

# 民族民间体育项目引入高校体育教学的思考

徐金明

(吉首大学体育学院)

**摘要** 本文就如何根据各个地区的特色,在现有的条件下结合高校的实际,开发出适合的民族体育项目。通过在高校体育课程增加民族传统体育项目,丰富高校体育教学内容,促进学生终身体育观念的形成,这是一个值得研究和思考的问题。

**关键词** 民族体育项目 高校体育教学 思考

民族传统体育有着深厚的文化积淀,目前已发掘出上千个民族传统体育项目,其数量丰富多彩。但由于种种原因,导致各少数民族传统体育未能融入到高校的体育教学中。在高校体育教学中,应根据不同地区的具体实际,科学地选择适合本地区开展的民族体育项目,这样不但能使他们在学习过程中得到民族文化传统、民族风俗礼仪和民族伦理道德教育,对促进大学生的身心健康具有特殊的意义和良好的教育作用。

## 1 民族传统体育的功能

(1) 传递文化功能。民族传统体育进入高校体育教学中,能保证民族传统体育文化的传承发展,促进相关的人才培养和相关科学研究的开展,打破高校体育教学中以现代体育项目为主的局面,为丰富学校体育教学内容,提高素质教育、培养终身体育思想提供新思路,同时高校体育也会成为民族传统体育走向社会的中介。

(2) 强身健体功能。在少数民族节日庆典期间,民族体育项目是其节日民俗的主要内容之一。实质上是比赛力量、机智和坚强,只有那些体力上、智力上的强者才能获得嘉奖,同学们在运动过程中不但是对对手身体进行锻炼,更是对意志品质的考验。因此,它对强身健体,培养学生勇敢拼搏精神起着积极的作用<sup>[1]</sup>。

(3) 丰富课余生活功能。民族体育项目本身蕴含着丰富的竞技性、游戏性、艺术性使其赋有娱乐功能。人们在闲暇时光进行体育运动,可以尽情地展现自己的形体美、运动美、健康美,以此满足心理和身体上的需求。因为民族传统体育项目受环境、场地、器材因素较小,便于开展,可以丰富学生的课余文化生活,让学生有更多选择。

(4) 提高学生综合素质。面对社会上的各种严峻的就业压力,学生需要提高自身综合素质,为了达到这个目标,学校应开展民族体育项目,民族传统体育项目所具的创造性,能培养学生的思考问题、处理问题的能力,使之具有创造能力、适应能力、思考能力的复合型人才,快速适应社会的变化发展打下良好基础。

## 2 高校体育对民族体育项目的影响

(1) 大学是发展民族传统体育项目的重要途径。高校是民族传统体育传承、发展走向规范化、科学化、普及化的重要途径。民族传统体育融入学校体育教学,并对其进行改造、创新,使之朝着科学化、规范化、社会化方向发展,把民族传统体育文化的精髓融入到高校体育活动中,为促进高校体育教学作出贡献。随着时代的发展,高校体育的教学内容、手段和方法都将发生相应的变化,体育教学方法从单一向多元化转变。根据本地实际改造民族体育项目,来实现高校体育教学的任务,突出健康性、娱乐性和生活性项目,使学生主动参加体育学习和锻炼。

(2) 大学是传播民族传统体育文化的场所。民族传统体育不仅具有现代体育所具有的竞争性、健身性及娱乐性,还具有丰富的民族文化内涵,还能加强学生对中国传统民族文化的认同,起到文化传承和加强民族凝聚力的作用。民族传统体育进入高校体育是传统文化与现代体育教学内容有机的结合,优化了体育教学,对中国传统体育项目的传承起到了不可忽视的作用。提高了学生的学习兴趣,并收到了良好的教学效果,民族地区应大力发展民族传统体育,应根据实际情况,按照体育教育和教学规律,突出基本知识和民族特色,加强高校大学生综合能力的培养。

