

乡村振兴视域下民俗体育传承与现代化转型路径探析

杨悦

湖南工商大学, 湖南 长沙 410205

DOI:10.61369/EST.2026030009

摘 要： 乡村振兴战略下，为乡土文化复兴的发展提供了重要制度保障与发展契机，而民俗体育作为现阶段乡村文化生态载体，其中涉及的价值十分广泛，是促进产业复兴、推动乡风文明的重要驱动。为此，本文将立足乡村振兴发展总体要求，探索民俗体育所具备的时代价值，进而从多方面出发来实现专项发展，保证满足现代化发展实际所需，有效实现文化传承与乡村发展双向赋能的稳定实现。

关 键 词： 乡村振兴；民俗体育；现代化转型；路径研究

Exploring the Path of Inheritance and Modernization Transformation of Folk Sports from the Perspective of Rural Revitalization

Yang Yue

Hunan University of Technology, Changsha, Hunan 410205

Abstract： Under the strategy of rural revitalization, it provides important institutional guarantees and development opportunities for the revival of local culture. Folk sports, as the current carrier of rural cultural ecology, involve a wide range of values and are an important driving force for promoting industrial revitalization and promoting rural civilization. Therefore, based on the overall requirements of rural revitalization and development, this article will explore the contemporary value of folk sports, and then achieve special development from multiple perspectives to ensure that it meets the practical needs of modern development and effectively realizes the stable implementation of dual empowerment of cultural inheritance and rural development.

Keywords： rural revitalization; folk sports; modernization transformation; path research

引言

乡村振兴主要包含产业、人才、文化、生态、组织五个维度，文化振兴可谓是铸魂工程。民俗体育大多源自乡土生产生活，是中华优秀传统文化的重要组成部分，其中蕴含着深厚的历史记忆与民族精神。基于城镇化迅速发展与人口外流下，乡村振兴战略侧重于乡土文化保护与综合利用，能够为体育现代化转型提供稳定的发展空间与政策支持。鉴于此，将持续推动民俗体育的守正创新，从而构建起传统内核与现代发展相融合的全新模式，期望民俗体育成为乡村振兴的标杆与明信片。

一、乡村振兴视域下民俗体育时代价值

乡村振兴战略发展下，民俗体育被视为乡村文化的重要部分，其体现出相对独特的时代价值与历史意义。它不仅是传统文化发展的主要载体，并且在文化、经济、社会、健康等多个方面也同样体现出了显著的价值，是现如今促进乡村振兴发展的核心力量。

（一）文化价值：筑牢乡风文明根基

民俗体育主要以较为独特的身体实践形式，承载着较为丰富

的伦理观念与集体记忆。通过积极参与传统体育活动，可以让村民切实感受到乡土文化所带来的温暖，从而在此期间汇聚情感与价值观念，实现对公共文化区域的重新塑造^[1]。民俗体育一方面可以提升社区内环境的认同感与归属感，抵御低俗文化对思想的侵袭，另一方面可以为社会主义核心价值观在乡村的渗透提供肥沃土壤，实现大范围的拓宽。节庆赛事活动同样也是延续传统体育项目的一种方式，是集体记忆与情感认同的唤醒。通过构建多元化的庆典活动，能够使村民积极参与，增进邻里之间的关系，从

课题来源：2024年度湖南省社会科学成果评审委员会一般课题

课题名称：民俗体育促进乡村振兴的现代化发展路径研究

课题编号：XSP24YBC223

作者简介：杨悦（1975.12-），女，汉族，湖南省常德市人，硕士研究生，研究方向：体育教育、传统体育。

而实现乡村文化振兴的稳定推进。

（二）经济价值：赋能乡村产业兴旺

伴随着现如今游客对原生态、地方文化产品需求量的与日俱增，民俗体育可与研学康养、农村旅游、文创产品相互之间全面融合^[2]。在此基础上，通过开展的传统运动会、农耕体验等多种体验式项目，迅速吸引游客的目光，进而为该地区的经济发展创造全新的增长点。此外，手工艺品、地方特色食品等各种特色衍生品通过与民俗运动的相互融合，有助于拓展市场范围，进一步为农村增收提供更加多元的渠道。在整个过程中，“体育+文旅”全新业态的形成，得以让农村各种闲置的资源重新焕发生机，从而让农村的产业链变得更加丰富，打造多元化发展趋势，确保脱贫致富的步伐顺利实现。

（三）社会价值：助力乡村治理有效

民俗体育活动主要因成本低、参与度高而受到高度青睐，成为推动邻里之间互动的核心平台。基于此框架下，不仅可以充分化解所存在的矛盾，同时还能够培育相互合作、相互帮助的精神，有效实现了农民相互之间的良性互动^[3]。此外，通过构建多元化的文体活动，可以稳定推进法治、德治、自治相融合，能够为农村社会治理水平的提升贡献更加坚实的力量基础。正是因为这种全新的治理模式，可以促进决策效率的提高，进一步增强了社会的归属感、社会感，保证每位成员可在参与的过程中自觉参与治理，打造良好的社会风气，并为共同富裕的目标实现奠定稳定基础。

