

新时代民族地区特色 体育校本课程开发的实证研究 ——以卡蒲毛南族“斗地牯牛”为例^①

冯发金

黔南民族师范学院 体育学院, 贵州 都匀 558000

摘要: 采用文献资料法、实验法、对比分析法、问卷调查法和数理统计等方法阐释了卡蒲毛南族“斗地牯牛”在新时代民族地区特色体育校本课程开发中的缘由和价值, 论证了其开发的可行性和必要性, 分析了“斗地牯牛”对学生身体形态、身体素质、心理健康和社会适应等各项指标的影响, 结果发现: “斗地牯牛”训练可以提高学生耐力以及柔韧、力量、灵敏、协调、平衡能力, 还能够提高学生的心理健康水平和社会适应能力, 对改善中学生的体质健康有一定作用, 适合在中学开展. 建议民族地区特色体育校本课程开发, 要以培养学生核心素养为中心, 确保课程内容的丰富性、独特性和科学性. 将毛南族“斗地牯牛”纳入校本课程开发, 对抢救、保护和传承卡蒲毛南族“斗地牯牛”这一民族传统体育文化, 推动其进校园, 实现它与学校教育共生具有积极的作用.

关键词: 斗地牯牛; 校本课程; 开发; 民族地区; 新时代

中图分类号: G807

文献标志码: A

文章编号: 1000-5471(2018)10-0179-06

学校体育是教育中无法割舍的一部分, 学校体育中的特色校本课程应该紧紧围绕人民日益增长的美好生活需要这一奋斗目标, 挖掘民族体育文化资源, 开发特色体育校本课程,

社会的发展对民族传统体育的保护传承和学校教育的现代化赋予了新使命, 提出了新要求和新任务. 2017 年 1 月 25 日中共中央办公厅、国务院办公厅颁发了《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》, 该《意见》提出要遵循学生认知规律和教育教学规律, 按照一体化、分学段、有序推进的原则, 把中华优秀传统文化全方位融入艺术、体育、教育等; 丰富拓展校园文化, 推进传统体育进校园; 发展传统体育, 抢救濒危传统体育项目^[2]. 为特色体育校本课程的开发奠定了理论基础.

2018 年 1 月教育部发布《普通高中课程方案和语文等学科课程标准(2017 年版)》, 标准明确提出: 各学科要进一步强化中华优秀传统文化教育, 改进和完善课程内容、增加有关传统文化教育内容, 着力发展学生核心素养, 增强学生文化自信, 坚守中华文化立场^[3]. 近年来, 国家、地方、学校三级课程改革得到了有效结合, 民族地区特色体育校本课程基于资源优势、地域条件和校史文化, 充分彰显了民族特色并努力适应学生发展. 然而一些民族地区一味追求校本课程开发的数量, 导致开发模式单一, 出现重知识、重技术而轻育人的倾向, “考什么”、“测什么”就出现“教什么”、“练什么”的做法及现象, 严重影响了课程品质. 因此, 为遵循教育规律, 贴近学生的生活实际, 从教材编写、教学和考试等各个环节认真落实课程改革, 本研究对毛南族“斗地牯牛”进行了实证研究.

① 收稿日期: 2018-01-18

基金项目: 贵州省教育厅人文社科项目(2017zc147).

作者简介: 冯发金(1981-), 男, 副教授, 博士, 硕士研究生导师, 主要从事少数民族传统体育研究.

1 对象的选取及研究方法

1.1 对象的选取

1.1.1 卡蒲毛南族“斗地牯牛”

贵州省毛南族主要聚居于黔南州的平塘、惠水、独山 3 个县的 6 个乡镇)、46 个行政村。卡蒲毛南族乡是全国唯一的一个毛南族乡,直属贵州省平塘县,现有毛南族居民 14 000 多人^[4]。卡蒲毛南族民风民俗浓郁而纯朴,文化底蕴浓郁、独特,传统体育活动如“猴鼓舞”、“斗地牯牛”、“迎新节”、“挂门歌”等丰富多彩,极具挖掘潜力和文化传播价值。“斗地牯牛”是毛南族传承下来的一种自娱自乐的一种体育活动,是毛南族居民最喜爱的体育活动之一,每年插秧后闲暇之余,卡蒲毛南族乡都会举行村与村、寨与寨之间“斗地牯牛”活动。此项活动不仅体现出毛南族人不断进取、顽强拼搏的精神,同时又展示出其强健的体魄。

