

校园物理空间是仪式记忆的重要载体。一方面,应对体育场馆、走廊、操场等公共区域进行景观化改造,设立项目陈列区展示武术兵器、龙舟模型等实物并辅以

图文解说,绘制主题壁画或设置文化长廊,使学生在日常环境中自然接触传统文化。另一方面,有条件的学校可建设“武术礼艺场”、“射艺礼射园”等专属场地,融入传统纹样与礼制格局,配置礼仪台、文化墙等设施,以庄严、专业的物理场域持续传递文化敬畏与传统信息。

(3) 媒介融合化与宣传常态化

仪式教育需融合传统媒介与现代技术,实现实体体验与数字沉浸的深度结合。除利用广播、宣传栏、公众号等常规渠道持续传播知识外,应在仪式活动中有机融入多媒体技术,如在文化节展示环节同步播放历史纪录片,在课堂教学中运用VR技术复原“古代乡射礼”等场景,将抽象历史文化转化为可交互的具象情境,从而增强仪式的情感召唤力与认知启发性,构建线上线下联动、虚实相生的文化传播生态。

3.3 协同育人: 构建家校社联动机制

(1) 强化学校内部协同

建立德育部门与体育部门的协同机制,将传统体育仪式教育纳入学校德育工作规划,共同制定教育方案;推动体育教师与文化课教师的跨学科合作,如历史教师与体育教师共同开发传统体育文化课程,语文教师指导学生撰写传统体育相关的作文、诗词,艺术教师指导学生设计传统体育文化作品。同时,加强教师培训,提升体育教师的文化素养与仪式教育设计能力,通过专题讲座、教学研讨等方式,帮助教师掌握礼仪教学方法与文化讲解技巧。

(2) 深化家校合作

通过家长会、家长学校、亲子活动等形式,向家长宣传传统体育仪式教育的重要意义,提升家长的认知水平与支持度;开展“亲子传统体育体验活动”,如亲子武术礼仪实践、家庭传统体育游戏竞赛等,让家长参与其中,感受传统体育的文化魅力;建立家校沟通平台,及时反馈学生在传统体育仪式教育中的表现,争取家长的配合与支持,形成家校共育合力。

(3) 拓展社会资源

加强与社区、非遗传承机构、文化场馆、体育协会等外部单位的合作,构建开放的育人生态。邀请非遗传承人、传统体育专家进校园,开展专题讲座、技能培训、仪式展演等活动;组织学生走进文化场馆、传统体育基地,参观学习传统体育文化,参与专业的仪式体验活动;与社区合作开展传统体育进社区活动,让学生在社区实

践中巩固仪式教育成果。通过整合社会资源,为传统体育仪式教育提供专业支持与广阔平台。

参考文献

- [1] 中共中央办公厅国务院办公厅《关于全面深入持久开展民族团结进步创建工作铸牢中华民族共同体意识的意见》[Z].2019-10-24.
- [2] 教育部.关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见[Z].2020-10-15.
- [3] (美) 保罗·康纳顿.社会如何记忆[M].纳日碧力戈,译.上海:上海人民出版社,2000.
- [4] 刘显,林东梅.以传统体育仪式铸牢中华民族共同体意识:逻辑理路与教育路径[J].广州体育学院学报,2025,45(1):53-61.
- [5] (法) 爱弥尔·涂尔干.宗教生活的基本形式[M].渠东,汲喆,译.上海:上海人民出版社,2006.
- [6] 李洋.仪式教育助推铸牢中华民族共同体意识的机制、困境与路径研究--以义务教育阶段为例[D].呼和浩特:内蒙古大学,2025.
- [7] (英) 安东尼·史密斯.民族认同[M].王娟,译.南京:译林出版社,2018.
- [8] 黄子鸣,张嘉信.民族传统体育融入中小学体育课堂教学的创新机制研究[J].教学与管理,2023(24):92

-95.

- [9] 魏礼壮,刘会平.教育强国建设背景下民族传统体育案例资源库创建:重要意义、现实挑战、应对策略[J].体育文化导刊,2024(03):89-95.
- [10] 陈志凌.民族传统体育铸牢中华民族共同体意识的逻辑关联、价值意蕴与实践路径[J].民族教育研究,2024(02):45-52.
- [11] 白洋,张晓林,张雪婷,丁湘,杨玉茹.新时代中小学武术课程思政建设路径研究——基于《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》的实践探索[J].武术研究,2023(06):108-111.
- [12] 费孝通.中华民族多元一体格局[M].北京:中央民族大学出版社,1999.

作者简介:李安琪(2005.012-),女,汉族,河南安阳,本科,西安翻译学院,研究方向:文化旅游。

于冉(2005.05-),女,汉族,河南安阳,本科,西安翻译学院,研究方向:文化旅游。

庞柯(2004.12-),女,汉族,四川南充,本科,西安翻译学院,研究方向:文化旅游。

2025年省级大学生创新训练计划项目“甲骨文体操赋能中学生民族认同路径研究”研究成果(编号:S202512714035)