

中国少数民族特需商品传统生产工艺和技术保护工程第四期工程

# 少数民族体育用品

SHAO SHU MINZU TIYU YONGPIN

中央民族大学体育学院

少数民族体育用品项目课题组 编著



中央民族大学出版社  
China Minzu University Press

G85/413

20143102

中国少数民族特需商品传统生产工艺和技术保护工程第四期工程2

# 少数民族体育用品

中央民族大学体育学院

少数民族体育用品项目课题组 编著



中央民族大学出版社  
China Minzu University Press

贵阳学院图书馆



GYXY1443102

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

少数民族体育用品 / 中央民族大学体育学院 少数民族体育用品项目  
课题组编著 北京: 中央民族大学出版社, 2011.8

ISBN 978-7-5660-0049-1

I. ①少… II. ①中… III. ①少数民族—民族形式体育—体育用品  
—中国 IV. G852.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2011 ) 第 179529 号

## 少数民族体育用品

---

编 著 中央民族大学体育学院 少数民族体育用品项目课题组

责任编辑 岑 梅

美术编辑 张日河 布拉格

出 版 者 中央民族大学出版社

北京市海淀区中关村南大街 27 号 邮编 100081

电话 68472815 ( 发行部 ) 传真 68932751 ( 发行部 )

68932218 ( 总编室 ) 68932447 ( 办公室 )

发 行 者 全国各地新华书店

印 刷 厂 北京宏伟双华印刷有限公司

开 本 787×1092 毫米 1/16 印张 15.5

字 数 258 千字

版 次 2011 年 8 月第 1 版 2011 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5660-0049-1

定 价 98.00 元 ( 附 DVD )