（四）健康价值：契合全民健身需求

现阶段，全民健身政策在积极推广，这也让民俗体育凭借简单、生动、趣味性等特点受到大众群体的喜爱，并且成为中老年人、青少年生活锻炼的主要方式^[4]。这些项目不单单可以让农村健身供给变得丰富，同时也可以充分填补公共体育服务存在的短板，进而为健康中国战略发展的实施贡献坚实力量，让受众群体广泛接受。此外，通过推动全民健身面向乡村延伸，有助于提高整体健身水平，使每个村庄都得以形成更加积极向上、健康的生活方式，久而久之，将会对村民的健康体质产生带来积极影响，并且也对充满活力的乡村文化、社会环境带来一系列的正面激励作用。

二、乡村振兴视域下民俗体育传承与现代化转型路径

（一）坚守活态传承，夯实文化根基

活态传承是让民俗体育永葆生命力的重要基础，只有时刻坚守文化内核、激活传承主体、回归到生活场景，才能够充分避免民俗体育始终局限在博物馆当中，成为博物馆里的“标本”，从而保证民俗体育能够实现可持续传承与创新。

一方面，各个区域应对民族体育资源进行全面普查，从而深入到乡村田间、民间社群等地区，针对区域内所涉及的舞龙舞狮、武术、秧歌、龙舟等各种不同类型的体育项目认真梳理，清楚地认识到项目起源、传承脉络发展的实际情况。而在掌握的基础上，有必要构建起数字化档案和非物质文化遗产名录，尽可能运用现代化技术支持下的影像、音频、图文并茂等多种形式，精

准对濒危的民俗体育项目进行记录，并落实抢救措施，防止核心技艺存在石川情况^[5]。此外，还需要科学区分项目的核心技艺与附属仪式，从而守住其中所蕴含文化内涵、民族精神等，有效消除因封建糟粕遗留下来的冗余内容，让民俗体育文化始终传承，向正向性、纯粹性前进。

另一方面，可尝试构建“师徒传承+校园传承+社区传习”多维发展为一体的立体化传承体系，转变以往单一的民间师徒传承模式。在此期间，需要将民俗体育内容融入乡村学校体育课程当中，进而编写出与之适配的中小學生特色教材，聘请专业能力较强的民间传承人进入学校授课，切实在根本上增强青少年对民俗体育学习的兴趣，完善学生的认知能力。不仅如此，还可设立非遗传承人专项补贴，充分保障传承人自身的合法权益，有效激发授艺积极性；落实相关的优惠政策，让更多的青少年、大学生选择返乡发展，主动投身于民俗体育传承事业的发展中，进一步为队伍的发展注入新鲜血液，使现阶段存在的传承主体老龄化、断层化问题得到充分化解。

（二）创新表现形式，适配现代需求

现代化转型的主要目的即为，让民俗体育更加满足现代社会的生活节奏，积极响应健身实际所需，进而通过对形式的创新，全面转变以往传统民族体育所面临的刻板印象，确保大众群体广泛参与，提升认可度。

首先，简化规则流程，提升参与普惠性。传统民俗体育的部分项目规划相对烦琐，并且门槛过高，并不能有效适应现代大众迅速参与的实际所需^[6]。为此，应尝试优化经济规则与表演流程，从中删除掉多余的环节，确保技术难度与参与门槛能够同步降低。不仅如此，对于武术、秧歌等传统民俗体育项目，还可将其改编成为健身操，或者是趣味运动项目，这样即可适应青少年、儿童、老年人等多个不同群体，不仅兼顾了趣味性与安全性，同时也可让村民随时随地参与，不需要进行专业训练，真正实现了全民普惠。

其次，融合时代元素，丰富表现形态。应积极转变传统民俗体育单一的表现形式，从而尝试将现代音乐、舞蹈、舞台设计等多种元素融入其中，构建起更加沉浸式、观赏性较强的节目内容。在此基础上，还可根据当地农村地域特色、产业特点，致力于打造“一村一品”的民俗体育文化品牌，举办包含特色主题文化的经典赛事，使其民俗体育能够与乡村特色相互捆绑，发展成为独特且具有辨识度的文化明信片。

最后，对接全民健身，嵌入公共服务。新时代发展下，民俗体育将在乡村全面计划中充分渗透，从中依托乡村公共体育服务体系，配备简单便捷、方便拿取的民俗体育器材，还可培养专业性过硬的社会体育指导员，由此为村民提供较为规范与精细的指导^[7]。与此同时，还需要推动民俗体育项目向健身化、标准化发展转型，不断挖掘出其具备的健身养生价值，让其成为村民日常活动、健身的不二之选，做到民俗体育与现代全民健身理念的全方位渗透、高度融合，科学渗透到乡村公共文化服务体系当中。

