

民族传统体育学

MINZU CHUANTONG TIYUXUE

总主编◎范纯 伍广津 刘靖南



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS
广西师范大学出版社



图书在版编目(CIP)数据

民族传统体育学

MINZU CHUANTONG TIYUXUE

◎ 总主编 / 范 纯 伍广津 刘靖南



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS

广西师范大学出版社

· 桂林 ·

图书在版编目(CIP)数据

民族传统体育学 / 范纯, 伍广津, 刘靖南总主编. —桂林: 广西师范大学出版社, 2007.6

ISBN 978-7-5633-6767-2

I. 民… II. ①范…②伍…③刘… III. 民族形式体育—
国—高等学校—教材 IV. G852.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 141134 号

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市中华路 22 号 邮政编码: 541001)
(网址: <http://www.bbtpress.com>)

出版人: 肖启明

全国新华书店经销

广西南宁华侨印务有限责任公司印刷

(广西南宁市北湖南路 20 号 邮政编码: 530001)

开本: 787 mm × 1 092 mm 1/16

印张: 15.75 字数: 344 千字

2007 年 6 月第 1 版 2007 年 6 月第 1 次印刷

印数: 0 001~1 000 册 定价: 21.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

编写说明

民族传统体育在体育科学体系中占有重要的学科地位。我国政府特别重视民族传统体育的开展,国内不少高等院校都开设了民族传统体育这门课程,并有一批专家、学者长期致力于这方面的探索和研究。目前,已挖掘整理出了上千个民族传统体育项目,比如汉族的武术、太极拳,蒙古族的摔跤、赛马、射箭,回族的踢毽、拔河,藏族的赛牦牛,苗族的荡秋千、划龙舟,壮族的投绣球,朝鲜族的跳板,满族的滑冰,侗族的高跷,瑶族的打陀螺,高山族的放风筝,布朗族的藤球,等等。民族传统体育是各民族智慧的结晶,是民族传统文化在体育方面的体现,也是最富于民族特色、最能反映民族个性和群体气质的文化领域之一。它不仅具有很强的健身价值,而且还有很高的艺术价值和丰富的娱乐、教育功能。所以,积极引导人们根据现代体育观念重新认识它的价值并合理地发展与创新,是发展体育科学的一项重要内容。有鉴于此,在广西壮族自治区教育厅的指导下,广西民族大学体育与健康科学学院有远见、有计划地组织本学院富有教学经验的教师深入到各民族地区开展调查和专题研究,以与时俱进、求真务实的科学态度编写了这本具有鲜明民族特色的、通俗易懂的、图文并茂的实用教材。

本教材主要有以下特征:

第一,时代性。本教材编写比较注重从当前民族传统体育研究的最新成果中筛选适合民族性质与要求的活动形式;比较注重反映各传统体育的内容和技法,这使得本教材富有时代气息,具有时代特色。

第二,实践性。以往的民族传统体育教材多偏重对概念和理论的阐述,缺乏对实践的有效引领。本教材比较注重实用性和可操作性,能有效指导教师教学和学生自学,能给学习者带来现实的帮助。

第三,创新性。在编写过程中,编者吸取了近期民族传统体育的重要科学研究成果,每个章节的撰写都力求讲明每个项目的动作要领、关键技法、纠正方法与自学方法,使得学习者能真正掌握一种知识结构,领会一种实用技能。

本书由范纯、伍广津、刘靖南担任总主编,刘靖南统稿。编写人员及分工(以编写篇章先后为序):范纯、黄建团、刘靖南(第一篇),韦江华(第二篇第一章)、陈支越(第二篇第二章)、邱红霞(第二篇第三章)、戴友胜(第二篇第四章)、伍广津(第二篇第五章)、沈雪松(第二篇第六章)、黄河(第二篇第七章)、何林(第二篇第八章)、蒋东升(第二篇第九章)、黄良(第二篇第十章),姜钊(第三篇第一章)、张一文(第三篇第二章)、陈凤珍(第三篇第二章)、何卫东(第三篇第三章)、杨放(第三篇第四章和第十一章)、梁路军(第三篇第五章)、吴健俊(第三篇第六章)、凌齐(第三篇第七章)、覃明路(第三篇第八章)、余文军(第三篇第九章)、蒋东升(第三篇第十章),王敬浩、李荣源、黄杰聪(第四篇)。