---

版权所有 翻印必究

## 中国少数民族特需商品传统生产工艺和技术保护工程

### 第四期工程——少数民族体育用品

#### 指导小组成员

主 任：罗黎明

副主任：乐长虹 张志刚

成 员：张庆安 叶 青

#### 专家评审组成员

胡小明 中国华南师范大学体育学院教授、博士生导师

周小璞 中国国家非物质文化遗产保护工作专家委员会副主任

崔乐泉 中国国务院非物质文化遗产国家名录评审委员会专家、国家体育总局体育文化发展中心研究部主任、博士生导师

吕韶均 中国北京体育大学民族民间体育教研室主任、教授

王宪昭 中国社会科学院民族文学研究所副研究员、博士后

#### 课题组主要成员

主 持：韦晓康 赵昌毅

成 员：张 涛 李廷海 方 征 赵志忠 张延庆 白永生  
吴 非 马 强 马 骁 解晓丹 李莉森

#### 陀螺项目组成员

组 长：赵志忠

成 员：韦晓康 李廷海 赵昌毅 方 征 张延庆 杨津津 李俊怡  
王晓芳 靳海涛 吴 非 马 强 谭旭虢 刀云彬 薛雨波

#### 绣球项目组成员

组 长：方 征

成 员：曹 丹 吴 非 谭旭虢 傅 莹 罗建达

#### 锡伯族弓箭项目组成员

组 长：张 涛



成 员：兰保森 陈丽珠 吴 非 张 海 姜 浩 孙 璐 锋 晖  
张 力

#### 弩项目组成员

组 长：赵昌毅

成 员：寸亚玲 方 征 张延庆 杨津津 王晓芳 吴 非 马 强  
谭旭虢

#### 吹枪项目组成员

组 长：赵志忠

成 员：宗雪飞 孟光云 庞家佑 赵广银 陈妙芸 吕家兴 石 磊  
余秀龙 田 莉 唐慧英 宋 勤 李少春

#### 响箭项目组成员

组 长：韦晓康

成 员：于 浩 谷 枫 马 强 丁玲辉 杨建军 马 骁 胡 茅  
李泾荷 解晓丹 张 环 张童飞

#### 独木龙舟项目组成员

组 长：赵昌毅

成 员：杨世如 韦晓康 陈丽珠 杨津津 董文梅 张凤民 马 强  
武 鑫 马 骁 于 倩 刘 俊 郭骏程 吉日格勒 李莉森  
解晓丹 葛绍斌

#### 俄尔多项目组成员

组 长：韦晓康

成 员：于 浩 谷 枫 李莉森 李泾荷 拉毛才旦 范 宁 唐慧英  
郭骏程 胡 晓

#### 搏克服饰项目组成员

组 长：白永生

成 员：李廷海 李·巴特尔 方 征 杨志勇 包永全 赵 展 那日苏

#### 高脚马项目组成员

组 长：张延庆

成 员：黄彩桂 倪东业 韦晓康 向建忠 张雅茹 马 辉 李艳芳

#### 木球项目组成员

组 长：张延庆

成 员：马亚宁 马 辉 张雅茹 程安霞 马应寿 田 莉 龙佩林



## 前言

在国家制定的《少数民族特需用品目录》中，包含了民族服饰、工艺美术品、民族药、民族体育用品等具有民族特色的科、教、文、卫、体产品。国务院批准在“十一五”期间继续坚持并进一步完善对民族贸易和民族特需商品保护、发展的优惠政策，在市场经济条件下，采取某些必要的特殊政策对特殊的商品进行必要的扶持，切实保障少数民族群众的政治、经济、文化权益。其中，民族体育用品就是作为少数民族传统体育文化传承的载体。

少数民族传统体育是生活在特殊地域的人群世代相传的、表现本民族文化特色的各种身体活动，它是特定民族文化的储存和再现，是各少数民族文化模式的外在表现和历史文化知识的延续，在某种意义上反映了一个民族的传统习俗和地域风貌，折射出民族历史的光芒，它同各个民族的生产、生活方式密切相关，是各个民族生存的手段，也是各民族体力、心理锻炼的特殊方式。作为开展文化活动最基本物质条件的少数民族体育用品，展现了丰富的时代特征和我国各民族优秀的传统文化。但是，随着时代的发展，这些记录着我国优秀传统文化的历史见证面临消失，体现中国少数民族体育发展水平和各族人民创造才能的制作工艺及技术面临失传，各民族传统体育文化特质存续的完整性将得不到保护。为了加强非物质文化遗产保护建设，弘扬少数民族优秀传统体育文化，促进民族团结，满足少数民族群众日益增长的健身需要，推动民族地区经济发展，在国务院有关民贸保护、发展优惠政策的指导下，不仅要对一些与民族生活息息相关且濒临失传的传统工艺和技术进行抢救，运用现代技术手段予以保存和展示其传统生产工艺和技术，还要不断增强民族传统体育用品市场的竞争力，推进民族地区和谐社会的发展。

在国家重视的大环境下，中央民族大学体育学院一直致力于中华民族传统体育文化的研究与传承，多年的研究成果获得了国家民委的肯定，于“十一五”最后一年承接了财政部、国家民委立项的“中国少数民族特需商品传统生产工艺和技术保护工程（第四期——少数民族体育用品）”项目。

从立项开始，国家民委经济发展司民族贸易处和中央民族大学领导和专家的指导与支持下，首先将中国少数民族体育用品定义为中国各少数民

族在长期的生产、生活过程中，自主创造、就地取材，用于军事战争、宗教仪式、娱乐健身和体育竞技等形式的本民族体育工具、服装、场地设施等。然后根据调查对象确定了传统型、竞技性、典型性、规模型、工艺性、民族性等原则。由于完成项目限于一年时间，课题组选择了具备已经成为全国或省市民族体育运动会竞赛项目的、当地流传甚广、有健身娱乐性、经济价值、与百姓生活息息相关、代表一个民族或几个民族等条件，并且有完整的原始制作工艺过程的11个项目作为调查对象，即陀螺、吹枪、弩、独木龙舟、投绣球、俄尔多、响箭、锡伯族弓箭、搏克服饰、木球、高脚马，涉及蒙古族、壮族、藏族、苗族、彝族、傣族、傈僳族、锡伯族、土家族、回族等多个民族。我们走访了包括我国五大自治区在内的西北、西南、东北和中南等地区的10个省区。跋山涉水，克服炎热天气、水土不服、高原反应、蚊虫叮咬等不利因素，行程7万多公里，参与项目近万人次，在工作量大、工作环境艰苦等情况下完成了田野调查，拍摄电视片总长度13280分钟，文字资料近60万字，照片2万多张。最后形成200分钟的电视片，20多万字、200多幅照片的发展报告。

