



“十二五”普通高等教育本科国家级规划教材
普通高等学校民族传统体育专业主干课教材
全国高等学校体育教学指导委员会审定

民族传统体育概论

(第二版)

戴国斌 主编



高等教育出版社

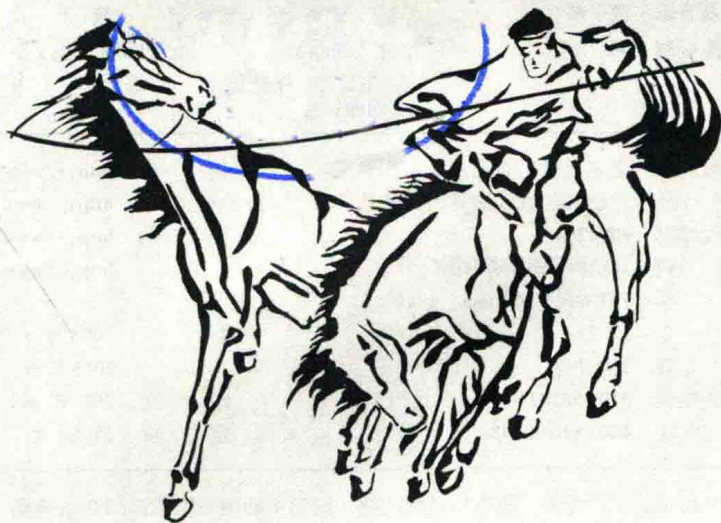
“十二·五”普通高等教育本科国家级规划教材
普通高等学校民族传统体育专业主干课教材
全国高等学校体育教学指导委员会审定

民族传统体育概论

Minzu
Chuantong
Tiyu Gailun

(第二版)

戴国斌 主编



高等教育出版社·北京

内容提要

本书为教育部“十二五”普通高等教育本科国家级规划教材,也是普通高等学校民族传统体育专业主干课教材。本次修订,在第一版的基础上调整了全书体系,增加了民族传统体育的内容与分布、民族传统体育的产业化发展等内容。针对本科学生的知识水平和接受能力,突出教材的适用性、科学性、应用性强等特点。全书共分7章,主要内容包括:绪论,民族传统体育的起源和发展历程,民族传统体育的特征、价值和功能,民族传统体育的内容与分布,民族传统体育与传统文化,民族传统体育的保护与传承,民族传统体育的产业化发展,民族传统体育的主要项目介绍等。本书适用于民族传统体育专业的所有本科学生。

图书在版编目(CIP)数据

民族传统体育概论 / 戴国斌主编. -- 2版. -- 北京: 高等教育出版社, 2015.6

ISBN 978-7-04-042674-8

I. ①民… II. ①戴… III. ①民族形式体育-中国-高等学校-教材 IV. ①G852.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第093714号

策划编辑 范峰
插图绘制 邓超

责任编辑 廖倩雯
责任校对 刘丽娟

封面设计 王洋
责任印制 赵义民

版式设计 余杨

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印 刷 北京市白帆印务有限公司
开 本 787 mm × 960 mm 1/16
印 张 12.75
字 数 230千字
购书热线 010-58581118
咨询电话 400-810-0598

网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
版 次 2008年6月第1版
2015年6月第2版
印 次 2015年6月第1次印刷
定 价 22.50元

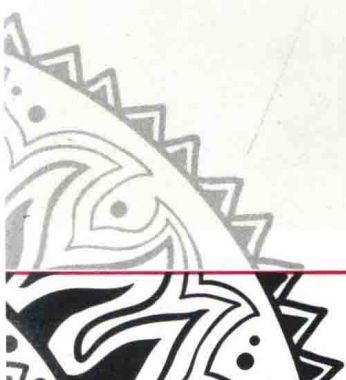
本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换
版权所有 侵权必究
物 料 号 42674-00