本书在编写、审稿、定稿过程中得到秦椿林教授、梁林教授的热心关怀与指导,以及黄飞、韦江华同志在文稿编排上的大力支持和帮助,在此一并致谢。

编者

2007年5月25日

目 录

第一篇 理论篇

- 3 第一章 民族传统体育学概述
- 13 第二章 民族传统体育文化

第二篇 竞技篇

- 45 第一章 打陀螺
- 52 第二章 秋千
- 58 第三章 高脚
- 63 第四章 毽球
- 99 第五章 龙舟竞渡
- 105 第六章 抢花炮
- 122 第七章 射弩
- 126 第八章 抛绣球
- 129 第九章 蹴球
- 136 第十章 珍珠球

第三篇 表演篇

- 149 第一章 板鞋竞技
- 153 第二章 打阳台
- 156 第三章 大象拔河
- 162 第四章 花样跳绳
- 170 第五章 打磨秋
- 174 第六章 摔跤
- 184 第七章 跳竹竿
- 189 第八章 武术
- 196 第九章 舞狮子
- 199 第十章 爬坡杆
- 210 第十一章 绣球街舞

第四篇 保健篇

- 219 第一章 民族传统养生体育概述
- 226 第二章 民族传统养生体育方法介绍
- 240 第三章 民族传统养生体育的练功常识
- 244 第四章 民族传统养生体育的表演组织与评判方法简介



第一篇

理论篇

DIYIPIAN LILUNPIAN DIYIPIAN LILUNPIAN DIYIPIAN LILUNPIAN

本篇主编 范 纯 黄建团 刘靖南





第一章 民族传统体育学概述

第一节 民族传统体育学概念的界定

概念界定的准确与否直接影响着人们对事物的认知程度。对民族传统体育学的认识,有必要从其内涵确立、外延统括等方面进行剖析。

一、关于体育

近几十年来,体育运动在我国蓬勃开展,理论界对体育的研究也日趋深入,但人们对体育概念的认识一直无法统一,在某些阶段和范围内,甚至出现迥异的表述。目前,科技的新成果与新技术在体育领域中广泛应用,体育与各种社会活动之间的联系越来越紧密,对体育概念的界定显得越发困难。对体育概念界定的表述,一般包括价值取向、功能定位、内涵确立、外延统括等四个方面的内容。体育的价值取向和功能定位一般有“增强体质”、“强化体能”、“健身、健心、益群”等学说,体育的内涵确立一般有“体育是身体练习、教育过程、社会活动、文化形式”等学说,体育的外延统括对棋牌类、休闲娱乐类、舞蹈类等活动的界定则有较大的分歧。综合前人研究的认识与观点,笔者认为,对作为物质属性的生理意义上的人体的改造是体育的本质目标所在,是一切体育功能和价值的前提和基础;对作为组织属性的社会意义上的人的角色等方面的改造、对作为精神属性的心理意义上的人的情绪等方面的改造是体育的衍生目标。换言之,没有对人体的改造,对人的角色和情绪等方面的改造就是无源之水,无本之木。毕竟,人体是人之所以称之为人的最基本的载体。

二、关于民族

关于民族,中外学者进行了诸多研究,由于社会文化、历史发展各异,世界各国对民族含义的理解也不尽相同。英语中的“nation”含有“国家”和“民族”双层意义,而古汉语中“民”和“族”却是两个不同的概念。“民族”一词在汉语中的出现始于近代。据考证,梁启超最先在《东籍月旦》中使用该词。该书在译介瑞士-德国的政治理论家、法学家J. K. 布伦奇利的民族定义时说:“民族者,民俗沿革所生之结果也。民族最重要之特质有八:(一)其始也同居一地;(二)其二也同一血统;(三)同其肢体形态;(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。有此八者,则不识不知之间,自与他族日相阂隔,造成一特别团体固有之性质,传诸其子孙,是之谓民族。”迄今为止,关于民族概念的理解主要有三种说法:一是长期以来被采用较多的概念,即民族的产生与资本主义民族国家的形成是同步的,即欧洲资产阶级文化和政治运动兴起后,才有民族与民族国家的。二是民族泛指人类处于不同社会发展阶段形成的各种共同体,即斯大林提出的“民族是人们在历史上形成的有共同语言、共同地域、共同经济生活以及表现于共同文化特点上的共同心理素质的稳定的共同体”。这一观点对我国学术界影响是非