在项目实施过程中，除了得到各地方民委、民族宗教局、体育局、民族体育协会、兄弟院校的大力支持外，还得到了专家们的大力支持，他们是：胡小明（华南师范大学）、班班多杰（中央民族大学）、扎洛（中央民族大学）、王建民（中央民族大学）、赵丽芳（中央民族大学）、梁庭望（中央民族大学）、张丽君（中央民族大学）、杨思远（中央民族大学）、丁玲辉（西藏大学）、龙佩林（吉首大学）、岗·坚赞才让（西北民族大学）、杨世如（贵州民族学院）、刘诗龙（贵州施洞独木龙舟协会）、吕韶钧（北京体育大学）、寸亚玲（云南民族大学）、饶远（云南师范大学）、倪东业（湖北民族学院）等，还邀请了地方民委、民族宗教局、体育局、高等院校等对调研项目有所了解和研究的领导、专家、学者与我们一道深入民族地区进行调研，他们既是专家，又是向导、翻译，省去了许多不必要的麻烦，在此一并深表谢意。

本课题研究成果的形成非常不容易，因为国内对少数民族体育用品传统制作工艺方面的研究和收集还处于空白，没有资料可以借鉴，只有靠课题组成员一点一滴地实地记录民族体育用品传统制作工艺过程，终于完成了影像作品及著作，并通过终审。由于时间有限，选择的项目也不是很全面，在研究过程中难免存在许多不足，希望得到专家、学者和研究体育用品以及体育人类学同行们的指正。不过，我们深知，这些研究仅仅是开始，这是一个非

