



塞北民族

傳統體育薈集

楊清源



楊清源 徐鴻昶 編著

河北教育出版社

塞北民族传统体育荟集

杨清源 徐鸿昶 编著

河北教育出版社

塞北民族传统体育荟集

杨清源 徐鸿昶 编著

河北教育出版社出版发行（石家庄市北马路45号）

石家庄市井陉矿工报印刷厂印刷

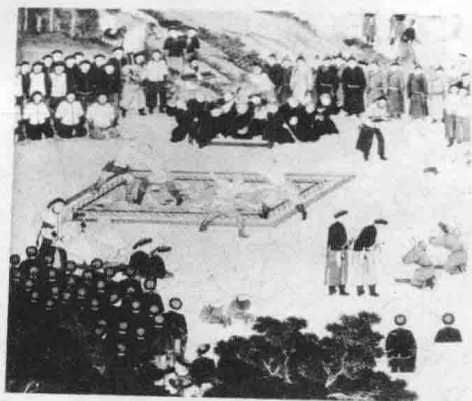
787×1092毫米 1/32 4.25印张 87000字 1990年9月第1版

1990年9月第1次印刷 印数：00001—2000 定价：1.40元

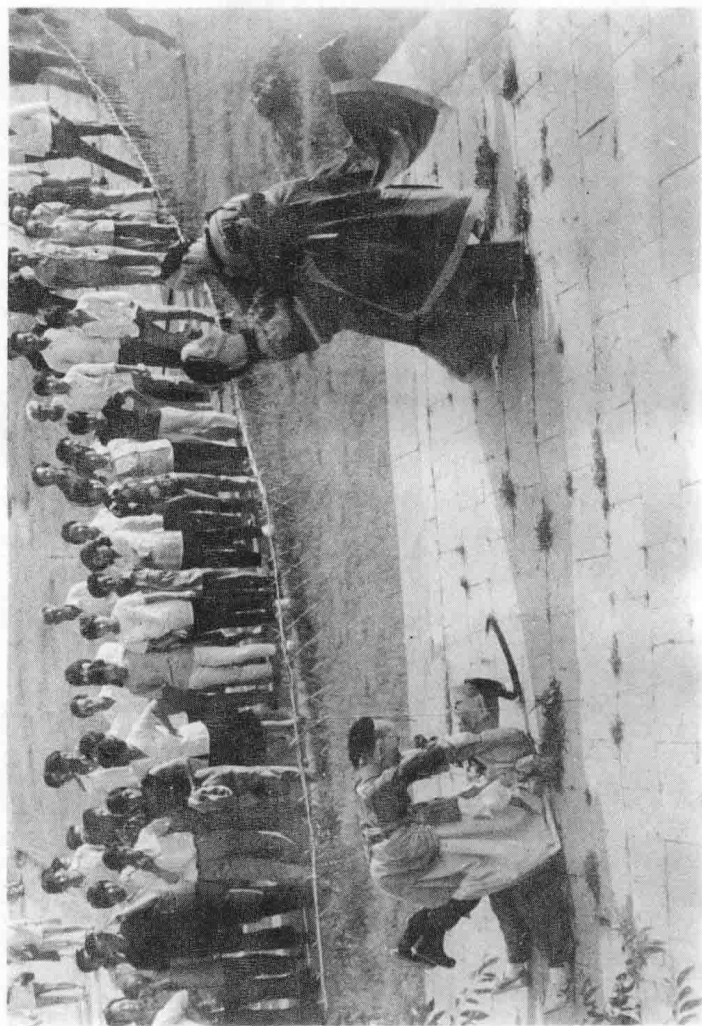
ISBN7-5434-09150-1/G·745



清代《木兰秋狝》图



清代木兰围场举行的《塞宴四事》活动中的“什榜”和“相扑”

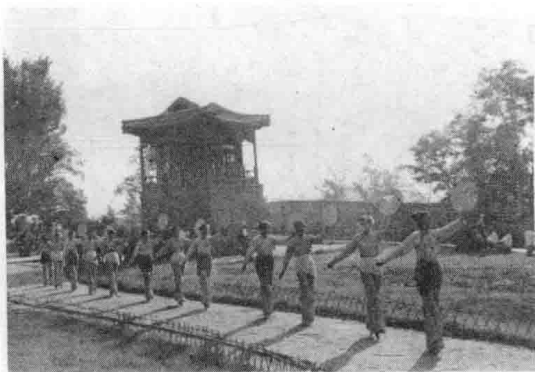


满族传统体育项目“二贵摔跤”