常深远的。三是民族的出现是与文明社会的产生同步的,如马克思和恩格斯所指出的:“城乡之间的对立是随着野蛮向文明的过渡、部落制度向国家的过渡、地方的局限性向民族的过渡而开始的,贯穿着全部文明的历史并一直延续到现在”。概括起来说,民族是一个历史范畴,是指人们在历史上形成的以地缘关系为基础的共同体,有它发生、发展和消亡的过程。共同的地域和共同的经济生活是民族形成的条件,共同的文化、共同的语言是民族的客观特征,民族的自我意识和民族的自我称谓是反映民族形成条件和民族客观特征的根本要素。如今我们所谈的民族,是一个内涵丰富且较为宽泛的概念,它既包含了社会、文化、政治、经济等含义,又具有地域特点,适用于不同社会形态和不同文明实体。

三、关于传统

在目前的传统学中,“传统”被视为是一个与“现代”相对应的语词。美国学者E. 希尔斯在《论传统》一书中认为,传统是一个社会的文化遗产,是人类过去所创造的种种制度、信仰、价值观念和行为方式等构成的表意象征。它使代与代之间、一个历史阶段与另一个历史阶段之间保持了连续性和同一性,构成了一个社会创造与再创造的文化密码,并且给人类生存带来了秩序和意义,即传统就是文化的密码。英国学者亚·卡尔·桑德斯认为,传统就是知识的储存与积累,并由一定方式世代传承;传统的内容储存在语言、风俗、民间传说、制度和工具等中,是人类达到高级思维过程而产生的特征;传统的运动特征引导和制约精神活动“按常规向前推进”。因此,传统一旦形成,便“支配各种精神过程运用的程度和方向”。中国学者大都认为传统是文化凝固或遗传因子。传统,是历史沿传下来的思想、文化、道德、风俗、艺术、制度以及行为方式等。人们普遍认为,沿袭和传承原有文化是传统的基本内涵,“传”是指对原有文化的继承和衍传,“统”是指原有文化的道统,多指精神文化,有时也包括制度文化。而传统的外延,目前理论界还没有一个较为统一的认识。易剑东先生在《中华民族传统体育概论高级教程》一书中指出:“传统不应该是历史上所有事物的统称,更不是一切过去的红旗手,而是对今天依然产生影响的过去的存在。这种存在包括物质形态、制度形态、精神形态的文化。只有首先具备了过去的历史文化这种基本条件的事物,才有可能成为传统。更重要的是,传统还应该是对今天产生了影响的过去的文化。没有产生实质影响并且已经湮灭的过去的文化不能称之为传统。”综上所述,我们认为,传统是人类社会世代传承的,具有特定的社会因素如思想、文化、道德、风俗、艺术、制度以及行为方式等,并对今天产生影响的各種社会文化的总称。

四、民族传统体育

关于民族传统体育概念的界定,许多学者作了有益的研究。1989年,人民体育出版社出版的体育学院通用教材《体育史》认为,民族传统体育是指近代以前的体育竞技娱乐活动。邓廷良认为:“民族传统体育是指作为近代体育前身的一些民族民间传统的体育及娱乐活动。”胡小明认为:“就国际流行的现代体育而言,中国的民族传统体育应该是在中国人居住的地方开展的、具有中华民族传统特色的体育活动的总称。”而陈国瑞认为:“民族传统体育,是指某一个民族或几个民族在一定范围所开展的,具有浓厚民族文化色彩和特征的传统体育活动,它是相对于



由外来民族传入的,现代新兴的体育项目而言的。”熊志冲认为:“中国传统体育是指中华大地上历代产生并大多流传至今和在古代历史长河中由外族传入并在我国生根发展的一切体育活动。”龙佩林等认为:“民族传统体育通常是指作为近代体育前身的一些民族民间传统的体育及娱乐活动。我国的民族传统体育包括汉族传统体育和少数民族传统体育。”熊晓正认为:“民族传统体育,主要是指近代体育传入前我国存在的体育模式,即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。”鉴于上述诸种观点,我们认为有必要从概念的外延划分、时间划分、内涵发展做进一步阐明。我们认为,体育是抽象概括程度更高的一个概念,在内涵上应是指以运动为手段,以对人的教育、培育为目的的社会活动;在外延上它包括各个民族的体育,既包括各民族的传统体育,也包括各民族的现代体育。民族传统体育是体育的下位概念,具有体育的属性,它的两个最本质特征是民族性和传统性。民族传统体育概念无国界范围之异,泛指世界各国民族传统体育,它是指世界各民族在不同历史时期所创造的具有本民族文化特征且世代相传的,以满足人们在不同历史时期身心需要的各种体育形式的总称。少数民族传统体育是指在多元一体民族国家中在数量上居于少数的各民族所拥有的本民族的传统体育。就我国而言,中华民族在几千年的历史发展中形成的以汉族为主体的多民族传统体育,称为中华民族传统体育,它是指中华各民族在鸦片战争前所创造的具有本民族文化特征且世代相传至今的,以满足人们身心需要的各种体育形式的总称;少数民族传统体育是指除汉族以外的各少数民族传统体育的总称。本教材由于篇幅有限,以下所述仅限于中华民族传统体育内容范畴。

