

◎ 主编/黄银华 卢 兵

民族传统体育文化

Minzu Chuantong Tiyu Wenhua Yanjiu

研究



武汉出版社

WUHAN PUBLISHING HOUSE

民族传统体育文化

■ *Minzu Chuantong Tiyu Wenhua Yanjiu* ■

研究

主 编 黄银华 卢 兵
副主编 袁华亭 胡文雄 刘杏春
编 委 (以姓氏笔画为序)
卢·兵 刘杏春 李率文 汪如锋
张怀成 杨 斌 胡文雄 袁华亭
黄银华 龚 群 彭宝荣 潘 宁



武 汉 出 版 社
WUHAN PUBLISHING HOUSE

(鄂)新登字 08 号

图书在版编目(CIP)数据

民族传统体育文化研究/黄银华,卢兵主编. —武汉:武汉出版社, 2007. 5

ISBN 978-7-5430-3735-9

I. 中… II. ①黄…②卢… III. 民族形式体育—研究—中国 IV. G852.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 136863 号

书 名:民族传统体育文化研究

主 编:黄银华 卢 兵

责任编辑:明廷雄

封面设计:刘福珊

出 版:武汉出版社

社 址:武汉市江汉区新华下路 103 号 邮 编:430015

电 话:(027)85606403 85600625

<http://www.whcbs.com> E-mail: wuhanpress@126.com

印 刷:武汉市勘测设计研究院地图印刷厂 经 销:新华书店

开 本:880mm×1230mm 1/32

印 张:10.375 字 数:299 千字 插 页:3

版 次:2007 年 5 月第 1 版 2007 年 5 月第 1 次印刷

定 价:25.00 元

版权所有·翻印必究

如有质量问题,由承印厂负责调换。

序

五千年悠久灿烂的中华民族传统文化,为人类文明进步作出了巨大贡献,是中华民族生生不息、国脉传承的精神纽带,是中华民族历经劫难屹立不倒的力量源泉。当今世界,民族传统文化与政治、经济相互交融,与科技的结合日益紧密,而从民族传统文化中孕育出来的民族传统体育,以其丰富多彩的形式、博大精深的内容、深厚的文化底蕴和独特的价值功能,对加快发展我国体育事业和体育产业,振奋民族精神,激发民族生命力,增强民族凝聚力,提高民族创造力等方面产生了深远的影响,愈来愈受到人们的重视。

作为民族高等院校的体育教学研究单位,我们一直将传承和弘扬民族传统体育文化视为己任,积极致力于民族传统体育文化的探索与教学。本书汇集了中南民族大学体育教学部近年来在民族传统体育理论研究、少数民族体育文化的发掘整理、民族传统体育教学改革与训练实践等方面的成果,是新世纪中南民族大学民族传统体育科学研究成果的荟萃。

本书由中南民族大学体育教学部教师集体编写。参加编写的同志长期从事民族传统体育运动的教学、训练与研究,积累了较丰富的经验。编写的过程中还征求了部分专家的意见,并经过反复讨论修改。对专家学者们提出的建设性意见,我们加以充分吸收,在此一并表示感谢。

本书能够及时、顺利地出版,得到了武汉出版社的支持,在此表示衷心的感谢!

由于成书时间仓促,特别是文章均为个人研究成果,尚待深入探讨,书中难免有疏漏之处,恳请读者批评指正。

编者

2007年4月

目 录

卷一 少数民族传统体育文化

少数民族传统体育文化在民族区域经济中

- 的作用..... 黄银华 龚 群 (3)
- 土家族、苗族图腾崇拜与体育文化..... 卢 兵 (10)
- 藏族寺院民俗体育文化初探 卢 兵 (19)
- 从《易》道溯源中国传统体育的基本理论 卢 兵 (29)
- 对我国女子体育文化兴衰流变的历史考察 卢 兵 (43)
- 论道教哲学对其养生修炼理论体系的构建 卢 兵 (53)
- 论传统思维方式对传统体育文化的建设与塑造 卢 兵 (64)
- 土家族、苗族祭祀仪式中的体育文化解读 卢 兵 (76)
- 论我国少数民族传统体育二类迥然不同的形态特质
- 与殊途同归的保护措施 袁华亭 (86)
- 对少数民族传统体育文化基本概念的探讨 袁华亭 张怀成 (97)
- 中国武术奥运之旅及武术文化传承
- 与传播思考..... 汪如峰 杨斌 (104)
- 浅析发展少数民族传统体育对构建和谐社会
- 的现实意义 李 蕾 (112)
- 试论少数民族传统体育的保护和传承 李家荣 (117)
- 论民族传统体育的特点和文化价值 郭 鸿 (124)

