

# 少数民族传统体育项目融入幼儿园体育课的实践分析

陆洁

广西巴马瑶族自治县第一幼儿园

**摘要：**本文聚焦于少数民族传统体育项目融入幼儿园体育课的实践分析，探讨其可行性与有效实施路径，对丰富幼儿园体育教育内容、促进幼儿全面发展，以及传承和弘扬少数民族优秀传统文化具有重要意义，为少数民族传统体育项目在幼儿园教育中的应用提供了理论和实践参考。

**关键词：**少数民族传统体育项目；幼儿园体育课；实践分析

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2025.08.244

## 引言

在当代幼儿教育蓬勃发展的进程中，教育内容与形式的探索成为重要趋势，幼儿阶段作为个体身心发展的关键时期，科学且丰富的教育供给对其成长具有深远影响。少数民族传统体育项目，作为中华民族优秀传统文化的瑰宝，蕴含着深厚的历史底蕴、独特的民族智慧以及多元的教育价值，为幼儿教育提供了丰富且独特的资源。

## 一、瑶族传统体育项目传递出的民族传统体育文化丰富内涵探析

（一）反映了瑶族人民及瑶族地区的生活方式和工作环境

在广西众多瑶族村寨，广泛流传着各类与“龙”相关的传说，舞龙灯这一传统体育项目深受村民喜爱，舞龙灯绝非单纯的娱乐形式，而是蕴含着极为丰富的文化意涵，生动展现出瑶族人民对自然抱有的敬畏与崇拜之情，从中能清晰窥探到他们在农耕生活里的勤劳身影。舞龙灯成为了瑶族人民与土地、自然界以及社群互动交流的重要途径，淋漓尽致地体现出他们对与自然和谐共生状态的不懈追求，在瑶族地区的文化传承与发展进程中占据着举足轻重的地位。

（二）体现了特定的价值观和道德观念

瑶族传统体育项目蕴含着深厚的文化底蕴，其中团队合作、友谊以及荣誉等核心价值贯穿始终。以比赛场景为例，瑶族人民在参与传统体育赛事时，始终将友谊与公平奉为重要准则，在竞赛过程中着重强调团结协作的力量，全力追求荣誉。这些丰富的价值观与道德观念借助瑶族传统体育项目，在瑶族社会中持续传递、不断弘扬，在瑶族传统体育活动的一次次开展过程中，这些价值观念如同无形的纽带，紧密连接着一代又一代的瑶族人民，成为维系瑶族文化传承、推动瑶族社会发展的

强大精神动力。

（三）能够促进身体健康和精神愉悦

瑶族传统体育项目在瑶族社会生活中占据重要地位，其中涵盖的传统文化元素、举行的仪式及开展的各类活动，成为促进社会交往的关键因素，在这些项目中，人们交流互动，分享经验与情感，推动社会交往的深化，为社会和谐发展提供动力。在村寨等集体环境中，瑶族传统体育项目具有凝聚集体力量的功能，集体参与体育活动时，成员间协作互助、彼此鼓励，使得集体凝聚力与向心力得到强化，集体成员关系更为紧密、和谐。从个人参与视角来看，参与瑶族传统体育项目过程中，个体身体各部位充分活动，大脑在应对运动状况时积极思考，个人身体能力得以充分发挥，在此期间个体能够收获运动带来的乐趣与满足感，这种身心协同互动，对个人身体健康有益，同时带来精神层面的愉悦感受，瑶族传统体育项目从社会交往促进、集体力量凝聚以及个人身心滋养等多个维度，展现出独特且持久的价值，持续影响瑶族人民生活。

## 二、少数民族传统体育项目融入幼儿园教学活动的现状

（一）教师对少数民族传统体育缺乏全面系统的认识

部分教师虽然意识到少数民族传统体育项目融入幼儿教育的重要性，但对其缺乏全面系统的认识，主要体现在以下三个方面：（1）缺乏整体了解，有的教师对少数民族传统体育项目的起源、规则、文化背景及教育价值了解不够，甚至不清楚哪些项目适合幼儿园教学，更不知如何有效地将其融入日常教学活动；（2）知识面较为局限，少数民族传统体育项目丰富多样，但部分教师仅了解较为常见的项目，对其他项目缺乏认知，也未接受过相关培训。（3）在教学实践中，部分教师对少