五、民族传统体育学

1997年,国务院学位委员会和原国家教委设立一级学科体育学并下设四个二级学科,民族传统体育学被列为四个二级学科之一,从此,民族传统体育学作为国家认定学科被正式确定下来。依据民族传统体育含义和知识分类理论的原则,我们认为,民族传统体育学是指运用科学方法从整体上阐述民族传统体育的社会地位、功能、目的、任务及其与各种社会现象的内在联系,揭示民族传统体育本质特点、社会发展规律,研究民族传统体育的理论与方法体系的学科。

第二节 民族传统体育学的发展、学科性质与地位

一、民族传统体育学的发展

民族传统体育在我国有着悠久的历史,但它以学科形态发展则始于20世纪90年代。长期以来,我国一直很重视对以武术为主的中华民族传统体育的理论建设,但对其他形态的民族传统体育研究则处于相对滞后状态。自西方体育传入我国以来,我国的民族传统体育受到了很大冲击,特别是洋务运动以后,国内学校体育偏重以西方体育为主导。国内一些有识之士提出了“强体治国”的思想,对我国传统体育与西方体育在强体治国方面的理论与实践研究大量增加,武术逐渐成为

中国式的体操。通过对传统游戏进行整理研究,人们出版了一些关于武术和体育游戏方面的著作。20世纪20年代至30年代,从生理、心理、教育等角度对民族传统体育研究的论著日益增多,主要集中在武术的研究上,对其他形态民族传统体育的研究仍停留在零散的、较低水平的整理上。1953年,我国召开了第一届全国少数民族传统体育运动会。从1956年起,原国家体委开始组织专家学者进行体育史料的挖掘、整理工作,出版了大量以武术为主的书籍,但由于种种原因,人们对其他形态的民族传统体育项目的研究寥寥无几。

改革开放以来,中国的体育理论研究逐步兴起,民族传统体育研究受到了党和政府的高度重视,加强民族传统体育工作成为民族工作和体育工作的一项重要任务。为了深入贯彻党的民族政策,进一步发展民族传统体育运动,增强民族体质,弘扬民族传统文化。自1982年始,经国务院批准,恢复了四年一届的全国少数民族传统体育运动会,逐步形成了较正规的竞赛制度,民族传统体育运动得到蓬勃发展,截至2007年,已分别在天津、内蒙古、新疆、广西、云南、北京和西藏、宁夏、广东等省、自治区、直辖市举办了8届全国少数民族传统体育运动会。同时,对民族传统体育理论的研究也逐步走向科学化与规范化,至今已公开发表了数千篇论文以及出版了几十部著作。1997年,国务院学位委员会和原国家教委在一级学科体育学下设置了4个二级学科,民族传统体育学名列其中。1998年,民族传统体育专业被列入国家教育部颁布的新修订的高校本科专业目录中,这标志着民族传统体育学科正式形成。

二、民族传统体育学的学科性质与地位

(一)学科性质

作为新兴学科的民族传统体育学,肩负着体育学二级学科理论体系的建设使命。长期以来,我国一直重视以武术为主的民族传统体育研究,缺乏对民族传统体育学进行整体、系统的研究,致使民族传统体育学尚未形成一种专业理论体系,民族传统体育学与其他学科的关系仍较为模糊。以往对民族传统体育的研究,习惯上将其纳入民族学与体育学的范畴,习惯将武术作为民族传统体育的代名词,这样就很难从整体上把握该学科,难以揭示民族传统体育内在的运行规律和外显的文化特征。我们认为,在对民族传统体育学科进行整体认识时,既要从文化的层面去把握,又要从其与相关学科的关系方面去梳理。

首先,民族传统体育是一个整体存在于社会中的文化现象,是在历史发展中留存于各民族社会活动中的体育文化现象,是社会文化的一个有机组成部分,并遵循着社会文化的发展规律。中华民族传统体育文化内容非常广泛,包括自然科学、社会科学的各个门类,以及各民族的风土人情、生活习惯等。自古以来,民族传统体育以其悠久年代的遗存,表现出了浓厚的文化积淀和鲜明的民族特征,从中国体育史上贯穿始终的以武术为主体的武艺和以调节呼吸为主体的导引养生,到以游戏形式满足人们娱乐需求为主体的民间体育,乃至作为活化石的少数民族传统体育,都记载着人类社会的发展进程。所以对民族传统体育的研究,必须运用文化学的原理与方法,对民族传统体育发展及变化的文化根源性、制约性和规