中国民族传统体育文化之研究	龚 群 (129)
我国少数民族传统体育文化的定位及其 发展对策	袁华亭 李率文 (137)

卷二 少数民族传统体育运动

民族传统舞蹈与全民健身运动	黄银华 (147)
毽球运动技术研究	郭 鸿 (152)
侗族哆毽及其体育文化特征	袁华亭 (158)
每球得分制毽球比赛节奏控制的再认识	高广泉 (162)
略论如何发展我国少数民族体育运动	彭宝荣 (168)
论武术的社会文化价值	胡文雄 (172)
中国加入 WTO 对武术市场的影响及发展对策	汪如峰 (175)
当前武术套路比赛受冷落原因探析	汪如峰 杨 斌 (182)
简论回族与武术	胡文雄 (190)
论传统武术在现代社会的发展	单静怡 (195)

卷三 少数民族传统体育教育及其他

浅谈我国民族体育的发展与经济效益	黄银华 (203)
论少数民族传统体育的产业化道路	黄银华 (209)
从娱乐性谈民族传统体育的开发与利用	黄银华 龚 群 (214)
民族传统体育在高校素质教育中的作用	黄银华 (220)
运用民族传统体育对大学生进行素质教育 的实践初探	黄银华 (226)
武打影视与武术教学相结合 的尝试	李率文 余小平 贾 岩 (231)
民族传统体育走进高校体育教学的思考	郭炳德 (237)

湖北省汉族与少数民族大学生体质健康的

比较研究 潘 宁 龚 群 彭宝荣 (242)

我国少数民族传统体育用品销售的局限性

与对策研究 范石汉 (249)

浅析短跑放松技术特点和训练 何玉洁 (254)

民族传统体育教学刍议 李 蕾 (260)

中小学武术课开展与普及对策探讨 汪如峰 (269)

高校女生练习太极拳益处之探讨 汪如峰 (276)

新时期我国学校武术改革与展望

——兼论《普通高校本科体育教育专业武术课程

指导纲要》的变化 汪如峰 (284)

浅析高校业余武术训练与跨世纪人才培养的关系 胡文雄 (294)

普通高校武术业余训练刍议 胡文雄 (299)

加强民族院校体育教材建设的思考 彭宝荣 (303)

民族特色体育教育在素质教育中的作用与意义 彭宝荣 (307)