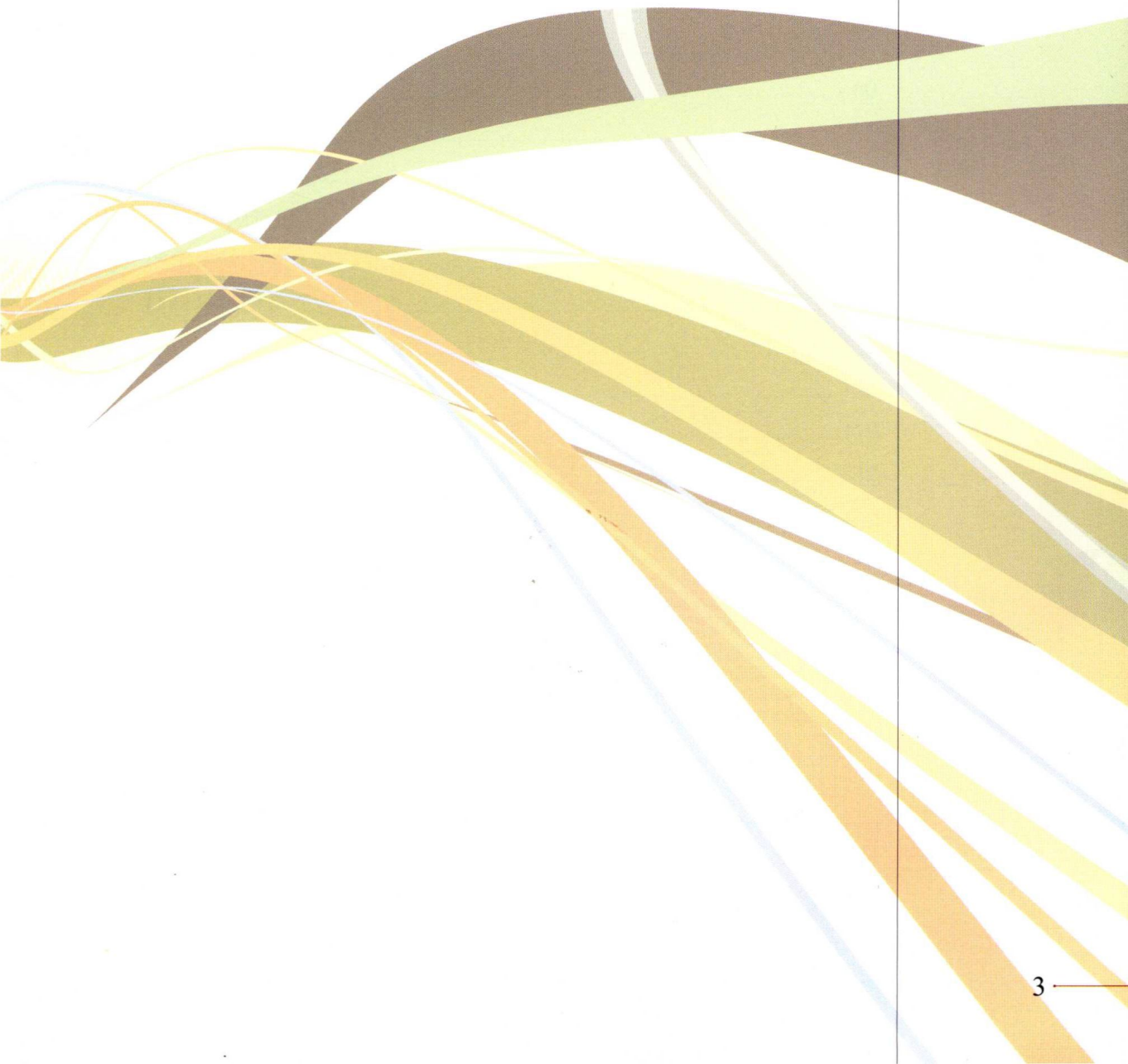


常有价值的研究领域。在今后的研究过程中，我们愿意和国内外的专家、学者共同不断地向前开拓，充分挖掘我国各民族优秀传统体育用品中所蕴藏的独特而丰富的文化资源。

中央民族大学体育学院  
少数民族体育用品项目课题组

韦晓康

2011年5月20日





## 目 录

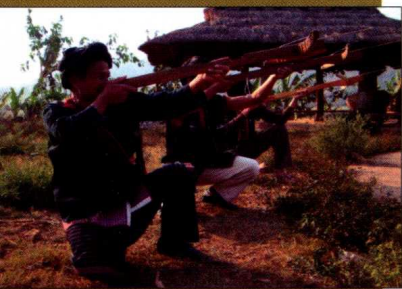
|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 第一部分 少数民族体育用品概述 .....         | 1   |
| 一、少数民族传统体育及少数民族体育用品定义 .....   | 2   |
| 二、少数民族体育用品源流 .....            | 3   |
| 三、少数民族体育用品的分类与分布 .....        | 17  |
| 四、少数民族体育用品与少数民族人们生活的关系 .....  | 27  |
| 第二部分 少数民族体育用品制作工艺案例实地调查 ..... | 41  |
| 一、陀螺的制作工艺 .....               | 42  |
| 二、弩的制作工艺 .....                | 52  |
| 三、吹枪的制作工艺 .....               | 60  |
| 四、独木龙舟的制作工艺 .....             | 65  |
| 五、绣球的制作工艺 .....               | 85  |
| 六、响箭的制作工艺 .....               | 90  |
| 七、俄尔多的制作工艺 .....              | 104 |
| 八、高脚马的制作工艺 .....              | 107 |
| 九、锡伯族弓箭的制作工艺 .....            | 113 |
| 十、木球的制作工艺 .....               | 123 |
| 十一、搏克服饰的制作工艺 .....            | 129 |
| 第三部分 少数民族体育用品制作工艺的特点 .....    | 139 |
| 一、地理环境对制作少数民族体育用品的影响 .....    | 140 |
| 二、传统工艺的制作特点 .....             | 142 |
| 三、传统工艺的技术流程特点 .....           | 143 |
| 第四部分 少数民族传统体育文化的内涵与特点 .....   | 159 |
| 一、记载民族发展的历史 .....             | 160 |
| 二、表达民众的美好心愿 .....             | 165 |
| 三、体现独特的民族精神 .....             | 170 |
| 四、凝聚劳动人民的智慧 .....             | 172 |
| 五、促进相互交流 .....                | 176 |
| 六、锻炼身心，弘扬体育精神 .....           | 179 |

|                                                         |     |
|---------------------------------------------------------|-----|
| 第五部分 少数民族体育用品传承状态 .....                                 | 189 |
| 一、少数民族传统体育运动的开展情况 .....                                 | 190 |
| 二、少数民族体育用品制作工艺传承的现状 .....                               | 203 |
| 三、少数民族体育用品的改良及生产的现代化 .....                              | 213 |
| 第六部分 少数民族体育用品产业化的问题与对策 .....                            | 219 |
| 一、少数民族体育用品发展产业化的问题 .....                                | 220 |
| 二、少数民族体育用品产业发展的保护对策 .....                               | 225 |
| 参考文献 .....                                              | 229 |
| 致 谢 .....                                               | 232 |
| 中国少数民族特需商品传统生产工艺和技术保护工程第四期工程<br>少数民族体育用品终审专家组评审意见 ..... | 234 |