则进行研究,既要注重它的历史和现状,又要着眼于它的未来。民族传统体育与其他文化现象既有本质的区别,又有直接或间接的联系,所以不能孤立地将之与其他文化现象分开认识。

其次,民族传统体育学是体育学科下属的二级学科,与民族学和传统学有着密切的联系,它是体育学、民族学和传统学之间的边缘学科。由于它的学科体系和内容涉及社会科学和自然科学的知识,又把以人为活动载体的民族传统体育作为研究对象,因此,它是一门自然科学、社会科学和人文科学相互交叉、相互渗透的综合性学科。

再次,民族传统体育学作为体育学科下属的二级学科,它与体育人文社会学、运动人体科学、体育教育训练学属于并列位置,但民族传统体育项目教学、训练的原理与方法从属于教育学、训练学范畴,与体育教育训练学有着密切的联系。从这个意义上来说,民族传统体育学科的确立与发展,离不开教育学、训练学等学科的指导。当然,民族传统体育学与体育人文社会学、运动人体科学也有着区别与联系,当研究民族传统体育文化时,我们很难将民族传统体育学与体育人文社会学分割开来;当进行民族传统体育训练和竞赛时,其内在机理与规律也让我们难以将民族传统体育学与运动人体科学分割开来。在体育学的4个二级学科自身尚未建立起清晰的理论框架和学科体系的情况下,民族传统体育学与体育人文社会学、运动人体科学、体育教育训练学在研究领域方面的重叠是在所难免的。

综上所述,我们认为,民族传统体育学是一门自然科学、社会科学和人文科学相互交叉、相互渗透,又具有相对独立研究方向的综合性学科。

(二)学科地位

人们对民族传统体育独特的功能与价值的认识,促使民族传统体育学发展为一门边缘的、交叉的新兴学科,民族传统体育学主要是借鉴民族学和体育学的成果发展起来的,由于学科发展起步晚,人们对其价值还认识不足,高水平的研究成果也比较少,民族传统体育学的发展还有很大的潜力。

在民族学领域里,随着研究的不断深入,民族传统体育在民族发展中的价值日益凸显,其独特、不可替代的作用正逐渐为人所知。如民族传统体育强身健体、培养意志品质的价值和搏斗技艺,促进了民族精神、民族体质的发展;民族传统体育文化的市场开发促进了民族经济与文化研究的发展;民族传统体育以其独特的方式影响着民族的经济、文化、艺术、宗教,其学科地位也不断得到提升。

在体育领域里,“更高、更快、更强”已经成为目前全球体育竞赛的主旋律,以西方体育文化为主体的体育全球化正在影响着当今世界体育格局,这种体育全球化的实质是多元民族文化共同构建、相互融合的阶段性的结果,许多世界体育项目都是由民族传统体育发展而来的,民族传统体育是世界体育发展的源泉。奥林匹克运动从产生发展至今,其运动项目成倍增长,许多项目是由每届奥运会的主办者将本国家或地区发展成熟、被全球范围内相当数量国家和地区的人们所认可的民族传统体育项目发展而来的。以奥林匹克运动为代表的西方体育全球化趋势是在多元民族传统体育文化发展阶段性统一的基础上形成的,民族传统体育文化

是体育全球化的根基。但长期以来,人们对民族传统体育文化缺乏深入、系统的认识,特别是对民族传统体育的学科建设研究较少,民族传统体育学科建设尚处于初级阶段。随着人们对民族传统体育价值与功能的不断认识,民族传统体育的人文精神、道德内涵及表现形式契合了现代人心理与精神的需求,符合人类活动返璞归真的内在逻辑,为许多现代体育项目发展提供了有益的借鉴。民族传统体育学科的地位与作用将随人们的不断认识得到提高。

总之,民族传统体育学科的地位将随着人们对其价值与功能的不断认识而得到提高。民族传统体育的发展必须融入体育的全球化,在文化层面上进行技术创新,借助现代传播媒介广泛地向世界各地进行传播;在研究层面上加大对民族传统体育学科建设的系统研究,提升民族传统体育学的研究水平,揭示出民族传统体育在现代社会中的发展规律和现代生活中不可替代的地位及作用,从而不断提高民族传统体育学科的地位。