1.1.2 卡蒲毛南族“斗地牯牛”的本土性价值

文化本土性是指寓于“地方文化”之中的创造性和差异性,具有其独特的、传统的展演形式和魅力^[5]。卡蒲毛南族“斗地牯牛”与毛南族居民的生产、生活息息相关,是男女青少年交流、强身健体、展现自己魅力的重要载体,是吸引国内外游客的重要文化资源,更是卡蒲乡民族体育产业发展的重要基石。“斗地牯牛”这项体育活动不仅仅是民族传统体育项目,同时具有民族认同感和凝聚力。

1.1.3 卡蒲毛南族“斗地牯牛”的“校本”价值

卡蒲毛南族“斗地牯牛”具有独特的文化内涵和展演形式,此项运动具有全民性,是一项老少皆宜的运动项目。“斗地牯牛”来源于人们的生活,与人们生活习性相关,每个动作的熟练程度都要求参与者具备一定的身体素质,从而辅助运动技能的实现。此项活动的开展有利于疏通经脉、锻炼筋骨、调节气息,从而提高学生的身体素质。此项运动的开展,有利于激发学生积极向上之心,培养其吃苦耐劳的精神以及诚信精神。

1.2 方法选取

1.2.1 文献资料法

利用万方、维普和知网等数字资源库,查阅有关毛南族传统体育的相关文献资料 17 篇、专著 4 部,为本研究奠定理论基础。

1.2.2 实验法

随机抽取都匀一中高中一、二年级学生共 60 名,其中高一男、女生各 15 名,高二男、女生各 15 名。实验对象于 2017 年 9 月—2018 年 1 月期间,利用每周体育课或课外体育活动参加“斗地牯牛”运动至少 3 次,每次 40 min 以上,心率控制在 130~150 次/min 之间,共计 18 周。对照组的训练周期及运动强度与实验组一致,训练内容按照体育课的教学内容正常开展。分别在实验前和实验后采集数据 2 次,前测主要是保证实验对象之间无显著性差异,并为比较分析提供依据,后测主要是为实验组与对照组提供数据比较。

1.2.3 对比分析法

18 周“斗地牯牛”锻炼后,分析比较对照组与实验组在身体形态、身体素质、心肺功能、心理健康水平与社会适应能力等方面的指标,观察其差异程度,为评价提供依据。

1.2.4 问卷调查法

采用王极盛教授编制的中学生心理健康量表(MSSMHS)^[6]和美国精神缺陷学会(AAMR)所设计的《适应行为量表》(ABS)^[7]这 2 份量表,将其相关指标综合为一份问卷,其指标的具体内容包括强迫症、偏执、敌对、人际关系敏感、学习压力、适应不良、情绪不平衡、心理不平衡 8 个因子,反映学生的心理健康和社会适应能力。另外,对 60 名实验对象进行调查,实验组和对照组数据用均值+标准差表示,差异性分别用 0.01, 0.05 表示。

1.2.5 数理统计法

应用 SPSS20.0 对实验组和对照组的数据进行 T 检验,结果用 T 值及 p 值表示。

2 结果与分析

2.1 毛南族乡“斗地牯牛”的形式与内容

“斗地牯牛”是毛南族民族文化遗产的必然产物，在一定程度上反映毛南族居民的精神和生活面貌，是毛南族最喜爱的体育活动之一，其目的主要是强身健体和促进交流等^[7]（表 1）。