## 3 民族传统体育融入学校体育的必要性

(1) 民族传统体育对素质教育的推动作用。高校体育作为高等教育的重要组成部分,在实施素质教育中具有其他学科不可替代的作

用。民族传统体育项目对学生的思想道德、人文素质和身心健康的培养,具有深远的现实意义,是提高素质不可缺少的重要组成部分,体现了博大精深的东方文明,造就了中华民族热爱和平、吃苦耐劳和团结互助的优良道德品质,处处表现出我们这个民族的和谐进步,其本身就是优秀的思想道德教材<sup>[2]</sup>。同时,民族传统体育对文化传承和加强民族凝聚力起着巨大的推动作用。

(2) 民族传统体育与终身体育的相辅相成。学校体育是终身体育的基础,而民族传统体育项目众多、内容广泛,规则简单,便于操作、受场地器械条件较小,易于推广和普及,能适合不同性格、不同体质学生的需求。学生可根据自己的兴趣、爱好以及运动方式,选择自己喜爱的运动项目进行锻炼,达到终身受益的目的。学校体育要宣传推广民族传统体育项目,培养学生终身体育意识,使学生找到适合自己的终身锻炼的项目,使他们无论从事何种岗位,无论从事何种工作,直至退休都能进行不间断进行身体锻炼,从而实现学校体育与终身体育的统一。

(3) 民族传统体育能丰富学校体育教学内容。学校体育教学沿袭竞技运动为主的传统,那些规则严密、技术要求高的竞技运动项目贯穿于学校体育教学中,使体育教学严肃有余,活泼不足。学生感到枯燥无味,出现了喜欢体育,但不喜欢上体育课的现象。而民族传统体育具有趣味性能够给学校体育带来勃勃生机,还可以让学生体验不同运动方式带来的参与乐趣。因而,在学校体育教学过程中,继承民族风俗特有的体育文化,取其适宜于身心发育,积极健康的运动内容,进行有计划的尽享课程安排,逐步的融进整个学校体育教育中。这样能够丰富体育教学内容,打破以竞技体育项目为主的局面。

## 4 民族体育项目进入高校体育教学的对策

(1) 民族体育项目的改进创新。学校体育教学内容的选择必须与学生的生理、心理特点相符合。而高校体育教学内容的选择在结合学生实际的同时,还应结合学校的实际<sup>[3]</sup>。只有在教学实践中采取合理的编排,才能促使学生积极、主动地参与体育学习。体育教师在教学中要紧扣前沿运动的脉搏,把握年轻人对时尚的崇尚心理,对民族体育项目进行创新,在学校教学条件允许的情况下不断改进民族项目,才能有助于提高学生对其的兴趣。

(2) 教学内容体现地方特色。民族地区广泛的民族体育项目,为教师选择教学内容提供了大量素材。体育教师应注重对民族项目的研究,让教学内容体现地区特色。通过对民族传统体育资源进行开发,挖掘乡土教材,注重所选教材的特点,特别是对本民族民间的传统体育资源的开发与利用,注意所选素材的教材化处理,并合理安排所选各类教学内容的时数与比重。同时让学生参与到课程编排中来,为学生提供自主学习空间,摆脱过去那种让学生被动接受体育教材的局面,形成独具地方特色的课程内容。

(3) 室内课教学是获取民族体育知识的途径。室内课是学生获取体育科学知识的重要途径,虽然学生在室外课练习时,教师也不断讲解一些体育基础理论、基本知识,但一些知识离开室内课教学是不可能实现的,我们切不可将室内课理论教学放在无足轻重的地位。室内理论教学对学生从事体育健身,具有长远效应<sup>[4]</sup>。人们从事某项运动总是与目的息息相关,无目的的行为只能是短期行为,是不可长久的。在室内进行体育理论知识的传授,可使学生对民族体育项目的理论有更加系统的了解,对学生终身体育观念的形成具有重要影响。

(4) 根据男、女生对项目喜爱程度安排课程。男女大学生对各少数民族传统体育项目的喜欢程度有差别,男生前5位的分别是抢花炮、板鞋竞技、摔跤、陀螺、民族武术;女生前5位的分(转53页)

# 丰顺县青蒿种植气象要素与青蒿素含量的研究

曾祥标 张小石 刘宝升

(广东省丰顺县气象局)