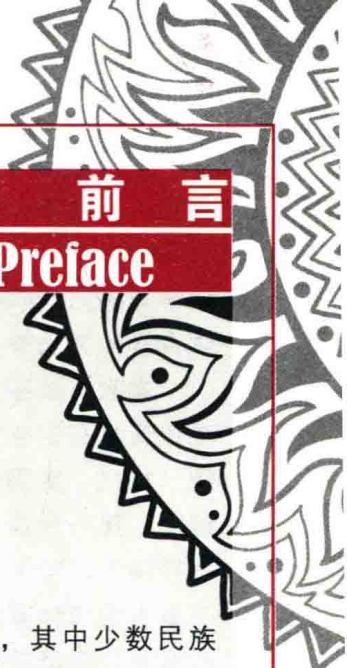


编委会

The editorial board

顾问	邱丕相	
主编	戴国斌	
副主编	白晋湘	蔡仲林
编委	(按姓氏笔画排序)	
	王 岗	武汉体育学院
	王 震	上海体育学院
	白晋湘	吉首大学
	刘 静	上海体育学院
	吕韶钧	北京体育大学
	陈 青	西北师范大学
	饶 远	云南师范大学
	倪依克	广州体育学院
	戴国斌	上海体育学院
秘书	刘 静	





前言 Preface

据不完全统计,中华民族的传统体育项目达 977 项之多,其中少数民族 676 项,汉族 301 项。这些优秀的传统体育文化滋养了民族精神和民族之魂,具有悠久的历史,闪烁着独特的智慧,蕴含着深邃的思想,是弘扬中华优秀传统文化的重要载体,是建设社会主义文化强国的重要阵地,是提高我国文化软实力的重要组成部分。

在我国各族人民长期实践的基础上,以武术为主体包括传统体育养生和民族民间体育在内的民族传统体育逐渐成为体育院校的一个专业、体育学的一个二级学科。2006 年 7 月在上海体育学院召开的“全国普通高校民族传统体育专业发展论坛”上,众多专家学者及相关负责人为民族传统体育学科的发展提出了许多宝贵意见和建议,重点讨论了《全国普通高校民族传统体育(专业)本科课程方案》,并于 2008 年组织编写了普通高等学校民族传统体育专业主干课教材,该套教材由高等教育出版社出版于 2011 年 11 月获上海市优秀教材一等奖,其中的《民族传统体育概论》于 2012 年 11 月成为教育部“十二五”普通高等教育本科国家级规划教材,2014 年 3 月在上海体育学院召开《民族传统体育概论(第二版)》编写修订会。

在第二版《民族传统体育概论》的修订编写中,我们以 2008 年邱丕相教授主编的《民族传统体育概论》教材为基础,根据社会实践的新发展、学科建设的新成果、人才培养的新需要以及该教材使用 5 年来师生反馈的意见,经

编委会认真商讨，不仅确立了“坚持科学性、先进性、实用性、可读性，兼顾可教性、可考性”的修订编写原则，而且调整了原书的体系（如小结、延伸阅读等）、增添了新的章节（如民族传统体育的产业化发展、研究民族传统体育学的方法等）、补充了新的必要内容。

本教材是在全国高等学校体育教学指导委员会指导下，根据武术与民族传统体育本科专业课程方案和课程指导纲要编写。本书由戴国斌任主编，由刘静统一格式，戴国斌统稿。具体编写分工如下：绪论由上海体育学院戴国斌教授编写，第一章由广州体育学院倪依克教授编写，第二章由北京体育大学吕韶钧教授编写，第三章由吉首大学白晋湘教授、上海体育学院王震副教授编写，第四章由武汉体育学院王岗教授编写，第五章由西北师范大学陈青教授编写，第六章由云南师范大学饶远教授、上海体育学院李延超副教授编写，第七章由上海体育学院刘静教授、湖北大学刘轶副教授编写。本书是以上众多专家学者的辛勤劳作和智慧结晶，另外上海体育学院高访学者徐诚堂、高会军，博士生唐韶军、韩红雨也参与了相关编写工作。