表 1 卡蒲毛南族“斗地牯牛”的内容与形式

时间	地点	比赛形式	裁判员	比赛规则
农闲日子 (5 月中旬)	晒场上	人对人 村对村 寨对寨	有名望的寨老	头和肩互“顶” 或“抵”出线为输

2.2 “斗地牯牛”课程开发的可行性和必要性

由图 1 可知，卡蒲毛南族“斗地牯牛”不受场地大小限制，只要有一块空旷的土地即可，不需要任何辅助教具，参与人数不限，技术简单易学；同时，“斗地牯牛”在卡蒲毛南族民族乡群众基础好，大人小孩均热衷该项活动，参与度极高，比赛竞争激烈，文化特质明显。在民族地区作为校本课程开发可以有效缓解场地器材不足造成的课程实施困境，解决由于体育课程内容单调、枯燥乏味引起的学生的体育兴趣不高问题，可以充实和丰富课程教学内容，培养学生核心素养、增强少数民族学生对本民族文化的认同感，树立文化自信。



图 1 “斗地牯牛”比赛

2.3 课程的设计与实施

基于标准的体育课程设计^[8]，课程紧紧围绕运动参与、运动技术、身体健康、心理健康和社会适应 4 个目标，在“斗地牯牛”活动中，激发学生的体育兴趣，提高参与率；掌握“斗地牯牛”的基本技术技能，增强学生的体质，提高心理健康和社会适应能力，培养学生的想象力、创造力、合作精神和文化自信等核心素养。重点是利用“斗地牯牛”增强体质，难点是利用“斗地牯牛”培养学生核心素养。课程实施分为准备、基本和结束 3 个部分。准备部分 5 min，主要模仿“水牛”活动的基本动作与打斗动作，让学生充分热身，做好运动所需的准备工作；基本部分 30 min，主要由教师阐释“斗地牯牛”文化，展示图片，让学生探索和掌握“斗地牯牛”的技术，师生共同开展“斗地牯牛”活动，如分组顶撞、跨越障碍、分组竞速等；结束部分 5 min，主要是播放毛南族的传统音乐“挂门哥”，学生跟着音乐节奏做放松运动等。

2.4 课程效果评价

2.4.1 评价指标的选取

依据《学生体质健康标准》，选择 BMI、力量、速度、耐力、柔韧、灵敏、协调、平衡和心肺功能来测评学生身体素质和运动能力。同时，根据研究的需要选用信度和效度均达到 0.95 以上的指标，如“背力”反映力量，“50 米跑”反映速度，“800 米、1 000 米跑”反映耐力，“坐位体前屈”反映柔韧性，“往返跑(10m×4)”反映灵敏性，“投实心球”反映协调性，“闭目单足立”反映平衡性，“肺活量”反映心肺功能。

选用王极盛教授编制中学生心理健康量表(MSSMHS)^[6]和美国精神缺陷学会(AAMR)所设计的《适应行为量表》(ABS)^[7]反映学生的心理健康指标，指标主要包括强迫症、偏执、强迫症、偏执、敌对、人际关系敏感、学习压力、适应不良、情绪不平衡、心理不平衡 10 项内容。心理健康和社会适应的评分标准依次分为无(2~2.99)、轻度(3~3.99)、偏重(4~4.99)、严重(5 分及以上)4 个等级。

2.4.2 评价结果

1) 实验组和对照组在实验前后的体质评价

由表 2 可知，实验组和对照组在 BMI、力量、耐力、坐位体前屈、灵敏、协调、平衡等体质指标方面差异具有统计学意义，实验组的成绩提升明显高于对照组。其中，实验组的背力、1 000 m 跑、坐位体前、往

返跑、投实心球、闭目单足立实验前后的差异具有统计学意义, p 值分别是 0.05,0.05,0.05,0.05,0.05,0.01,而 BMI、50 米跑、肺活量在实验前后虽然出现了变化但是差异不具有统计学意义;此外,对照组的各项指标在实验前后也出现了变化,但是差异不具有统计学意义. 总体上看,实验组在实验前后的成绩提高略高于对照,说明“斗地牯牛”训练可以提高男生的力量、耐力、柔韧、灵敏、协调和平衡等.