数民族传统体育项目的关注仅停留在“应付教学计划”的层面，而非主动探索如何将其有机融入幼儿的体育课程和日常游戏中，以提高幼儿的运动兴趣与身体素质。

### （二）缺乏具有少数民族传统体育元素的环境创设

环境作为幼儿学习的重要资源，能对其认知发展和运动兴趣产生潜移默化的影响，然而，当前部分幼儿园在少数民族传统体育项目的环境创设方面存在以下不足：（1）内容选择不均衡，幼儿园的体育环境创设虽较为丰富，但多侧重于现代体育器械和装饰性设计，忽视了少数民族传统体育项目的展示和实践功能；（2）形式过于单一，有的幼儿园仅在墙壁上悬挂少数民族体育项目的图片或文字介绍，而没有提供实践体验区，幼儿只能“看”而无法真正参与，如仅展示打陀螺的器具但未设置陀螺练习区；（3）环境创设缺乏创新性：多数幼儿园未能充分利用少数民族传统体育元素进行创新，如瑶族竹竿舞可以设置互动体验区，但现实中这类创设较少，幼儿缺乏实践机会；（4）空间利用率低，一些幼儿园注重室内和操场的体育环境布置，但忽视了走廊、门窗等空间的利用，例如在走廊设置少数民族体育互动区，让幼儿在日常活动中潜移默化地感受这些体育项目。

### （三）少数民族传统体育项目融入教学活动的设计有待优化

在幼儿园教学实践中，教师在利用少数民族传统体育资源时，虽然考虑到了幼儿的身体发展特点和兴趣，也注重了安全性和可操作性，但仍存在一定的问题：（1）教学目标不够明确，一些教师对少数民族传统体育项目的教育价值认识不清，活动目标设定模糊，未能充分发挥这些项目对幼儿身体协调性、团队合作能力及文化认同感的促进作用；（2）教学内容与形式较单一，许多教学活动较依赖教材，通常以“节日”或“主题日”为依托，如仅在少数民族传统节日时安排相应的体育项目，而在日常教学中较少涉及，部分教师只关注游戏表面的趣味性，而忽视了其背后的民族文化价值，如竹竿舞不仅是节奏协调练习，也承载着民族团结的寓意；（3）缺乏主题生成的深度，在设计教学活动时，部分教师仅将少数民族传统体育项目作为简单的运动技能练习，而未能结合其民族特色和精神内涵，例如瑶舞，描摹上山落岭、过溪越谷、伐木运木、斗龙伏虎等劳动或斗争场面，粗犷雄劲，形象生动，具有强烈的民族色彩。

## 三、少数民族传统体育项目进入幼儿园的可行性分析

### （一）提升教师专业素养，加强知识储备

少数民族传统体育项目于幼儿园教学中的融入状况，与教师专业素养存在千丝万缕的联系，目前亟需解决教师在少数民族传统体育项目领域认知不足、教学能力欠佳的问题。幼儿园应积极推动教师参与系统的相关知识研习，把定期开展少数民族传统体育主题培训作为关键手段，在培训进程里，引领教师深入挖掘这些体育项目所承载的民族文化底蕴、蕴含的价值观念核心以及潜藏的实践智慧，让教师在循序渐进中增强主动学习的意愿，逐步提升运用少数民族传统体育资源开展教学活动的本领。教师自身必须树立传承与弘扬少数民族传统体育文化的坚定意识，可借助多样的途径扩充知识储备，比如广泛涉猎与少数民族传统体育相关的书籍，在阅读中汲取理论养分；认真观摩优质教学案例，从中借鉴成功经验；积极投身实践体验活动，亲身体验少数民族传统体育的独特魅力，进而全方位提升自身教学设计能力。考虑到少数民族传统体育项目融入幼儿园教学需重点聚焦幼儿的实际参与，而非仅停留于静态展示或理论讲解，幼儿园可邀请少数民族传统体育的传承人或专业教练走进校园，为教师开展专项培训，助力教师实践操作能力的提升，同时，组织教师实地观摩少数民族传统体育项目的开展现场，亲身参与项目体验，使教师在实践中积累经验，深化对项目的认知，教师在经过知识学习、案例观摩、实践体验以及专项培训等一系列环节后，能更扎实地掌握少数民族传统体育项目的精髓，为后续将这些项目巧妙且有效地融入日常教学奠定坚实基础。

### （二）创设特色教育环境，发挥环境育人功能

环境是幼儿园教学活动的重要组成部分，合理的环境创设能够激发幼儿的兴趣，促进其自主探索与学习，将少数民族传统体育项目融入幼儿园教学，教师应充分利用环境资源，打造兼具教育性、互动性和趣味性的特色环境，为幼儿提供实践和体验的机会。

以瑶族传统体育项目中的抛花苞融入幼儿园环境创设为例，瑶族的花包用红、黄、蓝、白四色布拼缝而成，内装六谷或玉米。男女各为一方，每人都握两个花苞，距离约一丈，左手接来右手抛去，男女对掷，往复循环，一时满场彩花飞舞。每年元宵期间，幼儿园开启一场民族文化之旅，整个园区处处洋溢着浓厚的节日氛围，幼儿们兴奋地化身成抛花苞的小运动员，在老师的引导下，中班孩子是两人双手交替接，投远，大班是两人双手交替接，投远及躲闪，或借助其他工具创新玩法逐渐形成