**摘要** 青蒿素 (artemisinin) 是抗疟特效药, 从青蒿的分布、种质资源, 以及气候因子、土壤条件、人工栽培措施、采集时间、采集方式等方面对影响青蒿素产量的因素研究进行综述。结果和结论: 温度和日照时数对青蒿素含量的影响最大, 温度和日照时数越大青蒿素含量越小, 其次降雨量越大青蒿素含量越小, 湿度影响较小, 风速对青蒿素含量的影响不明显。此外, 苗期和花期的气候因子对青蒿素含量的影响最大, 其中花期时, 日照时相对较短、温度相对较低、降雨量较小的区域内青蒿中青蒿素含量较高。

**关键词** 青蒿素 气象要素 青蒿种植

## 1 材料

本试验分别于2007年2月-10月在广东省丰顺县青蒿中心良种繁育与试验基地进行, 供试材料系本中心研究选育的青蒿品系(用不同的英文大写字母表示)。样品为不同时期从收获试验小区所得产品中抽取。所有样品经除杂后过24目药筛, 塑料自封袋密封备用。青蒿素含量检测仪器与试剂 TU-1901型紫外可见双光束分光光度计(北京通用仪器设备公司), HN-1006型超声波机(广州华南超声设备厂), R205型旋转蒸发器(上海申生科技有限公司), 分析纯乙醇和石油醚(天津市大茂化学试剂厂)。

## 2 方法

分别于2007年2月9日(A)和3月8日(B)播种, A组4月20日定植, 分11个试验小区; B组5月4日定植, 分9个试验小区。小区面积70m<sup>2</sup>, 定植株行距50cm×70cm, 各小区收获后当日开始晒干。分别在分枝期、营养生长盛期、孕蕾初期、现蕾期和花期进行收获(表1), 测定产量及青蒿素含量, 青蒿素含量的测定方法为紫外分光光度法。利用青蒿素含量与气候因子的相关和回归分析, 得出青蒿素含量与气候因子之间的关系。

## 3 结果与分析

不同时期青蒿叶产量与青蒿素含量结果见表1。从表1可以看出, 青蒿干叶最高产量出现在营养生长盛期, 产量在这之前呈递增趋势, 在这之后呈递减趋势; 特别是8月底进入现蕾期以后, 青蒿叶片(尤其是嫩叶)萎缩变小, 营养物质转移, 青蒿干叶产量锐减(比营养生长盛期平均低32.7%), 直到花期降到最低点(比营养生长盛期平均低43.6%)。其中2007年8月12日收获的2个小区产量相对较低, 原因是受持续阴雨、高温潮湿天气影响, 不得已淋雨采收, 部分叶片腐烂而导致干物质受损。

青蒿素含量最高点出现在孕蕾初期, 进入现蕾期、花期以后, 青蒿素含量呈不断降低的趋势。盛花期(10月1日)青蒿素含量比孕蕾初期(8月20日)低22.6%, 原因可能是产品中有部分花(蕾), 同株青蒿植株上干花(蕾)中青蒿素含量比干叶低48.2%。分枝初期(6月20日-30日)青蒿素平均含量也比孕蕾初期低23.3%。营养生长盛期到现蕾期青蒿素含量比较不稳定, 原因可能与收获天气有关, 因为天

气情况影响到干燥方法。

生长时期	收获日期	A			B		
		亩产量	含量 $\bar{x}$ (n=3)	RSD	亩产量	含量 $\bar{x}$ (n=3)	RSD
分枝期	6月20日	111.0	0.470	2.1	—	—	—
	6月30日	113.5	0.507	2.2	—	—	—
	7月10日	131.0	0.557	1.6	107.6	0.560	2.8
营养生长盛期	7月20日	143.7	0.600	0	136.9	0.530	3.7
	8月1日	161.3	0.523	2.5	145.8	0.557	3.6
	8月12日	118.1	0.523	2.8	107.7	0.537	3.6
孕蕾初期	8月20日	117.2	0.637	2.0	123.1	0.633	2.8
	8月31日	94.2	0.603	2.8	101.0	0.540	2.5
	9月10日	80.9	0.570	3.4	88.9	0.570	3.0
现蕾期	9月20日	78.3	0.517	3.1	89.4	0.577	3.4
	10月1日	61.7	0.493	1.1	76.2	0.490	3.5