在修订编写过程中，我们参考了国内外有关书籍和教材，吸取了各书的经验，引用了其中的一些材料和数据，在此，谨向各书编者和出版者表示深切的谢意。最后，因民族传统体育学是一门新兴学科，仍在不断发展与完善之中，同时因编写者水平有限，书中尚存的不当与不足之处，敬请读者批评指正！

编 者

2015年3月





目 录

Contents

绪论 1

- 第一节 民族传统体育的基本概念 / 2
- 第二节 学习民族传统体育的意义 / 9
- 第三节 研究民族传统体育学的方法 / 12

第一章 民族传统体育的起源和发展历程 15

- 第一节 民族传统体育的起源 / 16
- 第二节 民族传统体育形成的基础 / 19
- 第三节 民族传统体育的历史发展 / 24

第二章 民族传统体育的特征、价值和功能 37

- 第一节 民族传统体育的特征 / 38
- 第二节 民族传统体育的价值 / 48
- 第三节 民族传统体育的功能 / 53

第三章 民族传统体育的内容与分布 58

- 第一节 民族传统体育的内容与分类 / 59
- 第二节 民族传统体育的时间分布 / 66
- 第三节 民族传统体育的空间分布 / 73

第四章 民族传统体育与传统文化 86

- 第一节 多元文化与民族传统体育的多样性 / 87
- 第二节 民族传统体育的文化内涵 / 95
- 第三节 民族传统体育的文化成因 / 106

第五章 民族传统体育的保护与传承 121

- 第一节 当代民族传统体育的生存空间 / 122
 - 第二节 民族传统体育的非物质文化遗产保护 / 126
 - 第三节 民族传统体育的传承与传播 / 129
- 

第六章 民族传统体育的产业化发展 135

第一节 民族传统体育产业的概念、分类与特征 / 136

第二节 民族传统体育产业的产品特性、市场定位与开发流程 / 140

第三节 民族传统体育产业的运作模式与市场支持体系 / 144

第四节 民族传统体育产业的基本原则与战略选择 / 147

第七章 民族传统体育的主要项目介绍 152

第一节 竞技项目 / 153

第二节 表演项目 / 174

第三节 娱乐健身项目 / 184



绪 论

什书月



【本章导语】

民族传统体育不仅反映一个民族历史积淀的文化心态，也是该民族社会生活的组成部分。学习民族传统体育对传承民族文化、弘扬民族精神具有极其重要的作用。其中，掌握民族传统体育的概念、知晓学习民族传统体育的意义、了解民族传统体育研究的方法，是学好本课程的基础。

现代体育运动方式大多来源于各民族传统体育活动。按照文化人类学的观点，绚丽多彩的民族传统体育活动不仅与民族起源、种族繁衍、生产劳动有关，而且也反映该民族因历史积淀而形成的共同的文化心态，折射他们的社会生活方式。我国的民族传统体育以和谐为主线，突出集体，追求“身心和谐、人际和谐、天人和諧”的文化样式，不同于古希腊体育以冲突为主线，突出个体能力的重竞技运动方式。因此，学习《民族传统体育概论》可促使我们更好地认识我国民族传统体育的文化，学会研究民族传统体育的基本方法，服务于如何“认识你自己”的哲思。

第一节 民族传统体育的基本概念

概念是思维的起点，是反映研究对象本质属性的基本思维形式。近年来，国内学术界关于民族传统体育的论述中出现了“民俗体育”、“民间体育”、“少数民族体育”、“民族体育”和“传统体育”等诸多概念混用的现象。因此，本节在厘清各概念的基础上，将区分视角定位为国际与国内，并从国际视角出发重新界定“民族传统体育”的概念。

一、民族

民族是一个历史范畴，是一种普遍的社会现象。民族在世界上已经存在了数千年，人们对于它的认识是随着社会历史的发展而逐渐形成和深入的。

在西方古希腊时期就有学者用“民族”一词记述民族特征，后随着资本主义上升时期民族国家的形成和资本主义国家民族学的发展，得以广泛使用。在英文中，民族（nation）一词含有“民族”和“国家”的双层意义。^①

^① 金炳镐.“民族”新证[J].西南民族大学学报(人文社科版),2007(1):1~6.