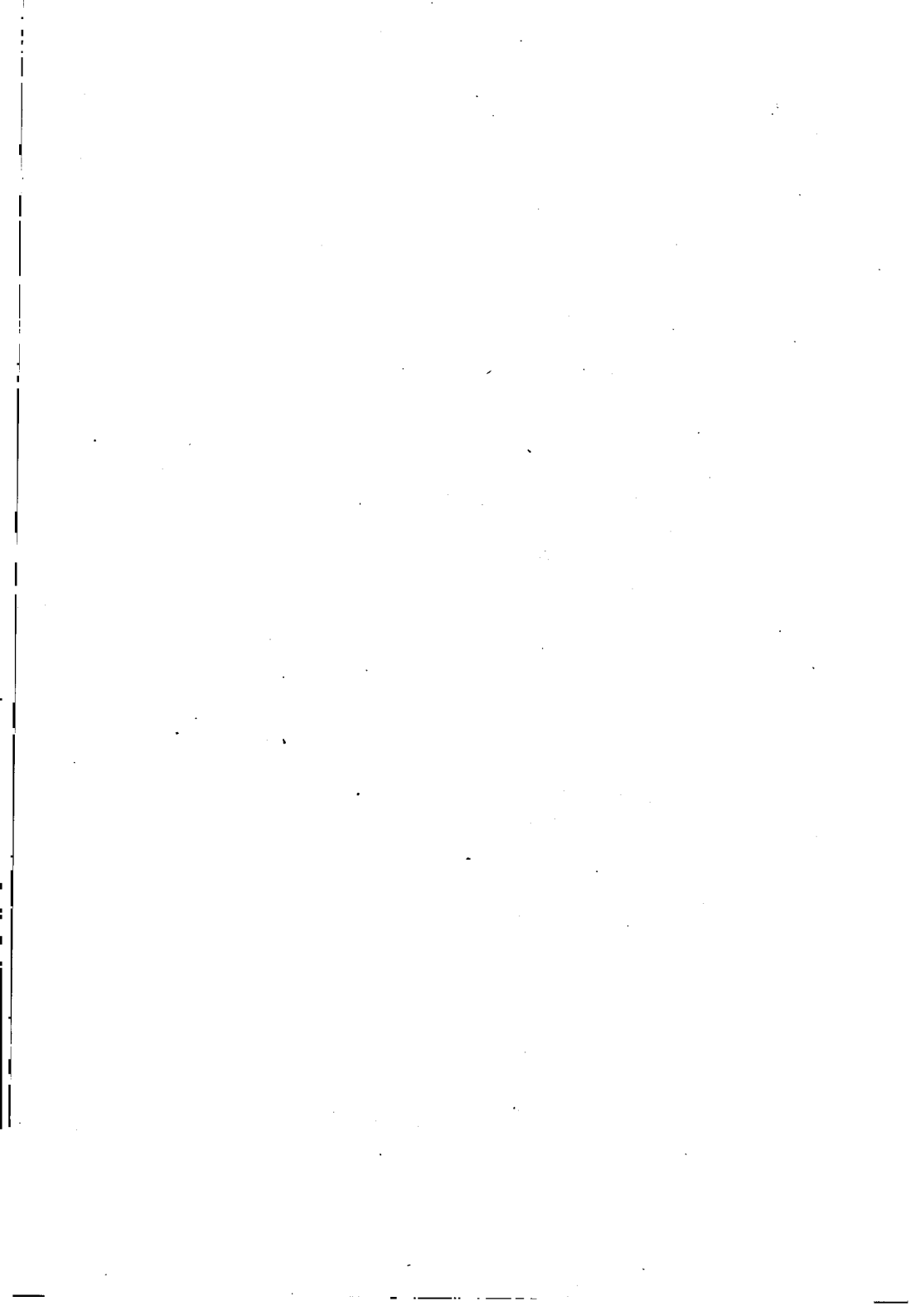
关于艺术体操课融合民族舞蹈的设想 刘杏春 (312)

试论高校体育在当前我国社会体育中的现实作用 王小安 (317)

浅谈终身体育的实施 郭 莉 (322)

卷一

少数民族传统体育文化



少数民族传统体育文化在民族区域 经济中的作用

我国是一个多民族的国家，千百年来，各族人民结合本民族特点，创造出具有浓郁民族风格的传统体育。它源远流长，丰富多彩，不仅具有高超的技巧和多姿的艺术形式，而且具有深厚的文化内涵。它在强身健体、娱乐身心的同时，也反映着本民族的历史、文化、风格和价值观念。它不仅是一种活动形式，更是一个民族文化的写照，是一种深厚的地域性文化资源和珍贵的非物质文化遗产。目前，在我国大力加强保护少数民族非物质文化遗产的国家文化战略背景下，各少数民族地区如何把民族传统体育文化的资源优势与生产要素转变为现实的经济优势，就格外显得意义重大。本文通过对少数民族传统体育文化的经济价值的探讨，研究其在少数民族地区的经济发展中如何充分发挥其应有的作用，以提高我国少数民族体育文化的社会效益与经济效益。



民族传统体育和民族传统体育文化的概念如何界定呢？目前，学术界对民族传统体育概念的界定主要有以下几种：民族传统体育是各民族世代相传，具有民族特点的各种体育活动的总称^[1]。民族传统体育是继萌芽体育之后，在古代体育基础之上延续下来的农业时代的产物，因此，民族传统体育是指近代体育传入之前，我国各民族已有的体育活动内容^[2]。凡是目前在一些民族地区仍在流传的具有民族特色的体育活动，都属于民族传统体育的范围；对于古代典籍或历史文物中反映的已失传的古代体育项目，也应看作是民族传统体育项目^[3]。民族传统体育文化