表1 不同时期收获青蒿干叶产量与青蒿素含量结果 (kg, %)

(1) 日照时数对青蒿素含量的影响。由于区域内温度与日照时数显著正相关, 随着日照时数的增加, 地面和大气的温度均随之升高<sup>[3]</sup>。本实验中发现青蒿素的含量与6、8和9月份的日照时数显著负相关, 说明日照时间较长影响青蒿素的合成和积累。是否由于温度和日照的共同影响, 使丰顺日照时数较小、温度相对较低区域内的青蒿中青蒿素含量较高, 还有待于进一步研究。

(2) 降雨量对青蒿素含量的影响。本实验中发现青蒿素含量与采样地2、3、8月份的降雨量和3、4月份的相对湿度显著负相关(P=0.0101)。由于青蒿处于苗期(2、3、4月份)和花期(8月份)时青蒿植株生长缓慢, 植物对水的需求量较小。可知苗期和花期降雨量小, 有利于青蒿中青蒿素的合成和积累。

## 4 讨论与结论

本实验通过对青蒿素含量与气象因子之间的关系研究发现, 温度、湿度、降雨量和日照时数及其交互作用对青蒿素的含量有一定影响, 温度和日照时数对青蒿素含量的影响最大, 温度和日照时数越大青蒿素含量越小, 其次降雨量越大青蒿素含量越小, 湿度较小, 风速对青蒿素含量的影响不明显。从表1中可以看出, 8月上中旬亩产量及青蒿素含量最好, 确定最佳采收期为8月上中旬。

## 参考文献

- [1] 中国药典[S].Vo . 2005
  - [2] Tang Q Z, Zhou J Y, He T G1 Research status of Artemisia annua in Guangxi [J] Guangxi Agricultural Sciences, 2006, 37 (1):84-87
  - [3] 马建华.现代自然地理学[M].北京:北京师范大学出版社, 2002:105
- (收稿日期: 2011-08-01)

(接62页) 别是: 民族体育舞蹈、民族健身操、跳竹竿舞、板鞋竞技、民族武术, 说明大学生们所选择的项目, 符合他们的生理、心理特点。男生更强调竞技性与对抗性, 追求强健体魄; 女生则充分反映了追求美的心理特征。总体而言, 男、女生都选择以娱乐和趣味性较强的项目为主。在体育教学中, 考虑到男女对项目选择的喜爱程度, 应做到男、女有别。

(5) 充分利用第二课堂。学校定期举办各类民族传统项目体育比赛, 并使比赛制度化。充分利用第二课堂, 成立各种民族传统项目运动协会, 组织课外锻炼, 开展小型多样、丰富多彩的各种竞赛活动<sup>[5]</sup>。营造热烈有序的民族体育项目的开展氛围, 举办各类民族传统体育的知识竞赛; 举办民族体育的骨干培训班; 创造重在参与的体育健身环境, 让在校大学生都能参加民族体育项目的比赛, 了解民族体育项目的知识, 关注民族传统体育项目的发展。

## 参考文献

- [1] 季浏.体育与健康课程标准解读[M].武汉:湖北教育出版社, 2002 (5): 93
- [2] 朱超华.新课程视角下教师课程能力的缺失与重建[J].课程教材教法, 2004(6): 13-16
- [3] 罗玲.西部地区民族传统体育与学校体育课程的互动研究[J].上海体育学院学报, 2004(8): 122
- [4] 都菊英.“阳光体育”语境下高校公共体育课改革的思考[J].天津体育学院学报, 2007, 22(5)
- [5] 周唯, 王娟, 张志胜.阳光体育运动的实施与体育教育专业的体操教学[J].西安体育学院学报, 2007, 24(6)

作者简介 徐金明(1984-), 吉首大学体育学院在读研究生。研究方向: 体育人文社会学。

(收稿日期: 2011-07-26)