表 2 实验组和对照组在实验前后的男生体质对比分析(N=30)

测试指标	实验组				对照组			
	实验前	实验后	T	p	实验前	实验后	T	p
BMI	17.42±0.30	17.89±0.40	7.06	>0.05	17.48±0.30	17.63±0.20	0.75	>0.05
背力/kg	102.0±17.21	105.1±15.3	1.40	<0.05	102.32±17.20	102.40±17.57	0.24	>0.05
50 米跑/s	7.20±0.50	7.10±0.50	0.47	>0.05	7.21±0.50	7.17±0.70	0.92	>0.05
1 000 米跑/s	264.12±11.00	258.0±13.5	8.91	<0.01	264.30±11.0	262.00±13.00	0.69	>0.05
坐位体前屈/cm	4.98±2.20	6.00±2.20	3.30	<0.01	4.95±2.30	5.00±2.10	0.49	>0.05
往返跑 10 m×4/s	11.25±0.46	9.6±0.30	5.50	<0.01	11.20±0.45	11.00±0.50	0.40	>0.05
投实心球/m	5.32±2.20	7.25±2.00	2.20	<0.05	5.35±2.00	5.40±2.30	0.02	>0.05
闭目单足立/s	77.90±10.00	87.0±15.00	4.14	<0.01	77.50±10.00	78.2±12.00	0.07	>0.05
肺活量/mL	4 080.00±285.0	4 358±146.0	1.90	>0.05	4 085±290.0	4 150.0±300.0	0.22	>0.05

与此同时,实验组和对照组女生体质指标在实验前后也出现了积极变化,并且实验组的成绩提高水平要略高于对照组. 实验组的背力、800 m 坐位体前、往返跑、投实心球实验前后的差异具有统计学意义,其中闭目单足立差异显著,BMI、50 m 跑和肺活量 3 项指标差异无统计学意义;而对照组在实验前后的成绩虽有提高但差异不具有统计学意义(表 3).

表 3 实验组和对照组在实验前后的女生体质对比分析(N=30)

测试指标	实验组				对照组			
	实验前	实验后	T	p	实验前	实验后	T	p
BMI	17.00±0.15	17.16±0.50	0.25	>0.05	17.10±0.10	17.13±0.10	0.30	>0.05
背力/kg	63.00±13.50	64.30±12.00	1.11	<0.05	63.0±13.45	63.1±13.52	0.10	>0.05
50 米跑/s	9.50±0.50	9.32±0.80	0.23	>0.05	9.52±0.85	9.38±1.00	0.08	>0.05
800 米跑/s	265.00±11.50	254.00±14.0	1.17	<0.05	265.0±11.60	265.0±12.0	0.00	>0.05
坐位体前屈/cm	6.50±1.50	8.60±3.90	1.53	<0.05	6.45±2.00	6.50±2.00	0.03	>0.05
往返跑 10 m×4/s	12.2±0.65	11.20±0.20	2.10	<0.05	12.1±0.75	12.0±0.70	0.14	>0.05
投实心球/m	4.25±2.00	5.10±2.50	1.85	<0.05	4.25±2.10	4.36±2.10	0.08	>0.05
闭目单足立/s	72.5±12.00	81.00±12.00	2.35	<0.01	72.5±11.00	73.0±12.00	0.08	>0.05
肺活量/mL	2 800.0±295.0	2 980.00±350.00	0.51	>0.05	2 800.0±290.0	2 850.0±300.0	0.12	>0.05

2)实验后实验组与对照组的体质评价

由表 4 可知,实验对象在经过 18 周的“斗地牯牛”锻炼后,其 BMI、力量、速度、耐力、柔韧、灵敏、协调、平衡和心肺功能 9 项体质指标均出现积极的变化,男生 9 项体质指标的 p 值依次是 0.05,0.05,0.05,0.01,0.01,0.01,0.05,0.01,0.05,实验组与对照组的 BMI、速度和肺活量差异无统计学意义,耐力、柔韧、平衡和灵敏力量和协调差异具有统计学意义;此外,女生的 9 项体质指标的 p 值依次是 0.05,0.05,0.05,0.05,0.05,0.05,0.05,0.01,0.05,实验组与对照组的 BMI、速度和肺活量差异无统计学意义,耐力、柔韧、力量、灵敏和协调平衡差异具有统计学意义. 同时本研究还发现,实验组男女生的 9 项体质指标的变化具有一致性,主要影响集中在耐力、柔韧、力量、灵敏、协调和平衡这 6 项指标,可能是因为“斗地牯牛”是一项对抗性体能运动,对参与者的腹肌、背肌、灵敏和协调要求较高. 总体上说,学生通过“斗地牯牛”的训练提高了耐力、柔韧、力量、灵敏、协调和平衡能力,对改善中学生的体质健康有一定的作用,与毛南族其他体育项目一样具有健身价值^[10],适合在中学推广.

