

职教出海背景下八段锦项目跨文化培训体系构建探究

李戈

南阳医学高等专科学校，河南 南阳 473061

DOI:10.61369/ECE.2026010038

摘 要：在“一带一路”倡议推动职教出海与传统文化出海双向赋能的背景下，八段锦作为融合中医康养价值与传统体育特色的优质载体，其国际化推广亟需系统化的跨文化培训体系支撑。本文以医学类高职院校的职教出海实践为切入点，分析八段锦跨文化培训的现实困境，提出构建“语言 + 技能 + 文化”三维融合的培训体系，设计三阶培训模块与双轨教学内容，探索体系实施的路径与保障机制。研究旨在填补传统体育项目职教出海培训体系的空白，为八段锦国际化推广提供标准化、本土化解决方案，同时为医学类高职院校依托职教出海实现传统文化与中医技术融合传播提供实践参考。

关 键 词：职教出海；八段锦；跨文化培训；传统文化传播；中医康养

Exploration on the Construction of A Cross-Cultural Training System for the Baduanjin Project in the Context of Vocational Education Going Global

Li Ge

Nanyang Medical College, Nanyang, Henan 473061

Abstract： Under the background of the Belt and Road Initiative promoting the two-way empowerment of vocational education going global and traditional culture going global, Baduanjin, as a high-quality carrier integrating the health preservation value of traditional Chinese medicine and the characteristics of traditional sports, urgently needs the support of a systematic cross-cultural training system for its international promotion. Taking the practice of vocational education going global in medical vocational colleges as the starting point, this paper analyzes the practical predicament of Baduanjin cross-cultural training, proposes to construct a three-dimensional integrated training system of “language + skill + culture”, designs three-stage training modules and dual-track teaching content, and explores the implementation path and guarantee mechanism of the system. The research aims to fill the gap in the training system of traditional sports projects for vocational education going global, provide standardized and localized solutions for the international promotion of Baduanjin, and at the same time provide practical reference for medical vocational colleges to realize the integrated communication of traditional culture and traditional Chinese medicine technology relying on vocational education going global.

Keywords： vocational education going global; Baduanjin; cross-cultural training; traditional culture communication; traditional chinese medicine health preservation

引言

经济全球化与文化多元化的深度融合，推动我国职业教育进入“出海发展”的高质量阶段，职教出海成为深化“一带一路”国际产能合作、推动中华文化国际传播的关键载体。河南省作为中原文化与中医药文化发源地，以“大河工坊”“仲景工坊”为代表的职教出海品牌，探索出“专业 + 语言 + 文化”的融合发展路径，为传统特色专业的国际化推广奠定了实践范式。八段锦作为我国传统养生功法经典，兼具健身、康复、养生多重价值，被世界卫生组织定位为“低成本、可复制的职场健康干预手段”，其健身功效与文化内涵契合全球慢病防控与健康促进的共性需求，成为传统文化出海与职教出海融合发展的优质切入点。

作为中医药特色鲜明的医学类高职院校，南阳医学高等专科学校在八段锦教学、推广与研究方面积累了丰富实践经验，但其国际传播仍以零散实践为主，缺乏结合职业教育场景的系统化、标准化跨文化培训体系，存在文化适配不足、医学特色缺失、评价体系缺位等问题。基于此，依托医学类高职院校的专业优势，构建八段锦项目跨文化培训体系，既是对传统体育项目职教出海模式的创新探索，也是推动中医药文化与传统养生文化国际传播的重要实践，对丰富职教出海内涵、提升中华文化国际影响力具有重要意义。

项目信息：本文系南阳医学高等专科学校“职教出海”专项教育教学改革研究与实践项目：职教出海背景下八段锦项目跨文化培训体系构建与实践（ZJCHJGLX2530）的成果论文。
作者简介：李戈（1980.04—），男，职称：讲师；研究方向：体育教育。

一、八段锦跨文化培训的现实背景与核心问题

（一）八段锦跨文化培训的时代背景

从政策层面来看，国家将职业教育国际合作与文化交流纳入“一带一路”倡议重要内容，传统文化出海成为国家文化战略组成部分，八段锦作为融合中医经络理论与体育锻炼的传统功法，其国际化传播可借助职教出海平台实现标准化、专业化推广。从国际需求来看，八段锦的康养价值已在多个国家得到验证，非洲部分工地推广八段锦有效降低了从业人员腰颈疾病发病率，肯尼亚、乌干达还推出融入当地鼓点的 Afro Baduanjin，证明其跨文化适配潜力，但海外市场对标准化培训体系的需求尚未得到满足。从国内实践来看，河南省内职教出海已取得初步成果，洛阳职业技术学院依托“大河工坊”实现中医适宜技术海外落地，但八段锦尚未形成独立的职教出海品牌，多作为中医适宜技术培训的辅助课程，未能充分发挥医学类院校的专业优势。