第三节 民族传统体育学的研究

一、研究对象

任何一门学科均有自己的研究对象,它是学科独立的前提和基础。民族传统体育学作为一门综合性学科,其研究对象是交叉综合学科中具有广泛社会性、非国界性的民族传统体育。从文化的角度来分析,民族传统体育作为一种社会文化,它存在着物质、制度、精神三个层次的文化,这三个层次文化的分类,科学合理地构建了对民族传统体育文化的解释系统,清晰地描绘出了民族传统体育学科的研究对象——民族传统体育物质、制度、精神文化及其相互关系以及它们与外部世界的关联。民族传统体育学科的研究领域可分为以下几方面。

(1)民族传统体育的概念和术语体系。

(2)民族传统体育学科的基础理论与内容体系。

(3)民族传统体育的本质与特征、起源与演进、功能与价值、社会地位与作用。

(4)民族传统体育物质、精神、制度文化的相互关系;民族传统体育文化与民族传统文化的相互关系;民族传统体育文化与本民族或地区的政治、经济、教育及其生存、发展和变迁的关系;民族传统体育项目内容与地域和民族特点的关系;民族传统体育项目的发展战略;民族传统体育文化的交流与传播等。

(5)民族传统体育未来的发展。

二、研究方法

研究方法是一门学科形成的重要标志之一,不同的学科有不同的研究方法体系。一门学科的研究方法体系由方法论、具体的研究方法和研究技术三个层次构成。方法论是指具有高度统摄意义的审视事物的根本理论;具体的研究方法是指从具体学科出发而使用的研究思路;研究技术是指进行某项研究所应该遵循的基本工作顺序。民族传统体育研究方法体系的形成,必须根据其学科性质的特点和



研究对象特点选取对应的研究方法,除了运用一般科研方法外,还要运用传统学、民族学、人类学、体育学等学科的方法和理论进行研究。

(一)研究原则

1. 经验与科学相结合的原则

民族传统体育作为一种体育文化,它的产生与发展既受到科学规律的制约和推进,又与自身发展经验有密切的联系。在探究事物发展的现象与规律时,我们既要运用现代科学理论进行合理解释,也要结合人们对事物的经验认知作出回答。我国许多民族传统体育项目充分汲取了《周易》的哲学思想,促进了自身不断发展,形成了独特的价值与功能。如五行学说衍生的形意拳,其独特拳技之理与健身价值至今仍无法用科学理论进行合理的解释。从这个意义上来说,对民族传统体育研究坚持经验与科学的结合是十分必要的。

2. 历史与逻辑相统一的原则

民族传统体育作为一种社会文化,审视它的最重要的方法论之一就是历史与逻辑的统一。因为任何人类文化的产生和发展都是历史的沉淀,需要人们运用历史的逻辑来认识。历史唯物主义与辩证唯物主义就是历史与逻辑相统一方法论的经典之一。

3. 技术与理论相结合的原则

民族传统体育立足于民族传统的相关理论和行为准则,并在此基础上发展出自身特殊的技术及理论体系,这体现了技术与理论高度整合的特征,这就要求我们在研究方法的选取与运用上要遵循技术与理论相结合的原则。

(二)主要研究方法

1. 文献研究法

文献研究法即通过阅读、积累、分析、综合有关书籍、资料、报刊、手稿等,获取需要的信息、知识、数据和观点,全面地掌握所研究问题的现象和本质的方法。文献研究法一般来说,有这样几个步骤:首先,查找和收集与本研究主题有关的文献,如图书、报刊、原始记载、手稿、资料等,然后按照适当的顺序进行概览;在概览有关材料的同时,从中选择出确实有用的也是值得重点研究的材料以便进一步详细研读;其次,精细地阅读有关的重点研究文献,进行重点摘录,并在此基础上列出大纲,再依据大纲将摘录材料组织起来;再次,进一步分析资料,连同通过其他手段获得的材料进行分析,写出报告,既是作为初步研究获取的成果,又是作为进一步研究的基础。所以,在对民族传统体育进行研究时,必须大量地获得和占有多种文献资料,才能概括出民族传统体育的发展规律。

2. 考古研究法

中华民族传统体育有着悠久的历史渊源,有的有文字资料记载,但有相当一部分由于历史久远,只能从发掘的文物中去研究和认识,因此,文物考古研究法就成为一种重要的研究方法。该方法是人们获得历史资料,对民族传统体育的历史进行再现,进而探索其发展进程和规律的一种重要途径。许多出土文物成为人们研究古代民族传统体育的重要依据。例如,在山西襄汾丁村发现的石球,为我们