是我国各民族世代相传、有一定体育内涵或外延的人类社会活动的总称；一些失传的，但经过挖掘与整理后重新回复传承的体育项目，也包括在民族传统体育文化的范畴之内^[4]。

第一种概念较好地把握了民族传统体育的核心内涵，简明扼要；其他三种概念是从不同的角度对第一种概念的补充与完善。笔者认为，民族传统体育应具有“三性”，即民族性、传统性、体育性。由于各民族的经济、文化水平差异较大，因而在世代相传中形成了风格各异、形式多样、各具特色的体育活动内容，各项活动是以健身强体为主要目的。

二

少数民族传统体育文化从技术上可分为如下四类：竞技比赛类，如武术、摔跤、赛马、龙舟竞渡等活动项目；养生健身类，如导引、气功、太极拳等项目；艺术表演类，如舞龙、舞狮、冰嬉等活动项目；游戏娱乐类，如风筝、秋千、抢花炮等活动项目。

从少数民族传统体育文化的商品化、产业化角度可分为如下五种类型：观赏型，如马术、上刀杆、珍珠球、秋千、武术等。游客参与型，如跳竹竿、丢包、泼水等。日常健身型，如跳月、跳锅庄、摆手舞、白族迪斯科等。休闲型，如月亮棋、陀螺、射箭、射弩等。探险型，如骑象、骑牛、过溜索、狩猎等。

三

少数民族传统体育文化作为中华民族体育文化的重要组成部分，其产业地位得到了社会的认可。近年来，我国民族传统体育获得了迅猛的发展，以其独具的魅力跻身市场经济社会，带来了可观的经济效益，并显示出巨大的发展潜力。如1991年11月在广西南宁召开的全国第四届民运会，明确提出了“体育搭台，经济唱戏”的口号，民运会期间同时举办大型商品交易会，成交额高达4.06亿元人民币，商品零售额达380万余元，为广西少数民族地区多年来落后闭塞的经济腾飞带来了强劲的

启动力。当年,广西的国民生产总值即达 441 亿元,国民收入达 374 亿元,较之 1990 年分别增长了 7.5%和 7.3%。

那么,少数民族传统体育文化的经济价值究竟从何而来呢?笔者认为其价值源于:

突出的多样性、娱乐性、表演性和可观赏性。少数民族传统体育项目较之现代体育,具有更加突出的娱乐性、表演性和可观赏性,且其内容更加丰富,形式更为多样,对本民族之外的人来说,一般又具有“新、奇、特”等特点,这首先受到旅游业的青睐。近年来,民族地区的旅行社、旅游公园等为适应市场需要,纷纷推出了具有鲜明特色的民俗风情专线旅游产品,民族传统体育项目成为其中不可或缺的重要组成部分。如湖北省恩施土家族苗族自治州于 2000 年 8 月就以民族传统体育项目“闯滩”成功推出“清江国际闯滩节”,一年一度,以其惊险异常、生态完好和民风独特吸引了国内外众多游客。

突出的群众参与性。在我国的少数民族传统体育文化中,其表现形式有许多都是将竞技、舞蹈、音乐等融为一体,动作简洁,节奏鲜明,生动活泼,容易掌握,因此具有突出的群众参与性,易于在广大群众中传播。如苗族的芦笙踩堂、瑶族的跳八音等。其突出的群众参与性在服务、技术、制造等行业中蕴含着无限的商机。

独特的民族风情。我国的少数民族传统体育文化源远流长,多姿多彩,几乎一个项目就是一首瑰丽的诗篇,就是一个引人入胜的传说。它们各自伴随着本民族的历史并与其风俗习惯紧密相连。因此,少数民族传统体育文化受到广播电视业、服装设计业、艺术界等的广泛重视,创造出巨大的经济价值。如进京获得大奖的土家婚俗舞蹈剧《土里巴人》,生动展现土家青年爱情生命的自强不息精神,传承着丰富的巴文化遗风;我国的服装设计业也大量吸取了民族传统体育服饰的所长,或庄严典雅,或泼辣如火,这成为我国服装设计屡有佳作获国际大奖的重要原因之一。近年来,少数民族传统体育文化也越来越多地出现在 MTV 和春节联欢晚会中。