在中国古代典籍先秦文献中,便有“族”的概念,如《左传》“非我族类,其心必异,楚虽大,非我族也”,清王夫之“夷狄非我族类者也”,可见“族”是中国传统文化的一种分类体系。南朝宋齐时期有“民族”一词,例如南朝宋齐时期道士顾欢在《夷夏论》中提出:“今诸华士女,民族弗革,而露首偏踞,滥用夷礼,云于剪落之徙,全是胡人,国有旧风,法不可变”,该“民族”指称宗族之属、华夷之别。^①据中国民族学与人类学学者郝时远考证,古汉语“民族”一词可能在近代传入日本,后经19世纪70年代日译西书赋予了现代意义,并在19—20世纪之交推进了中国“民族”概念从传统的“宗族的种族”到“民族的种族”的转化。^②

◆◆◆ 知识框:“民族”概念的演变

1903年,梁启超把布伦奇里1851年《普通国家法》一书的民族“八要素说”介绍到中国。布伦奇里认为:“民族者,民俗沿革所生之结果也。民族最要之特质有八:(一)其始也同属于一地;(二)其始也同一血统;(三)同其肢体形状;(四)同其语言;(五)同其文字;(六)同其宗教;(七)同其风俗;(八)同其生计,由这八种因素相结合,并传之子孙,久而久之,则成为民族。”

1905年,汪兆铭在《民报》第一号提出民族“六要素”。他认为,民族为“一同血系,二同语言文字,三同住所,四同习惯,五同宗教,六同精神体质”。与布伦奇里的八要素相比,他把语言文字合为一条,把肢体形状改为精神体质,去掉了“同其生计”,强调了血统,而成为近代中国人对民族概念的最早定义。

1924年,孙中山《三民主义》一文提出民族“五力说”。他认为,造成民族的根本原因在于自然力,其中最大的力是血统,第二大的力是生活,第三大的力是语言,第四个力是宗教,第五个力是风俗习惯。

1913年,斯大林在《马克思主义和民族问题》一文中提出民族“四特征说”。斯大林认为:“民族是人们在历史上形成的一个有共同语言、共同地域、共同经济生活以及表现于共同文化上的共同心理素质的稳定的共同体。”

2005年5月,中央民族工作会议和《中共中央、国务院关于加强民族工作加快少数民族和民族地区经济社会发展的决定》提出民族“六要

① 郝时远.中文“民族”一词源流考辨[J].民族研究,2004(6):62~63.

② 郝时远.中文“民族”一词源流考辨[J].民族研究,2004(6):64~69.

素说”。该决定提出：民族是在一定的历史发展阶段形成的稳定的人们共同体，具有“共同历史渊源、共同生产方式、共同语言、共同文化、共同风俗习惯、共同心理认同”。

《中国大百科全书·民族卷》中关于“民族”词条释义为：“氏族、部落是以血缘关系为纽带的人们共同体，而民族则是以地缘关系为基础的人们共同体。……种族属于生物学范畴，而民族则属于历史范畴。”^①我们今天使用的“民族”，并非一个相对比较单纯的、自然科学的生物或物理概念，而是内涵十分复杂的具有社会、文化、政治、经济等各方面含义且具有地方性色彩的“复合型”概念，^②包含着多重含义：广义的民族概念相当于“人类共同体”，接近英文中的“people”；狭义的民族是作为国族组成部分的民族，如汉族、蒙古族、满族、藏族等；另外民族还与国家概念紧密联系，如中华民族，相当于英文的“nation”；也有小民族或少数民族意义上的民族，如我们使用的“民族学院”、“民族政策”、“民族研究”等称呼。^③