（三）强化科技赋能，拓宽传播边界

伴随着数字化技术的发展，使科技实现了民俗体育传承与传

统时空界限打破,通过科学运用智能化、数字化等技术,有助于让民俗体育走出乡村,从而向更加宽广的舞台靠拢,确保社会影响力得到充分拓展。

一方面,构建数字传播矩阵。运用短视频平台、直播、微信公众号等多种全新的新媒体渠道,从中拍摄民俗体育技艺展示、赛事精彩瞬间等相关内容,尽可能通过更加接地气、年轻化的方式实现内容传播^[8]。同时,还应培养民俗体育网红传承人,积极举办线上网红赛事,或者是与民俗体育相关的IP挑战赛,保证更多的群体的目光被吸引,主动参与其中。借助网络传播的裂变效应,让民族体育的社会知名度得到稳定提升,实现在青少年群体内部大范围推广。

另一方面,搭建数字体验场景。利用虚拟现实、增强现实、三维建模等现代化技术,还原民俗体育传统表演场景、竞赛场景,从而还可开发线上体验小程序和线上教学课程,确保难以亲临到现场的人群也能够云端当中感受到民俗体育的独有魅力,做到跨区域的科普与传承^[9]。此外,还应构建起智慧管理平台,积极整合各种多元化的民族体育项目数据库、活动关系系统,来对资源实施数字化归集、智能化管理,实现项目的全面开发、传承保护,让管理能够展现出科学性与时效性。

（四）推动产业融合，实现价值转化

随着乡村现代化进程的推进和乡村振兴战略的实施,发轫于乡土民间的民俗体育也面临着从传统向现代转型的挑战。民俗体育的发展与产业支撑存在密切联系,两者相辅相成、相互挂钩,通过打造“体育+”的融合模式,能够精准挖掘其中所蕴含的经济价值,从而实现文化价值与经济价值两者之间的双向转化,进一

步为乡村振兴的发展增添产业功能。

一方面,促进“体育+文旅”的融合。结合乡村自然生态与民俗资源,致力于打造特色化的民俗体育体验基地、研学旅游路线,并从中积极开发龙舟体验、武术研学、民俗秧歌表演等各种沉浸式、互动式、趣味性较强的项目,结合端午赛龙舟、民俗体育文化节等经典的节庆赛事,顺势衍生出特色的旅游产品,从而形成独特的民俗体育文旅IP,确保更多的游客能够莅临前往,增强观光体验,有效带动乡村餐饮、旅游等多种产业的同步发展,增强经济、带动乡村振兴。

另一方面,发展康养休闲产业。应对武术、太极、养生导引术等各种具有养生类的民俗体育项目具备的康养价值全面挖掘,并依托乡村的优美生态环境,致力于打造乡村康养休闲基地^[10]。在此期间融合养成体验、运动康复等多种功能,这样不仅可以充分适应都市人群对亲近自然、追求健康发展所需的追求,同时也能够有效推动民俗体育与乡村康养产业两者之间的融合发展,从而为乡村产业的发展培育出全新的增长点。

三、结束语

总而言之,民俗体育是乡村文化的活态瑰宝,而现代化转型是乡村振兴的重要使命,能够以创新形式来满足现代生活,从而通过科技赋予传播路径的拓宽,使民俗体育真正回归到乡村生活、贴近群众真实所需。未来,应格外注重多元化的发展,尝试运用现代化技术实现民俗体育的传播,达成传统与现代的交融,这样即可促进乡村经济稳定发展,并为全面振兴的实现注入新活力。

参考文献

- [1] 马力,杨辉霞,翟常卿.乡村振兴背景下皖南民俗体育东至花灯文化活态传承研究[J].淮南师范学院学报,2025,27(05):46-53.
- [2] 吴义钦.“年例”民俗体育:激活茂名乡村振兴的内源动力[J].南方论刊,2025,(08):34-36.
- [3] 李欢锦,袁小宝.乡村振兴视域下传统民俗体育运动的发展路径——以岳阳农村地区龙舟传承为例[J].甘肃农业,2025,(05):87-91.
- [4] 尤亚刚,李亚丽.乡村振兴背景下贵州村落民俗体育传承研究[J].当代体育科技,2025,15(13):80-83.
- [5] 陈璐娇,徐涛.乡村振兴背景下辽西传统村落民俗体育发展困境与策略[J].辽宁师专学报(自然科学版),2025,27(01):85-89.
- [6] 刘翔,马晓芳.乡村振兴视域下毕节民俗体育游戏保护与传承研究[J].体育科技,2025,46(02):89-91.
- [7] 李俊明,元晓华.乡村振兴战略下民俗体育与乡村旅游耦合路径研究[J].绥化学院学报,2025,45(03):60-62.
- [8] 邹智深,邹明.乡村振兴背景下海岛村落民俗体育文化的传承与发展[J].现代园艺,2025,48(07):188-191.
- [9] 杨艳,史兵,黄显忠.民俗体育助力乡村振兴事业发展的多维价值与路径探索[J].商洛学院学报,2025,39(01):92-96.
- [10] 罗跃峰.乡村振兴战略下福建省乡村民俗体育文化发展问题探究[J].海峡科学,2024,(02):166-170.