表 4 实验组完成 18 周“斗地牯牛”后与对照组的体质指标对比分析(N=60)

测试指标	男(N=30)				女(N=30)			
	实验组	对照组	T	p	实验组	对照组	T	p
BMI	17.89±0.40	17.63±0.20	1.30	>0.05	17.16±0.50	17.13±0.10	0.25	>0.05
背力/kg	105.1±15.3	102.40±17.57	1.40	<0.05	64.30±12.00	63.1±13.52	1.15	<0.05
50 米跑/s	7.10±0.50	7.17±0.70	0.47	>0.05	9.32±0.80	9.38±1.00	0.21	>0.05
1 000 米跑/800 米跑/s	258.0±13.5	262.00±13.00	8.90	<0.01	264.00±14.0	265.0±12.0	1.17	<0.05
坐位体前屈/cm	6.00±2.20	5.00±2.10	3.30	<0.01	8.60±3.90	6.50±2.00	1.50	<0.05
往返跑 10 m×4/s	9.6±0.30	11.00±0.50	5.45	<0.01	11.20±0.20	12.1±0.70	2.41	<0.05
投实心球/m	7.25±2.00	5.40±2.30	2.10	<0.05	5.10±2.50	4.36±2.10	1.90	<0.05
闭目单足立/s	87.0±15.00	78.2±12.00	4.38	<0.01	81.00±12.00	73.0±12.00	3.55	<0.01
肺活量/mL	4 358±146.0	4 150.0±300.0	1.43	>0.05	2 980.00±350.0	2 850.0±300.0	0.50	>0.05

3) 心理健康和社会适应能力评价

由表 5 可知,经过 18 周的“斗地牯牛”锻炼,实验组相对于对照组在强迫症、偏执、敌对、人际关系敏感、学习压力、适应不良、情绪不平衡、心理不平衡等 8 项指标方面均呈现积极变化,其中,男女生 8 项指标的 p 值其依次都是 0.05,0.05,0.05,0.05,0.05,0.05,0.05,0.05,对照组和实验组之间差异具有统计学意义,但性别之间差异不具有统计学意义.说明“斗地牯牛”的训练能够培养学生的心理健康水平和社会适应能力,这也是毛南族体育的独特的文化内涵和文化价值^[11].

表 5 对照组和实验组完成 18 周“斗地牯牛”后的心理和社会适应指标对比分析

测试指标	男(N=30)				女(N=30)			
	对照组	实验组	T	p	对照组	实验组	T	p
强迫症	3.5±0.1	2.3±0.3	21.50	<0.05	4.2±1.1	3.1±0.5	24.82	<0.05
偏执	4.5±1.2	3.3±1.0	23.16	<0.05	4.8±0.6	3.9±0.3	31.89	<0.05
敌对	3.4±0.4	2.6±0.5	32.50	<0.05	3.0±0.2	2.1±0.1	23.00	<0.05
人际关系敏感	4.6±0.3	3.0±0.1	17.25	<0.05	5.1±1.5	3.0±0.7	13.39	<0.05
学习压力	5.5±0.5	2.5±0.4	16.00	<0.05	5.8±0.6	2.4±0.6	14.17	<0.05
适应不良	4.3±0.6	2.7±0.2	29.37	<0.05	5.3±0.3	2.8±0.1	19.24	<0.05
情绪不平衡	4.8±0.8	3.8±0.1	48.60	<0.05	4.9±1.1	4.0±0.2	54.33	<0.05
心理不平衡	5.1±1.1	2.8±0.7	14.05	<0.05	3.8±0.8	2.7±0.4	51.36	<0.05