突出的健身娱乐功能和教育功能。少数民族传统体育文化具有突出

的健身娱乐功能和教育功能,有利于增强人们的体质,丰富人们的生活,培养人们勤劳勇敢的精神。这些又将间接转化为社会劳动生产力,所带来的经济效益是难以估量的。

四

前面说过,我国少数民族传统体育文化丰富多彩,琳琅满目,是宝贵的民族文化财富。然而,在体育产业化高速发展、体育经济日益繁荣的今天,少数民族传统体育文化的经济效益与之相比却存在强烈的反差,少数民族传统体育文化的经济开发尚处于艰难的起步阶段。

少数民族传统体育文化在今天的社会发展中,仅仅是简单地起到对外展示民族文化魅力、传承民族文化精神和促进民族间经济文化交流的作用。进一步分析还可以发现,在对待少数民族传统体育发展的问题上,人们的认识也只停留在民族文化精神的功能发展上,似乎民族传统体育是纯消费部门,它投入的是物质,产出的只是精神。从目前少数民族传统体育的经济开发现状来看,仅有少量的民族传统体育资源参与到民俗旅游中,间接为旅游业创造了较少的收入,其他大部分资源基本处于闲置状态。

当然,我们也看到,近年来各地政府特别是一些少数民族地区政府,开始认识到民族传统体育文化蕴含的巨大经济价值,并在积极探索和着手对其开发。如 1997 年云南为顺利办好中国旅游年的活动;主要庆节活动重点突出了民族体育与民族文化相结合的民俗旅游特色,其中西双版纳“泼水节”开展了龙舟竞赛、堆沙、斗鸡、泼水狂欢、民族风情展示等活动,取得了良好的经济效益。湖北恩施土家族苗族自治州的“清江国际闯滩节”亦是如此。

在西方国家,体育早就成为一个产业部门,尤其是 20 世纪 70 年代以来,体育产业呈现出快速化、国际化的发展趋势,体育产业在发达国家已成为国民经济的重要产业部门,有些甚至成为支柱产业之一。从国内来看,体育产业也必将成为第三产业的支柱产业。随着社会主义市场

经济的发展,我国综合国力和人民生活水平普遍提高,加之在国际体育商业化的冲击下,我国的体育产业已开始起步,并且日益成为市场经济体制改革的一个重要组成部分。这从近几年国内火爆的球市和越来越多的商业体育比赛就可略见一斑^[9]。

对少数民族传统体育文化的认识还不够全面。其一,少数民族传统体育文化不仅仅是民族传统体育项目,而且具有丰富的内涵和外延。其二,它是我国的精神财富和文化遗产,它也有市场,通过培育和开发,完全可以使少数民族传统体育成为经济发展体系中一个重要的产业部门。

少数民族传统体育文化产业理论体系还不够健全。我国各民族的传统体育项目在全民健身热潮中层出不穷,而与之相关的民族传统体育理论的研究却比较滞后,如我国民族传统体育应用理论的研究、市场开发和推广等。

有些少数民族地区政府对本地区的民族传统体育文化资源了解不深,对其开发的主导力度不够,对本地区的民族传统体育文化的宣传力度也有待加强,很多还“养在深闺人未知”,造成资源闲置。

五

党和政府重视发展少数民族传统体育文化,把发展少数民族传统体育文化作为帮助少数民族进步,实现各民族团结、繁荣的一项重要内容。少数民族地区应抓住这一有利的历史机遇,立足本地区社会的实际状况,结合本地区未来产业结构的调整特征和优势,认真研究,统一规划,通过民族体育文化资源的开发,促进本地区旅游产业和体育产业迅速发展。具体地说,少数民族体育产业的发展思路表现在以下方面:

摸清家底。即充分挖掘、整理和保护本地区的民族传统体育文化,了解自身资源优势,对少数民族传统体育资源总量和资源种类予以调查摸底。

分析民族体育商业化因素的价值。分析民族体育商业化发展所需的

内部文化价值要素和外部社会支撑体系条件,分析市场需求与供应状况,分析民族体育的商品化、产业化现状,以总结其中成功的经验并发现存在的问题。

根据市场需求,筛选商品化、产业化的项目与种类,并对之进行必要的加工、改造与包装,提出民族传统体育产业化发展模式、发展目标、市场定位、市场开发战略和产品营销方式,逐批、逐步地把民族传统体育推向社会、推向市场,使民族传统体育资源的开发逐步向着商品化、产业化的方向发展。