◆◆◆ 知识框：民族识别

民族识别是指对一个民族成分的辨认，是多民族的社会主义国家落实民族政策的一项基本工作。在旧中国，由于存在民族压迫和民族歧视，许多少数民族的民族成分不能确定。新中国成立后，为改变旧中国民族成分和族称混乱的状况，有利于保障少数民族的平等权利，自1950年起，由中央及地方民族事务机关组织科研队伍，对全国提出的400多个民族名称进行识别。加上原来已经公认的民族，于1983年共确认了55个少数民族成分。

二、传统

从民族学的意义上看，世界各个民族都有其传统，既体现在民族特征的外在表现上（如建筑、服装、饮食、艺术等），也存在于潜移默化、影响民族精神的心理中，^④是人类进行创造性活动、劳动过程的沿传，是人们为实现自身

① 中国大百科全书出版社编辑部. 中国大百科全书·民族卷 [M]. 北京：中国大百科全书出版社，1986：302.

② 马戎. 民族与社会发展 [M]. 北京：民族出版社，2001：4.

③ 王东明. 关于“民族”与“族群”概念之争的综述 [J]. 广西民族学院学报（哲学社会科学版），2005，27（2）：90.

④ 李志军. 偏见与理解——文化传统与现代化之解释 [J]. 传统文化与现代化，1998，34（4）：1.

价值和满足自身需要所获得的成果的凝聚结构。^①

在西方,“传统”一词的拉丁文为“traditum”,意谓从过去延传到现在的事物,也是英语“tradition”的最基本含义。从操作意义上来说,延传三代以上的、被人类赋予价值和意义的事物都可以看作传统。因此,美国社会学家爱德华·希尔斯认为,“传统是围绕人类的不同活动领域而形成的代代相传的行为方式,是一种对社会行为具有规范作用和道德感召力的文化力量,同时也是人类在历史长河中创造性想象的沉淀”,具备“代代相传的事物、相传事物的同一性、传统的持续性”三个条件。^②英国社会学家安东尼·吉登斯认为,传统是一个开放的动态系统,存活于现在、连接过去、包蕴未来,并与人们的集体记忆、仪式、形式真理和守护者紧密联系。^③英国历史学家艾瑞克·霍布斯鲍姆则认为,“传统”与其说拥有古老的起源和历史,不如说是近代的一种“发明”和“生产”。^④

在中国,不仅有先秦时期萌发“传统”的思考,如“殷因于夏礼,所损益可知也。周因于殷礼,所损益可知也。其或继周者,虽百世可知也”(《学而》)、“古之人,外化而内不化,今之人内化而外不化”(《庄子·知北游》)的论断,而且中国古代典籍中也有“传统”一词,如《后汉书·东夷传·倭》:“自武帝灭朝鲜,使驿通于汉者三十许国,国皆称王,世世传统”,南朝梁沉约《立太子恩诏》:“守器传统,于斯为重。”尤其是鸦片战争之后,人们对“传统”进行了全面思考,在由原先“优秀”的定位变成了近代有待“整理”、需要“打倒”的对象之后,成为当代“文化自觉”的源泉。一言以蔽之,“传统”经历了“肯定、否定和否定之否定”的发展过程。

据考证,近代以来人们大致在4种情景下会使用“传统”一词。一是为了与新近出现事物区别,而把以往既有事物加上传统字样,如与现代艺术相对有所谓传统音乐之类;二是与外来事物相区别而把本土固有事物称为传统,如传统医学之类;三是指谓一些历史悠久的文化遗产,如将对父母、长辈的孝敬称为传统道德;四是指称具有自我维系和统摄能力,较为稳固甚至惰性的存在,如传统观念、传统习俗等。^⑤

① 张立文. 传统学引论——中国传统文化的多维反思 [M]. 北京: 中国人民大学出版社, 1989: 101.

② [美] E. 希尔斯. 论传统 [M]. 傅铿, 吕乐译. 上海: 上海人民出版社, 1991: 15~18.