认识中国古代体育提供了重要的线索。因此出土文物、壁画是研究民族传统体育的一个重要方面,它是人类早期活动的一个佐证。

3. 田野考察法

田野考察法是在自然情境下,研究者与被研究者直接接触,通过面对面的交往,实地考察被研究者的日常生活状态和过程,了解被研究者所处的环境以及环境对他们产生的影响,其目的是从被研究者的角度来探寻对他们的行为及其意义的合理解释。它是民族传统体育研究获取资料最基本的途径之一。田野考察法一般分为四个步骤:第一是田野考察的准备,包括选择研究课题、提出假设、制订方案等。第二是田野考察资料收集方法,包括现场观察、访问,或然性样品和实然性样品的抽样调查,人口调查、勘测、编制目录和资源研究等非行为资料的收集方法,官方统计文献、历史档案、摄影、民间文学及其他资料收集方法。第三是野外适应,包括野外考察衣、食、住、行及安全等问题。第四是收集资料分析,包括统计分析、探索规律、理论建构等。田野考察法要求研究者对自己的前设和偏见进行反省,并随着实际情况的变化,不断调整自己的研究设计。否则,其研究结果只适用于特定的情境和条件,不能推广到样本之外。应该指出的是,研究者必须事先征求被研究者的同意,对他们所提供的信息严格保密,与他们保持良好的关系,并合理回报他们所给予的帮助。

4. 比较研究法

体育作为一种人类文化的存在方式,是具体的,是具有区域性和各自历史渊源的。不同国度、不同民族、不同历史时期,由于特有的自然条件、地理环境、政治、经济、社会、文化等方面的原因,民族体育存在着较大的异质性。通过比较,我们可以发现和了解不同民族体育之间的相同点和不同点,发现和了解制约民族传统体育发展的各种因素及其相互之间的关系,了解民族传统体育文化发展的一般规律。依据比较目的的不同,比较法一般可以分为历史比较法和类型比较法两种。历史比较法是对同一民族体育文化不同时期的比较研究,它着重的是从历史发展的角度研究体育的继承与变迁;而类型比较法则是横向的比较研究,从不同民族体育总体或某种因素、层面的横向比较中,区别不同民族体育文化的特点和类型,研究民族体育发展的一般规律和特殊规律。比较法是民族传统体育学中较常用的研究方法。近年来在民族传统体育的研究中,既有对中国古代体育与古希腊体育进行比较研究的,也有对中国各民族传统体育进行比较研究的,还有对中华民族不同历史时期传统体育特点进行比较研究的,通过上述比较研究,既能使我们明确中华民族传统体育产生、存在的条件,也可以使我们更好地把握民族传统体育的未来发展方向。

5. 问卷调查法

问卷调查法是指调查者运用统一设计的问卷,向被调查者了解情况或征询意见,是一种用书面回答的方式收集资料的方法。问卷调查是标准化调查,即按照统一设计的有一定结构的问卷所进行的调查,问卷设计必须遵循社会学和有关问卷设计的基本要求,一般经过结构确定、题目编制、问卷试测、问卷质量分析、问卷



修订等几个步骤。问卷调查有间接调查,即调查者不与被调查者直接见面而由被调查者自己填答问卷。问卷调查也有书面调查,即调查者用书面提出问题,被调查者也用书面回答问题。问卷调查法一般包括报刊问卷调查、邮政问卷调查、发送问卷调查、访问问卷调查、自填问卷调查、代填问卷调查等方法。

三、研究目的与任务

任何一门学科的研究目的都是在学科自身特质的内在规定性和学科面临的现实处境条件下形成的,而学科的研究任务则更多的是研究者或研究管理者出于自身的需求和现实的需要而重点选择的研究目标。

民族传统体育学的研究目的:继承、弘扬民族传统体育文化,丰富补充现代世界体育文化宝库,构建、完善世界体育科学体系。

民族传统体育学的研究任务:发现和探寻民族传统体育的历史遗存和文化积淀,挖掘并理清民族传统体育的历史脉络,探究民族传统体育的独特价值,描述并阐明民族传统体育演进的内在机理及规律,分析并解释民族传统体育发生发展的科学原理、社会机制和人文使命,为民族传统体育事业的发展提供理论指导和依据。