（二）八段锦跨文化培训的核心困境

结合国内国际实践，当前八段锦跨文化培训存在三大核心问题：一是文化适配不足，缺乏兼顾技术标准与本土文化的课程设计，“三焦”“经络”等中医概念难以被海外受众理解，专业术语的多语种翻译缺乏统一标准；二是医学特色缺失，八段锦推广未充分结合中医康复、慢病预防等医学优势，与医学类高职院校的专业资源适配度低，未能凸显其康养医学价值；三是评价体系缺位，尚未建立教学效果的量化评估标准，难以对培训效果进行科学衡量，影响培训体系的可持续推广。此外，八段锦动作设计与不同国家学员的身体条件、运动习惯存在适配差异，也成为其国际化推广的重要障碍。

二、八段锦跨文化培训体系的构建框架

（一）体系构建的目标

以解决八段锦跨文化培训现实问题为核心，确立三大构建目标：其一，系统梳理职教出海中八段锦教学的跨文化适应障碍，形成标准化问题清单。其二，构建“语言+技能+文化”三维融合的跨文化培训体系，开发适配职教出海平台的培训资源包。其三，通过海外试点验证体系有效性，提升师资跨文化教学能力，为传统体育项目职教出海提供可复制、可推广的实践方案。

（二）三维融合的核心架构

参照职教出海“专业+语言+文化”的融合发展路径，结合八段锦项目特色与医学类院校专业优势，构建“语言+技能+文化”三维融合的培训体系，各维度相互支撑、有机融合。

1. 语言维度：建立“动作术语-文化内涵-实操要点”的多语种对应体系，完成八段锦专业术语的标准化翻译，设计海外教学专用语言术语，解决“力从腰发”等专业表述的跨文化沟通难题。

2. 技能维度：坚守八段锦传统功法规范性，结合不同国家学员的身体条件、运动习惯进行动作本土化改编，形成“基础版+适配版”双轨教学内容，基础版严格遵循功法标准，适配版针对

东南亚、欧美等不同地域调整动作幅度与衔接方式。

3. 文化维度：实现中医养生文化的跨文化转译，将抽象的中医概念转化为海外受众可理解的健康逻辑，如用“内脏调节”替代“经络疏通”，用“脊柱拉伸与放松”解读相关动作，让受众从身体机能改善角度理解八段锦的养生价值。

（三）三阶递进的培训模块

基于三维融合架构，设计文化筑基、技能实操、跨文化沟通三阶递进的培训模块，兼顾理论教学与实践操作，适配职业教育的技能培养目标。

1. 文化筑基模块：重点讲解仲景养生理念与八段锦的历史渊源、文化内涵，结合现代医学研究成果阐释八段锦的康养原理，打通中医养生文化与西方循证医学的认知壁垒，让海外受众理解八段锦背后的健康逻辑。

2. 技能实操模块：采用“标准化教学+本土化适配”的方式，先开展八段锦基础动作的标准化教学，再根据学员的身体条件、运动习惯进行动作改良，同时结合中医康复知识，讲解不同动作对颈肩腰腿痛、高血压等常见疾病的预防与改善作用。

3. 跨文化沟通模块：针对八段锦海外教学场景，开展跨文化沟通技巧培训，包括海外受众的文化认知特点、教学中的互动方式、常见问题的解答策略等，提升教学者的跨文化教学能力。

（四）体系构建的重难点与解决策略

体系构建的核心重点是实现八段锦的文化转译，打破中医养生文化与海外受众的认知壁垒，通过通俗化、科学化的解读，让海外受众理解并接受八段锦的文化内涵。主要难点是平衡八段锦功法的“规范性”与动作的“本土化”，在坚守传统功法核心要义的基础上，实现与不同地域学员的适配。

为突破上述重难点，采取两大解决策略：一是组建“中医+体育+外语”**跨学科研究团队，整合医学类高职院校的中医康复、体育教育、英语教育等专业师资力量，实现多学科协同创新；二是依托非遗体育项目传承人工作室的标准化研究经验，建立八段锦动作的核心标准与适配原则，明确基础版动作的不可调整项与适配版动作的可调整范围，实现规范性与本土化的有机统一。

三、八段锦跨文化培训体系的实施与保障

（一）分阶段实施路径

遵循“问题导向-体系构建-资源开发-试点验证-优化完善”的思路，将体系实施分为四个阶段，整体周期为1年：

1. 调研阶段：通过访谈、问卷、案例分析等方式，调研职教出海中八段锦教学的跨文化适应障碍，梳理形成问题清单，为体系构建提供现实依据。

2. 开发阶段：基于问题清单构建三维融合培训体系，设计三阶培训模块与双轨教学内容，开发多语种培训资源包，包括教学卡牌、微视频、培训手册等。

3. 试点阶段：依托“大河工坊”“仲景工坊”等职教出海平台，选取“一带一路”合作院校或海外中资企业作为试点对象，

开展海外试点培训，收集教学反馈与培训效果数据。

4. 总结阶段：对试点数据进行整理分析，根据反馈意见优化培训体系与资源包，形成可推广的八段锦跨文化培训方案，完成研究成果的汇编与推广。

（二）实施保障机制

1. 师资保障：组建跨学科师资团队，邀请非遗体育项目传承人、跨文化教育专家、中医康养专家开展常态化培训，提升师资的八段锦教学能力、跨文化沟通能力与医学康养知识储备。