③ [德] 贝克, [英] 吉登斯, [英] 拉什. 自反性现代化: 现代社会秩序中的政治、传统与美学 [M]. 赵文书译. 北京: 商务印书馆, 2001: 72~138.

④ [英] E. 霍布斯鲍姆, 兰格. 传统的发明 [M]. 顾杭, 庞冠群译. 南京: 译林出版社, 2004.

⑤ 耿云志. 论传统 [J]. 传统文化与现代化, 1998, 35 (5): 10.

“传统”中的“传”表示传递与传播，具有时间上的历时性、延续性，是指那些过去有的、现在仍然发挥作用的，代代相传的存在，“没有传播就没有文化，传播就是文化的实现”。^① 传统的“统”，表示总括、统率、连续关系，指空间上的拓展性、权威性、系统性，是将其作为当下生活的指导，没有统一就无法指导人们的社会生活。

在传递并统率人们的生活过程中，传统也在不断发展变化。在传统的变化中，它不仅以变化适应当代，也以变化保持传统。《诗》曰：“周虽旧邦，其命维新。”黑格尔说过：“传统并不是一尊不动的石像，而是生命洋溢的，有如一道洪流，离开它的源头越远，它就膨胀得越大。”^② 关于传统的变化，按照史家的说法具有三个级度：一曰十年期的时尚之变，二曰百年的缓慢渐变，三是并不基于时间维度的激变。

总之，现在大家对“传统”比较认可的说法是“历史上流传下来的社会习惯力量，存在于制度、思想、文化、道德学各个领域……对人们的社会行为有无形的控制作用。”^③

三、民族传统体育

近代以来，我国对“民族”作广义与狭义的不同界定，对“传统”形成了不同理解，同样人们对“民族传统体育”的认识也经历了由狭义到广义的发展。

第一，在中西比较视野下形成狭义的、作为主流的“民族传统体育”认识。近代以来，在西方体育进入中国后，人们先是从中国视角理解西方体育。例如，1897年何炯在《中西体操比较说》一文中将西方体育与中国武术进行了比较。1897年王维泰说：“体操实非西法，乃我中古习舞之遗意。”^④ 1919年陈铁生认为“陆军中学尚有枪剑术，其中所用的法子，所绘的图形，依旧逃不出技击的范围”、“东瀛‘武士道’窃吾绪余，以‘大和魂’自许”。^⑤ 随后，人们对武术作“中国旧有武技”、“中国固有武术”、“我国技击”、“国技”、“国粹体育”的认识，并将其称之为“国术”，也在“将现在洋土体育

① 《复旦学报》编辑部. 断裂与继承 [M]. 上海: 上海人民出版社, 1987: 180.

② [德] 黑格尔. 哲学史讲演录 (第一卷) [M]. 贺麟, 王太庆译. 北京: 商务印书馆, 1959: 9.

③ 辞海编辑委员会. 辞海 [M]. 上海: 上海辞书出版社, 1989: 242.

④ 国家体委体育文史工作委员会, 全国体总文史资料编审委员会. 中国近代体育文选 [M]. 北京: 人民体育出版社, 1992: 1~4.

⑤ 陈铁生. 驳 (新青年) 五卷五号 (随感录第三十七条) [A]. 鲁迅全集 (第8卷) [M]. 北京: 人民文学出版社, 1981: 85.

打成一片”、建设“民族体育”、“新体育”、“中国体育”的“土洋之争”中形成了西方体育框架下认识中国体育的定式,最后在新中国成立后成为体育的一个专业、体育学的一个学科。关于专业建设,武术于1963年成为《高等学校通用专业目录》公布的“田径运动、体操、球类运动、游泳、冰上运动、运动保健(试办)”等7个体育专业之一,1998年教育部新修订的高校本科专业目录将武术专业拓宽为民族传统体育专业,2012年《普通高等学校本科专业目录》将其名调整为“武术与民族传统体育专业”。关于学科建设,1979年招收武术理论与方法专业硕士研究生,1982年获武术专业硕士学位授予权,1985年列入国家体委重点学科建设项目,1996年国务院学位委员会批准设立“武术理论与方法”博士学位授权点,1997年国务院学位委员会和原国家教委将其作为一级学科体育学下属的4个二级学科之一,并形成以武术为主体,包括传统体育养生和民族民间体育在内的学科体系。^①