## 第一部分

### 少数民族体育用品概述

少数民族传统体育用品作为一种物质形态，存在于各民族传统体育现象之中，伴随着各民族传统体育产生和发展。少数民族传统体育用品是各民族传统体育历史发展中能够被直接见证的载体，客观地反映了民族体育发展的特点，已出土的体育用品同样是呈现人类体育历史的考古资料之一。在我国，土生土长的民族体育用品对各民族而言，其使用和消费虽不及现代竞技体育用品普及，但也展现了丰富的时代特征和各民族优秀的传统文化。研究我国民族传统体育用品的发展变迁，一方面可以保护民族传统体育文化的发展，另外也可以发现体育用品同社会经济、政治、文化以及人的个性发展之间的普遍联系，促进现代民族传统体育用品的研发和生产。



## 一、少数民族传统体育及少数民族体育用品定义

### (一)少数民族传统体育定义

中国 55 个少数民族,不仅能歌善舞,而且都有富有浓郁民族风格和独特地方色彩的传统体育。中国少数民族传统体育内容丰富、历史悠久,长期为各族人民喜闻乐见,有着广泛的群众基础,但是,关于“少数民族传统体育”这个词,目前国内体育界和民族学界还没有完全统一的概念定义。《中国大百科全书》的体育卷和民族卷,都没有“少数民族传统体育”的辞目。1986 年 9 月在新疆乌鲁木齐市举行的第三届少数民族传统运动会期间,由国家体委、国家民委联合主持,举办了首届少数民族传统体育学术研讨会,会上首次对“少数民族传统体育”的概念进行了研讨。二十多年来,许多专家、学者都对少数民族传统体育的概念进行了不同程度的阐述,基本上认为,少数民族传统体育是长期流传在各民族民间的、以锻炼身心和娱乐为目的的各种活动。多年研究发现,少数民族传统体育与各少数民族的历史发展分不开,与各少数民族传统体育的性质分不开,所形成的传统文化是各民族的“固有文化”、“传承文化”,也是在每一个民族中由历史上流传下来的文化,是民族传统文化的一部分。少数民族传统体育产生之初并不是以锻炼身心和娱乐为目的,简单地说只是为了生存,在此之后才逐渐发展为更高层次的锻炼和娱乐,并以体育活动方式延续和保存。因此,少数民族传统体育可以定义为“是一种民族文化现象,是中国各少数民族以民族或一定地域为单位,长期开展并因此而具有一定的历史传统和民族、地方特色的各种体育活动”<sup>①</sup>,多在民族经济活动、宗教活动、民俗活动中开展,与生产、生活密切相关,既包括竞技性较强的体育项目,也包括富有健身性、娱乐性的其他体育形式。现今满族的珍珠球、回族的木球、侗族的抢花炮、壮族的抛绣球、朝鲜族的秋千、哈萨克族的叼羊等都属于少数民族传统体育。

### (二)少数民族体育用品定义

长期以来,由于历史、社会和自然环境等客观因素的影响,少数民族形成了各自不同的历史文化传统、风俗习惯、不同的生产生活方式。这种差异性体现在日常生产生活中,必然表现为对某些具有特定的用途、规格和款式并浓缩了本民族历史文化传统特色的用品,有着特殊的需求和偏好。这些产品,就是少数民族特需用品。它是反映目前少数民族群众生产生活特殊需要