默契配合，随着时间的推移，至元宵节之夜，这场抛花苞活动达到了高潮，幼儿园里张灯结彩，抛花苞队伍在五彩灯光的映照下，显得格外壮观，将整个节日的欢乐氛围推向了顶点。

### （三）科学设计教学活动，促进幼儿实践探索

#### 1. 挖掘适合幼儿学习的少数民族传统体育项目

少数民族传统体育项目具有丰富的文化内涵和运动价值，幼儿园在体育教学活动中应结合幼儿身心发展特点，科学筛选适宜的体育项目。在选择过程中，应注重项目的安全性，避免高风险、高强度的运动内容，确保幼儿在活动中获得积极的运动体验，同时教师应对体育项目进行合理调整，让体育活动更符合幼儿的运动能力和认知水平，让幼儿能顺利参与并在实践中获得成长。

#### 2. 以游戏的形式开展教学活动

游戏是幼儿园教育的重要组成部分，在开展少数民族传统体育项目教学时，应充分利用游戏化教学策略，让幼儿在轻松愉快的氛围中感受体育的魅力，教师需要合理设计游戏规则，引导幼儿在互动过程中掌握运动技能，培养团队合作意识，提高身体协调性和灵活性，结合幼儿的兴趣特点，创新教学模式，使体育活动既具备趣味性，又能促进幼儿的运动能力发展。

以幼儿园开展瑶族传统体育项目“打陀螺”为例，教学活动设计充分考虑幼儿的年龄特点与兴趣偏好，选用的陀螺均由坚硬木质打造而成，陀螺顶部处理得极为平滑，整体呈矮脚状，脚尖部位精心钉上铁钉，当陀螺高速旋转时，色彩斑斓光影交织，瞬间便能吸引幼儿的目光。在游戏规则设计上，教师将打陀螺的玩法进行优化调整，比如近距离比赛环节，先安排一名幼儿轻轻旋转一只陀螺，随后另一队的幼儿站在距离约4m左右的指定位置，同样将自己的陀螺旋转起来，并尝试去打击先放置的陀螺，成功击中且自身陀螺仍保持旋转状态的幼儿即为获胜者，而远距离打法方面，教师与幼儿们共同协商确定距离，设定为5m或者10m。游戏开始，一队幼儿在提前划好的圆圈内将所有陀螺依次放转，另一队幼儿则在规定距离之外，逐个用自己旋转的陀螺旋打圈内的陀螺，以击打数量多且陀螺旋转时间长的一方为胜方，之后进入第二轮，由上一轮的负方负责旋转陀螺，胜方进行打击，如此循环往复，游戏时间可根据幼儿的参与热情与实际体力状况灵活把控，在整个游戏过程中，教师需充分发挥引导作用，合理设计游戏规则，密切关注

幼儿在互动中的表现，巧妙引导幼儿逐步掌握打陀螺的运动技能，在团队协作环节，幼儿们相互交流、彼此配合，在无形之中培养起团队合作意识，同时幼儿在尝试击打陀螺、控制陀螺旋转方向与力度的过程中，身体协调性和灵活性也得到了有效锻炼。

#### 3. 开设家长培训课程，搭建家园共育桥梁

家庭教育在幼儿体育发展中具有重要作用，幼儿园应积极构建家园合作机制，增强家长对少数民族传统体育项目的了解，采用线上线下结合的方式为家长提供体育项目的相关知识，引导家长在家庭环境中配合幼儿进行体育活动，同时幼儿园应定期组织家长参与体育教学活动，加强家园联动，形成协同育人的良好氛围，使少数民族传统体育项目的教学效果得到更大程度的提升。

### 结语

综上所述，将少数民族传统体育项目融入幼儿园体育课，不仅有助于丰富幼儿园体育教育的内容与形式，促进幼儿在身体、情感、认知和社会交往等多方面的发展，更是传承和弘扬少数民族优秀传统文化、增强幼儿文化认同感与民族自豪感的重要举措。未来，希望更多的幼儿园能够重视并积极探索少数民族传统体育项目在幼儿教育中的应用，不断完善教学实践，加强师资队伍建设，优化环境创设，深化家园合作，让少数民族传统体育项目在幼儿园这片教育沃土上生根发芽、茁壮成长，为幼儿的成长与发展注入独特而持久的文化力量，同时也为少数民族传统文化的传承与发展开辟新的路径。

### 参考文献

- [1] 丁丽. 论少数民族地区幼儿园民间游戏的开发与利用[J]. 2021.
- [2] 朱惠丽. 少数民族地区幼儿园区域游戏教学探究[J]. 中华志愿者, 2021(11).
- [3] 刘萍芳. 西双版纳傣族民间游戏在幼儿园户外体育游戏中的运用[J]. 文理导航: 教育研究与实践, 2018(7).

作者简介：陆洁，(1988.2)，女，壮族，广西巴马人，本科，中小学系列一级教师，研究方向：学前教育。

基金项目：本文系广西河池市教育科学“十四五”规划2024年度课题名称：《少数民族传统体育游戏融入幼儿园社会领域实践研究——以巴马为例》(编号2024B158)课题的阶段性研究成果。