“人们的知识,甚至旧有系统的学科知识,无不和当时的历史需要相结合。”^②对“民族传统体育”的理解,不能忽略其时代背景。“民族传统体育”的概念,在语境上是中国体育针对“西方现代竞技体育”这个“他者”提出来的,是为了解决“西方竞技体育文化对中国民族传统体育文化的激烈冲击”,^③也是严复将晚清比拟成重病在身的“病夫”后,人们将国弱归因于病夫身体,在“亡国灭种”的焦虑中吹响“强国强种”的号角,将武术(中国体育)变成国家大事的结果;^④在时段上指1840年前我国各族人民已经采用并流传至今的体育活动内容、社会表现方式与价值观念的总和,^⑤在中国近代之前产生、发展、由中华民族世代实践并流传或影响至今的体育;^⑥在对象上指有别于西方体育和其他国家体育的中国的本土体育;^⑦在内容上包括各民族中开展的具有浓厚民族传统特色的各种体育活动的总称,^⑧是我国各民族所具

① “民族传统体育”一词在1981年“全国少数民族工作座谈会”上提出,于1982年第2届全国少数民族传统体育运动会上开始使用,1997年成为体育学下设4个二级学科之一,1998年成为《普通高等学校本科专业目录》中的一个体育专业。

② 费孝通.中华民族研究的新探索[J].北京大学学报(哲学社会科学版),1990(4):2.

③ 白晋湘.论中国民族传统体育文化与西方竞技体育文化的冲突与互补[J].北京体育大学学报,2003,26(3):295~296.

④ 戴国斌.武术:身体的文化[M].北京:人民体育出版社,2011:49~81.//戴国斌.武术的文化生产[D].华东师范大学,2008:94~113.

⑤ 熊晓正.机遇与挑战[J].成都体育学院学报,1988(4):21~28.

⑥ 周伟良.中华民族传统体育概论高级教程[M].北京:高等教育出版社,2003:1.

⑦ 马明达.试论中国民族体育体系的重构[J].体育文化导刊,2007(6):21~27.

⑧ 张选惠.民族传统体育概论[M].北京:人民体育出版社,2005:3.

有的强身、祛病、健体、习武和娱乐性质的传统体育运动。^①

这种在民族文化土壤中孕育并随着民族文化发展的民族传统体育,在历史积淀中形成具有独特民族作风和民族气派、形式绚丽多彩的民族传统体育方式,按照文化人类学的观点,与民族起源、种族繁衍、生产劳动有关。但是,与古希腊体育以冲突为主线、突出个体能力的重竞技运动方式不同,我国的民族传统体育,其主体“农业—宗法”在社会土壤中生成,并在56个民族的历史融合发展中成为以和谐为主线,突出集体,追求“身心和谐、人际和谐、天人和諧”的文化样式。

第二,在全球化语境中形成了广义的、前沿的“民族传统体育”认识。这种广义的民族传统体育概念,不仅包括国外民族传统体育,而且细化为我国各民族传统体育,深化为民俗体育。

国外各民族的民族传统体育,不仅“每个民族在自己的生存发展空间中,在种族绵延的历史长河里,用智慧创造了独具特色的民族体育”,^②总体具有传统性,“作为一种具有独特的发展机制的文化类型,民族体育与在全世界范围内普遍流行的世界体育有着极大差异,具有古朴、自然、轻松、和谐及生活气息浓厚、娱乐色彩浓郁等特点”,^③而且其发展也会被其他民族接受,甚至成为现代体育的内容,“当今世界流行的形形色色的体育活动,刚开始仅仅局限在某一地区的一个或少数几个民族中,最终为各国各民族所接受,成为全人类共有的体育文化财富”。^④