3 结论及建议

3.1 结 论

卡蒲毛南族“斗地牯牛”是一项独具特色的体能类对抗性较强的传统民族体育项目,采用该方式训练中学生可以提高其耐力、柔韧、力量、灵敏、协调和平衡能力,对改善中学生的体质健康有一定的作用;学生参与“斗地牯牛”训练能够提高心理健康水平和社会适应能力;“斗地牯牛”训练在改善学生身体形态、提高速度素质和身体机能方面的影响不显著,但总体上看,“斗地牯牛”适合在中学推广.卡蒲毛南族“斗地牯牛”作为特色体育校本课程开发,能够丰富和拓展校园文化,满足学生的体育需求,既是对毛南族民族传统体育的传承和保护,又可以推进“斗地牯牛”传统体育进校园,引领学校体育改革和有效促进民族地区体育教育教学转型,对传承传统体育、抢救濒危传统体育项目,建设体育强国,弘扬民族精神,具有现实价值.

3.2 建 议

民族地区特色体育校本课程开发必须围绕“知识线”、“教学线”、“素养线”、“民族线”、“评价线”,把立德树人作为教学根本任务,把素质教育落实到特色校本课程之中,确保课程内容的丰富性、独特性和科学性,引导学生形成正确的人生观和价值观.后续教学中尚需不断总结校本课程开发中的经验与不足,切实加强特色校本课程的开发或编写、教学实施和考试评价,并将其贯穿于学校教育的各个阶段.

参考文献:

- [1] 岳经纶. 新时代社会主要矛盾的转化呼唤社会政策体系的创新发展 [J]. 中国公共政策评论, 2017(13): 1—6.
- [2] 中共中央办公厅、国务院办公厅. 关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见 [EB/OL]. (2017—01—25) [2017—12—01]. http://www.gov.cn/zhengce/2017-01/25/content_5163472.htm.
- [3] 教育部. 教育部印发普通高中课程方案和课程标准(2017 年版) [EB/OL]. (2018—01—16)[2018—01—16]. http://www.edu.cn/edu/jiao_yu_bu/xin_wen_dong_tai/201801/t20180116_1580854.shtml.
- [4] 邹洪涛, 杨正举. 贵州毛南族 [M]. 贵阳: 贵州民族出版社, 2011: 12—13.
- [5] 冯发金. 黔南地区特色体育校本课程开发研究——以布依拳为例 [J]. 西南师范大学学报(自然科学版), 2014, 39(6): 176—181.
- [6] 王极盛, 李 焰, 赫尔实. 中国中学生心理健康量表的编制及其标准化 [J]. 社会心理科学, 1997(4): 15—20.
- [7] 孙庆祝, 郝文亭, 洪 峰, 等. 体育测量与评价 [M]. 2 版. 北京: 高等教育出版社, 2010: 230—241.
- [8] 朱国权. 云南毛南族传统体育文化 [M]. 成都: 四川大学出版社, 2007: 4—16.
- [9] 朱伟强. 基于标准的体育课程设计 [M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2010: 1—5.

An Empirical Study on School-Based Special Sports Curriculum Development in Minority Areas

——Take Bull-Like Fight among Maonan People in Kapu as an Example

FENG Fa-jin

Department of Physical Education, Qiannan Normal University for Nationalities, Duyun, Guizhou 558000, China

Abstract: By means of literature review, experiment, comparative analysis, questionnaire and statistics, etc., this study firstly proves the reason, value, feasibility and necessity of developing bull-like fight among Maonan people as a school-based special sports curriculum, and then analyzes the effect of bull-like fight to students' BMI, physical, psychological health and social adaptation and so on. The results demonstrate that this special sport can improve the students' physical strength, stamina, swiftness, coordination, and balance. It can also develop mental health level and social adaptability, and play a role in improving the physical health of middle school students. It is fit to carry out in middle schools. The conduct of developing Maonan people's bull-like fight as a school-base course could accelerate the process of rescuing, protecting, inheriting, and inter-growing it with school education. Meanwhile, we suggest that the school-based special sports curriculum development in minority areas should center on improving the core quality of the students, assure the richness, peculiarity and scientificity of this course.

Key words: bull-like fight; school-based curriculum; development; minority areas; new era

责任编辑 胡 杨