满族传统
体育“蝴蝶舞”
1989年丰宁满
族自治县为全
国珍珠球邀请
赛表演

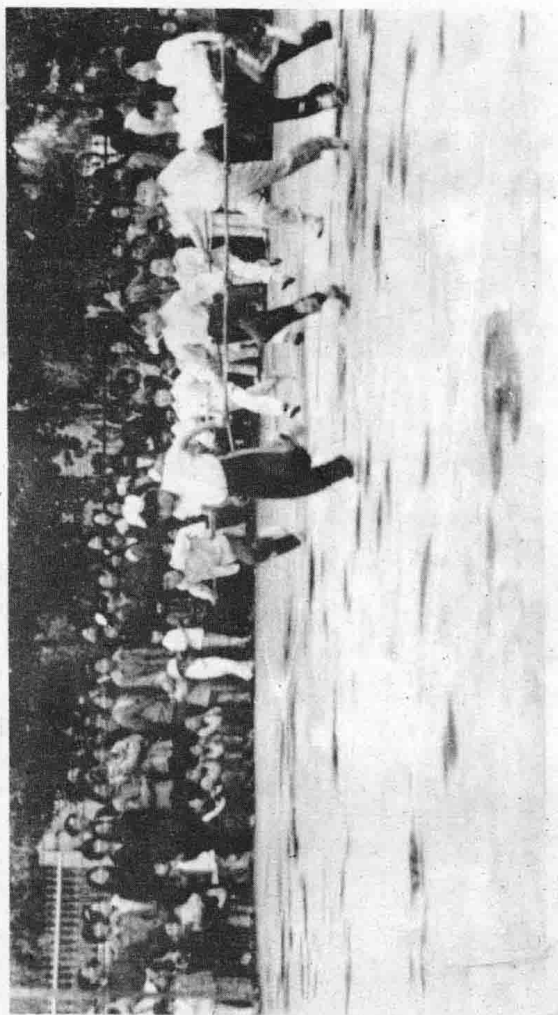
满族传统
体育“寸跷”
1989年丰宁满
族自治县为全
国珍珠球邀请
赛表演



满族舞“塞
外风情”

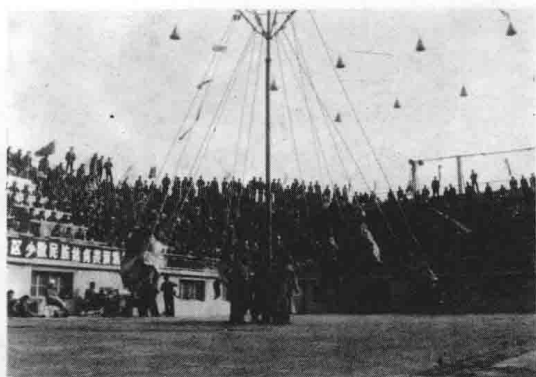


满族游戏
项目“抬花轿”



满族传统体育项目“赛威呼”

转悠悠——
蒙古族传统体育
项目



满族赛马

序

我们伟大的祖国，是一个多民族的大家庭。各民族在历史长河中激流勇进。运用自身聪明才智，在实践中创造出灿烂的民族文化。民族传统体育就是民族文化花园中的绚丽多姿的一朵鲜花。

民族传统体育在我国有着特殊的地位和作用。她是中华民族文化宝库中的瑰宝，具有浓郁的民族风格和特色；她恢弘博大，清新隽秀，多彩多姿；她源远流长，经久不衰，为群众所喜闻乐见。

发展和繁荣民族体育，是建设具有中国特色的社会主义体育的一个重要方面。我国有这么多民族传统体育项目，在世界上是罕见的。党和国家的重视关怀，为少数民族传统体育的发展，开辟了广阔的前景。发展民族传统体育运动，可以大大丰富和充实我国体育运动项目和内容，使民族传统体育与现代体育相结合，相互渗透，在我国体坛上竞放异彩，交相辉映。

在一个多民族国家，面向少数民族推广深受他们喜爱的传统体育活动，就会比较容易吸引更多的人投身于体育活动，有利于增强民族体质，提高民族素质。发展民族传统体育，还可以为发展世界体育做出贡献。我国尚有不少民族传统体育项目，用现代科学原理加以整理、提炼，不仅能够成为民族传统体育的精华，还可以成为世界人民共有的文化财富。