国内各民族的民族传统体育活动形式丰富,各具特色。许多民族都有自己独特的武术、射箭等运动方式,摔跤也在各民族发展中形成了藏族的北嘎、维吾尔族的且里西、彝族的格等风格各异的文化气象,同时因其融入和依附于人们日常的风俗习惯之中,^⑤具有“集体性、类型性、继承性和扩布性(传统性)”的民俗属性,^⑥而被称为“民俗体育”或“民间体育”。此外,结合“民族”概念“小民族或少数民族意义”的理解,将少数民族体育作为民族传统体育学的研究内容。

① 王亚琼,杨庆辞,罗曦娟.民族传统体育学[M].北京:北京师范大学出版社,2013:2.

② 邱丕相.全球文化背景下民族传统体育发展的思考[J].体育科学,2006,26(8):63~65.

③ 周伟良.中华民族传统体育概论高级教程[M].北京:高等教育出版社,2003:8.

④ 周伟良.中华民族传统体育概论高级教程[M].北京:高等教育出版社,2003:246.

⑤ 涂传飞.民间体育、传统体育、民俗体育、民族体育概念再探讨[J].武汉体育学院学报,2009,43(11):28~33.

⑥ 钟敬文.民俗文化的性质与功能[J].哲学动态,1995(1):22~25. 乌丙安.论当代中国民俗文化的剧变[J].广西民族学院学报(哲学社会科学版),1996(2):74~77.

总之,“民族传统体育”在近代西方体育进入中国后成为人们思考的问题,并在“强国强种”话语中成为“增强人民体质”的重要内容。从狭义角度看,相对于西方体育有“(本)民族”、“传统”之称谓;从广义角度看,“民族传统体育”不仅泛化为各国民族传统体育表述,而且也延伸为相对于官方体育的民间体育、民俗体育以及相对于汉族体育的少数民族体育。鉴于上述相关概念的辨析,本教材将“民族传统体育”定义为:某个民族(既可是外国也可为中国,本教材主要讨论中国各民族;既可是民俗民间体育也可为少数民族体育)历代因循、普遍开展的具有浓厚民族文化色彩和特征的体育活动。

第二节 学习民族传统体育的意义

民族传统体育是一种文化,反映一个民族长期历史积淀而形成的文化心态或民族文化心理结构。学习民族传统体育,不仅有助于我们认识民族文化,继承民族传统文化,把握民族精神,而且也可以促进人类的社会化,服务于我们“认识你自己”的文化自觉;不仅是武术与民族传统专业的主干课程,也是我国体育专业学生均应有所了解的内容。

一、传承民族传统体育文化

铭刻在希腊圣城德尔斐神殿上最有名的箴言是“认识你自己”,这是一个人类共同面临的哲学问题,既是一个国家形象建立、一个民族特征形成的大问题,也是一个个体社会化和自我实现的小问题。

从国家层面看“认识你自己”,学习民族传统体育可以促进我们的文化自觉。“文化自觉”是我国著名社会学家费孝通的观点,它指生活在一定文化历史圈子的人对其文化有自知之明,并对其发展历程和未来有充分的认识。民族传统体育作为我国传统文化的组成部分,在其原始形态的文化历程中融入了中国传统文化对人的身体、对人体运动、对天地自然运动的独特理解。学习民族传统体育,了解我国各民族体育发生发展的历史,知晓其活动方式,既可促进体育专业学生对中国体育文化觉醒、反省、创建的认识,培养民族文化认同感,也可增强体育专业学生对中国传统文化的理解、反省、传承,树立民族传统体育的自豪感和自信心。

从个体层面看“认识你自己”,学习民族传统体育可以增强我们的文化认同。回答“我们是谁”的文化认同对于大多数人来说是最有意义的,是人们在民族共同体中长期共同生活所形成的对本民族最有意义的事物的肯定性