第四节 民族传统体育学科体系

根据民族传统体育的学科性质,学科体系建设应体现时代性、整体性、特性、互补性、应用性的要求,民族传统体育学科体系可分为理论体系与技术体系两个方面。

一、民族传统体育理论体系

民族传统体育理论体系以中华民族文化为主,融合自然科学与社会科学知识理论,构成了一个较为完整的基础理论性的学科体系。首先,民族传统体育学以社会科学知识理论为基础,广泛借鉴民族学、文化学、社会学、传统学、人类学、史学、美学、民俗学等学科的相关理论,形成了民族传统体育社会科学理论,其中与民族学、传统学的关系最为密切。其次,民族传统体育学以自然科学知识理论为基础,广泛借鉴教育学、体育学、训练学、生理学、医学、化学等学科的相关理论,形成了民族传统体育自然科学理论,其中与体育学的关系最为密切,其知识结构可包括:民族传统体育学的基本理论知识,民族传统体育学与体育学的一般知识原理,以及构筑于民族传统体育学和体育学的一般原理与知识、技能基础上的专业知识及理论体系。由民族传统体育社会科学理论和民族传统体育自然科学理论构成了一个层次分明、相互渗透、相互依托、有序、开放的学科理论体系,并根据其在学校教育的发展要求,建立了相应的课程体系,包括课程、教材、评价等方面,为民族传统体育在学校体育的实施提供了可操作的理论依据。民族传统体育理论体系结构如图 1-1-1 所示:

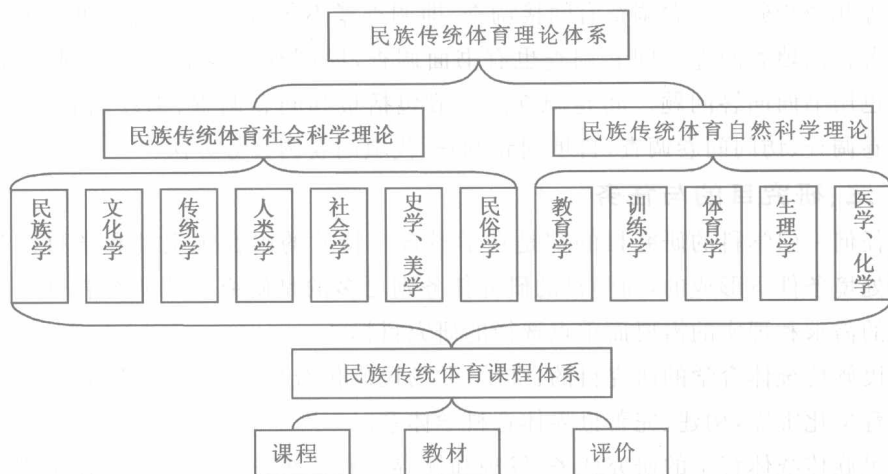


图 1-1-1 民族传统体育理论体系结构

二、民族传统体育技术体系

民族传统体育技术是民族传统体育的外显文化特征，它是民族传统体育实践的表现形式，民族传统体育技术体系从项目内容和表现形式上可分为竞技类、表演类、养生类、娱乐休闲类。民族传统体育技术体系的结构如图 1-1-2 所示：

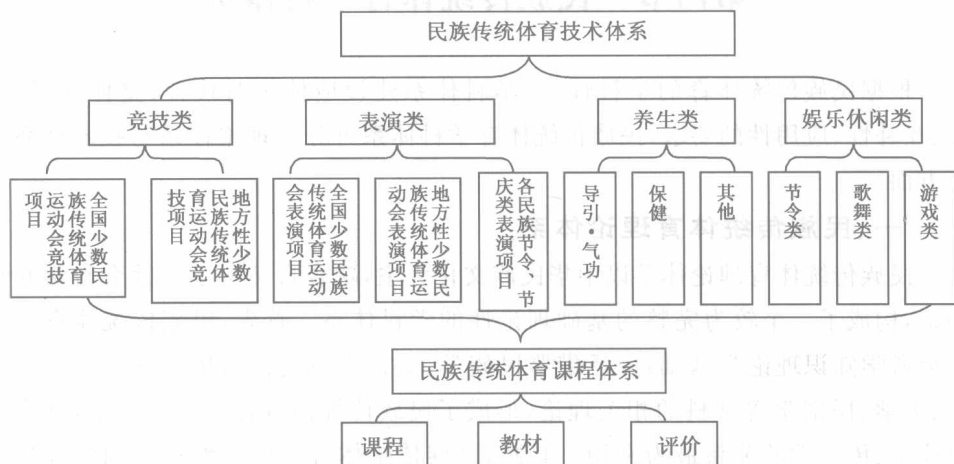


图 1-1-2 民族传统体育技术体系结构