2. 资源保障：整合学校教学资源，建设八段锦跨文化培训实训室，开发多语种线上教学平台，实现线上线下教学融合。

3. 经费保障：设立专项研究资金，用于多语言资料开发、培训资源制作、专家论证等工作，保障体系构建与实施的顺利推进。

4. 评价保障：建立量化与质性相结合的培训效果评价体系，量化评价包括学员动作掌握率、文化内涵认知准确率等指标，质性评价包括学员反馈、海外合作方评价等内容，实现对培训效果的科学衡量。

四、八段锦跨文化培训体系的实践价值

（一）丰富职教出海的项目类型与实践模式

当前职教出海多以工科、中医适宜技术等专业为主，本研究将传统体育项目与职教出海深度融合，构建“语言+技能+文化”的八段锦跨文化培训体系，填补了传统体育项目职教出海的空白，为职业教育国际化发展提供了新的项目类型与实践范式，推动职教出海从“专业输出”向“专业+文化”融合输出升级。

（二）推动中医药文化与传统养生文化的国际传播

八段锦是中医药文化与传统养生文化的重要载体，通过文化转译与本土化适配，让海外受众更好地理解与接受八段锦，既实

现了传统体育功法的国际化推广，也借助八段锦教学传播了中医康养理念与中原传统文化，让东方养生智慧融入全球公共卫生治理，提升中华文化的国际影响力与传播力。

（三）彰显医学类高职院校的专业特色与职教出海能力

医学类高职院校依托自身的中医与体育保健专业优势，构建兼具医学特色与文化内涵的八段锦跨文化培训体系，既充分发挥了院校的专业资源优势，也提升了学校在职教出海领域的核心竞争力，为医学类高职院校的特色发展与国际合作提供了实践参考，推动高职院校实现“专业立校、特色兴校、国际化强校”的发展目标。

五、结语

职教出海为传统文化国际传播提供了新平台与新路径，八段锦作为融合中医康养价值与传统体育特色的项目，其跨文化培训体系的构建是职教出海与传统文化出海融合发展的创新探索。以医学类高职院校为主体，构建“语言+技能+文化”三维融合的八段锦跨文化培训体系，设计三阶培训模块与双轨教学内容，通过分阶段实施与多维度保障，能够为八段锦的国际化推广提供标准化、本土化的解决方案。

在“一带一路”倡议持续推进的背景下，传统体育项目的职教出海具有广阔发展前景。八段锦跨文化培训体系的探索，不仅能推动八段锦在全球范围内的推广与普及，也能为太极拳、五禽戏等其他传统体育项目与中医药特色项目的职教出海提供参考，助力职业教育实现“专业输出+技术输出+文化输出”的多重目标。未来，需结合海外试点的实践反馈，持续优化培训体系，推动其在更多“一带一路”合作国家落地推广，让八段锦成为中华文化国际传播的重要名片，让职业教育成为中外文化交流与国际合作的重要桥梁。

参考文献

- [1] 王清辉, 李艳. 职教出海背景下中医药文化国际传播路径研究 [J]. 中国职业技术教育, 2024(12): 68-73.
- [2] 张建华, 刘阳. 传统养生功法国际传播的困境与突破——以八段锦为例 [J]. 北京体育大学学报, 2023, 46(08): 102-110.
- [3] 李静, 王浩. 八段锦对正常高血压人群干预效果的临床研究 [J]. 中国中医基础医学杂志, 2026, 32(02): 256-259.
- [4] 刘敏, 陈刚. “一带一路”背景下职业教育国际化发展模式研究 [J]. 职业技术教育, 2024, 45(05): 56-61.
- [5] 黄丽娟, 覃文珍. 体育职教出海的“广西模式”与实践路径 [J]. 体育文化导刊, 2025(09): 142-148.
- [6] 南阳医学高等专科学校课题组. 高职院校八段锦育人路径与实践研究 [J]. 河南教育(职教教版), 2024(07): 45-47.
- [7] 赵宇, 王健. 跨文化视域下中华传统体育的国际传播策略 [J]. 武汉体育学院学报, 2023, 57(11): 58-65.
- [8] 孙明娟, 李勇. 中医适宜技术职教出海的实践探索与优化路径 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2024, 22(18): 196-198.
- [9] 陈丽, 张平. 职业教育“三维融合”国际化培训体系构建——以枣庄科技职业学院为例 [J]. 职业教育研究, 2023(06): 23-28.
- [10] 世界卫生组织. 传统医学战略报告 (2021-2030)[R]. 日内瓦: 世界卫生组织, 2021.