① 韦晓康等:《少数民族传统体育可持续发展研究》,北京:中央民族大学出版社,2006 年。



图 1: 中期汇报会

的、具有一定历史文化传统特色的用品，是少数民族日常生产生活中不可缺少的组成部分，具有不可替代性。

少数民族特需用品具有鲜明的时代特征，根据不同时期的特点，各地政府都制订过少数民族特需用品的目录，并据以确定享受有关优惠政策的民族用品定点生产企业。目前我国少数民族特需用品的产品目录，是严格按照“少数民族特需用品”概念的定义，以“八五”以来各地实际执行的目录为基础，经有关专家组确认并征求各方面的意见而形成的，并在 1997 年国家民委发出的《关于印发 1997 年少数民族特需用品目录（修订）的通知》中加以确定。现行少数民族特需用品目录，共有 10 个大类，500 余个品种，基本涵盖了各少数民族群众生产生活中特殊需要的用品，其中的文体用品类就包括少数民族传统体育用品。

由此，我们将中国少数民族体育用品定义为：指中国各少数民族在长期的生产、生活过程中，自主创造、就地取材，用于军事战争、宗教仪式、娱乐健身和体育竞技等形式的本民族体育工具、服装、场地设施等。

## 二、少数民族体育用品源流

少数民族体育用品是少数民族体育文化传承的载体，其衍生发展直接反

映着我国博大精深民族文化的发展变迁。少数民族传统体育文化是某一特定的民族在长期生产劳动中创造出来的，它在一定程度上从不同角度、不同方面反映了某一特定时期的某一特定民族的历史、政治、经济、文化、生活、宗教、风俗习惯、心理状态等多方面的内容。流传至今，被越来越多的人认识、接受，是创造现代新兴体育项目和形式的源泉，成为中国灿烂文化的非物质文化遗产。

### (一)源于生活、生产劳动

各民族无一不是从原始社会发展而来的，众所周知，在原始社会里，由于生产力水平低下，居住在山区、丛林的每个氏族部落都是靠狩猎、捕鱼、采集等生产活动来维系自己的生存和繁衍，于是掌握了各种生产技能。部分少数民族传统体育活动就是在一定的自然环境和社会背景下逐渐萌芽的，它们既是生产技能的锻炼，又是人与人之间变相的生存竞争的形式之一。

#### 1. 少数民族体育用品是狩猎的直接工具

吹枪是苗族民间一项古老的体育运动，广泛流行于地处中越边境的云南省文山州麻栗坡县白苗支系聚居区，特别是董干镇的马林一带。吹枪在苗语中叫“盏炮”，是当地农民为了驱赶鸟兽、保护庄稼而发明的一种射击类器械，距今已有 300 多年的历史了。吹枪运动的起源、传承和发展都与苗族地区的自然环境、历史文化环境息息相关。

锡伯族弓箭的摇篮是早期东北地区大小兴安岭。该地区环境呈周期性变化，使锡伯族的先民们得以往来于草原、山林之间，过着狩猎、游牧生活，形成了与这种地域环境相适应的狩猎、游牧的生活方式和文化形式。在这种自然环境和经济生活条件下，为了获取猎物、实现自我和群体的生存必须的一种生产工具——弓箭便应运而生。

#### 2. 少数民族体育用品是日常生活的伴侣

高脚马，是流传于我国湘鄂西一带的少数民族体育运动。该地区位于武陵山区，地貌以丘陵、河谷为主，气候温和湿润，常年多雨，盛产楠竹与棕树。当地人为了出行方便，以竹制的高脚马为代步工具，经常踩着它行走在泥泞的山路和溪流间，历久成习，逐渐衍变为一项深受人们喜爱的体育运动。

#### 3. 少数民族体育用品是牧民放牧的生产劳动工具

俄尔多是牧民们为了适应高原草场辽阔、地势起伏的特点而发明的。当牦牛、羊群在草原上恣意行走时，由于畜群奔跑速度快、数量庞大且分散，难以管理，于是他们为了能远距离驱赶牛羊，将皮鞭和抛石结合起来，发明