走科学化、社会化、商品化、产业化、国际化的发展道路。民族传统体育文化起源于各民族同胞的社会生产与生活实践之中。要把这样一种留存于民间的文化遗产转化为具有经济价值的产业,必须认真地进行产品开发与市场化开拓工作才能实现。因此,民族传统体育必须用现代文化、商业化的理念去改造,用现代体育娱乐思想的观念去武装,用现代科学手段去更新,使之向着科学化、社会化、商品化、产业化、国际化的方向去发展。其中,科学化是手段,以提高民族体育的竞技、观赏、健身、娱乐价值,使更多的人参与其中,使之成为社会化的活动内容。通过社会化,才能逐步向着商品化、产业化、国际化的方向发展。

少数民族地区政府应充分发挥自身的主导作用,运用现代丰富多样的宣传工具,突出本地区的民族传统体育文化特色,结合当地的自然景观,以旅游业、娱乐业为龙头,带动本地区的经济发展。

总之,少数民族传统体育文化资源具有无可比拟的特色经济优势。但在开发过程中,我们必须注意保护与开发相结合,注重继承与改革创新相结合,在保持其鲜明的民族文化特征的基础上不断引入现代先进文化的内涵,由资源导向型向市场导向型方向发展,确立少数民族体育的文化定位、市场定位与时代定位,科学地实现民族传统体育文化产业的发展。

【参考文献】

- [1] 民族体育集锦编写组. 民族体育集锦 [M]. 北京: 人民体育出版社, 1985.
- [2] 何启君. 中国近代体育史 [M]. 北京: 北京体育学院出版社, 1989.

[3] 毕世明. 中国古代体育史 [M]. 北京: 北京体育学院出版社, 1990.

[4] 卢兵. 中华民族传统体育文化导论 [M]. 民族出版社, 2005.

[5] 沈阳. 云南少数民族体育产业发展进程探索 [J]. 云南民族学院学报, 2001 (5).

作者简介: 黄银华 (1960), 男, 中南民族大学体育部, 教授; 龚群 (1970), 男, 中南民族大学体育部, 讲师。

土家族、苗族图腾崇拜与体育文化

笔者在湘、鄂西土家族、苗族地区进行田野调查的过程中，发现这两个民族都存在着图腾崇拜的遗风。特别是这二个民族在图腾崇拜的祭祀过程中，不遗余力而进行的身體活动，促使我产生了对图腾崇拜与体育文化这个课题的研究兴趣。图腾崇拜是一种原始的宗教形式，在人类社会进入 21 世纪的今天仍然存在，并在土家族、苗族中具有较普遍的参与性，这不能不引起我们的思考。这难道是宗教适应社会，服务人生的具体体现吗？除开意识形态的东西以外，体育文化起到了什么作用？带着这些问题，我们尝试着进行一些探究。

一

土家族的图腾崇拜与体育文化的基本形态：白虎可能是土家族惟一认同的图腾物。据《先秦史》载：“《后汉书·南蛮传》云：‘巴郡南郡蛮，本有五姓：巴氏、樊氏、（目覃）氏、相氏、郑氏，皆出于武落钟离山（在今湖北长阳县）。其山有赤黑二穴，四姓之子，皆生黑穴。未有君长，俱事鬼神。乃共掷剑于石穴，约能中者奉以为君。巴氏子务相，乃独中之。众皆叹。又令各乘土船，约能浮者当以为君。余姓悉沉，惟务相独浮。因共立之，是为廪君。乃乘土船从夷水（今清江）到盐阳。盐水有神女，谓廪君曰：此地广大，鱼盐所生，愿留共居。廪君不许。盐神暮辄来取宿，旦即化为虫，与诸虫群飞，掩蔽日光，天地晦冥。积十余日，廪君伺其便，因射杀之，天乃开明。廪君于是君呼夷城。四姓皆臣之。廪君死，魂魄世为白虎。巴人以虎饮人血，遂以人祠之。’《后汉书·南蛮传》就有记载，说廪君死后变为白虎。土家人认为廪君有超