图 2：过河

了早期的俄尔多。牧民在皮鞭木把一端加一皮环，环的大小可以套在中指上；木把的另一端和鞭梢中间加一块皮革，形状为椭圆形，大小正好可以放一块小石头。利用鞭子高速旋转时的离心力将石头抛出，击打牛羊的犄角，以控制整个畜群的方向；也可以利用鞭子抛石或空甩鞭梢发出的清脆响声来约束畜群，这便是俄尔多的雏形。后来，为了便于使用，携带方便，牧民逐渐将木把改造成编绳。他们就地取材，用牦牛毛和羊毛来编制俄尔多。<sup>①</sup> 俄尔多的出现，提高了生产效率，使得放牧更加便利，所以俄尔多很快就成为牧民必不可少的生产劳动工具。当牧民放牧时若遇到有猛兽侵犯畜群时，还可以用俄尔多驱赶。从牧区中流传的一段歌谣中，可知俄尔多的效力和牧民对它深厚的感情：

“太阳从东方冉冉升起，牧羊姑娘和棒小伙子们手持用黑、白两色牛毛和羊毛精心编制成九眼石形状的牧羊鞭吆喝着牛、羊、马群出牧了。啪！一声巨响，从鞭囊中飞出的石头不偏不倚地正好打在乱蹦乱跳的牦牛身上，牛群又乖乖地行进了。你听！繁花似锦的草坡上传来了羊羔的惊叫声，啊！原来是一只凶狠的饿狼正追逐着羊群，主人手举牧羊鞭——俄尔多，一发发有力

① 刘生文：《藏族体育》，兰州：甘肃民族出版社出版，1994年。



图3：牧民在打俄尔多

① 来自甘孜体育局俄尔多资料。

的石弹向恶狼打去，饿狼被赶走了。”<sup>①</sup>

其实与俄尔多类似的抛石工具在其他民族，尤其是游牧民族中也有使用，甚至出现得更早。考古学家已经证明，从史前时期开始，人类就会用兽皮制成投石器来投掷小而光滑的石块，这要比单纯用手臂投掷力量更大，距离更远，所以用它来狩猎，不仅成功率更高，而且也更为安全。最初的投石器是用短竹、木棒，一端劈开裂缝，夹住石块，猛力甩出，击中目标，投掷距离可达五六十米。木棒投石器进一步发展，成为飘石投掷器，即在棍棒的一端系有带皮兜的长绳，绳的一头系木棒头上，另一头结一环扣在棒头。将石球放在皮兜内，摇动棍棒旋转皮兜，使绳扣脱开，利用离心力原理，将石球抛出。这个飘石投石器不仅与藏族的俄尔多相似，也与罗马军队中曾使用的投石器异常相似。只不过罗马辅助兵的投石器一般有2个甚至3个投石索，最短的用于近距离快速投掷，最长的用于远距离投掷。

从上述几个例子可以看出民族传统体育的起源，最先是生存和生产的需要。生产劳动是人类为了生存的第一活动，与身体活动有着密切联系，它要求人们直接参与运动。而在制作和使用生产工具的过程中，以及在提高身体素质以利于生产劳动的过程中，许多民族传统体育活动就应运而生了。



## (二) 源于军事战争

在早期人类历史发展过程中,为了民族生存和民族利益与异族的争端时有发生,再加上人口的增多需要愈来愈多的生产资料,一些民族便愈来愈广泛地利用战争来满足这种需要。把产生于劳动中的一些技能运用到战争中去,他们为了自身生存和发展的需要,自远古以来便展开了一连串的诸如血亲仇杀、部落械斗、反抗剥削和民族压迫及抵御外来入侵等军事战争,军事需要促进了军事体育的产生。射箭、摔跤等技能在军事活动中的运用极为广泛,是诸多民族必须具备的军事技能。

### 1. 搏克服承载着军事搏击历史文化

搏克是蒙古族传统体育项目,是蒙古族长期与大自然搏斗的产物,并对蒙古民族的发展和壮大起了重要的作用。“搏克”系蒙古语,是“摔跤”的译音,包含结实、刚强、攻不破、摔不烂之意。蒙古国扎达木丁所著的《蒙古搏克》和内蒙古体委编著、人民体育出版社出版的《搏克》都认为:蒙古族搏克的起源发展是人与自然斗争的产物,因为谋求生存与野兽搏斗,为了保存自己,提高狩猎技能而不断训练提高自己的搏击技能。随着社会的发展,搏克也成为军事征战不可缺少的技能之一。尽管草原的历史舞台上不断更换主角,但搏克却在人们的生产、生活中不断发展完善。并成为保存自己、克敌



图4: 搏克服