河北省是一个多民族的省份，少数民族体育有着悠久的历史。全省少数民族体育五彩缤纷，各具特色。有的项目如武术、风筝、杂技等驰名中外。我省最北部的承德地区，地处山峭水秀的冀北塞外，历史上就是少数民族的聚居地方。于17世纪中叶的康熙二十年（1681）在承德北部设置了“木兰围场”，中部建立了“热河行宫”。从此，承德成为清王朝除北京之外的另一政治活动中心。在此历史条件下，大量的满、蒙族传统体育项目纷纷传入承德地区。因此，承德就成为滋长、发展少数民族传统体育的肥田沃土。

本书作者杨清源、徐鸿昶二同志，对这个地区的少数民族传统体育项目进行挖掘整理工作，他们从1986年起，历经四个寒暑，深入城镇、农村进行调查研究，积累了大量资料，去芜存菁。钩深攫微，汇集了75个少数民族传统体育项目，辑成《塞北民族传统体育荟集》一书。书中所涉项目都充满了北方少数民族浓郁的习风和特色。他们的工作，为挖掘整理少数民族体育项目做出了重要贡献，并将为发展少数民族体育运动有所裨益。

由于编著者受地域的局限和有些传统体育项目流传的年代较久。因此，所搜集、整理的资料可能还不尽完善，但就总体而言，乃是大醇小疵，两位作者奉献给读者的，仍不失为一份有价值的资料。

王祖武

1989年11月

前 言

承德地区历史上是少数民族聚居的地方。自盘古以来，有山戎、肃慎、东胡、匈奴、乌桓、鲜卑、柔然、敕勒、库莫奚、契丹、女真、回回、满、汉等民族在这里生息繁衍。他们在创造世界、改造自然中，运用聪颖的智慧与生产劳动相结合，创造出灿烂的民族文化与民族体育。为民族的升华，培养人民的情操做出了卓绝的贡献。

各兄弟民族勤劳勇敢的品质，勇于探索和进取的精神，能歌善舞的风趣情操，为人所共晓。然而，他们所富有的，独特的民族体育，却鲜为人知。

我们作为体育文史工作者，对别具风韵的民族传统体育项目面临濒于失传的境况，忧心忡忡，有责任还其历史风貌。诚然，我们心有余而力不足。但是，时代和各族同胞所赋予我们的精神和信念，凝聚起无穷的力量。于是，振作起民族精神，拾零集锦，缀成这本《塞北民族传统体育荟集》，借以达到继往开来，融汇民族感情，增进民族团结之目的。

少数民族传统体育，历史悠久，源远流长，多姿多彩，风格独特。既有攻守兼备的球类运动，又有惊心动魄的技艺表演；既有京津闹市的杂耍风情，又有荒漠草原挥鞭跃马的强悍气息；既有冰天雪地的飞舞竞技，又有校庭宅院里的趣味游戏；既有运筹千里的纹枰对奕，又有近在咫尺的短兵相接。其竞技艺术之巧妙，风俗情趣之典雅，均表现出各民族

体育之精粹。

民族传统体育在历史的进程中与民风民俗相结合，不失民族气节之大雅。

民族传统体育技术技巧的高度发展与亦歌亦舞的东方文明艺术形式融汇贯通，更显得生动活泼，古朴大方。

民族传统体育的广泛开展，既增强体质，又陶冶情操。是祖国灿烂文化的一部分，是社会主义体育事业的重要内容。相信在各族有志之士的共同关怀下，它将以崭新的姿态出现在体坛之上，赢得更多的赞赏。

《塞北民族传统体育荟集》集北方各少数民族传统体育之精华，突出满族、蒙古族、回族的重点传统体育项目。重笔编写了濒于失传的、有历史价值的和有世界意义的“珍珠球”（满族，原名“采珍珠”），“木卯球”（回族），“乔相扑”（满族，亦称“二贵摔跤”），“相扑”（蒙古族），“教骠”（蒙古族），“打拨球”（满族），“叼羊”（蒙古族），“追新娘”（满族）等优秀项目。

《塞北民族传统体育荟集》力求语言文字准确，图文表考并茂，寓技术和知识于高尚情趣之中。因编写者的水平所限，出现疵漏，在所难免，敬请专家给予指正。

杨清源 徐鸿昶

1988年12月初稿于丰宁

1989年9月修改于承德松鹤山

目 录

采珍珠.....	(1)
赛威呼.....	(5)
溜冰.....	(7)
抓嘎拉哈.....	(10)
跳骆驼.....	(12)
跑黄河阵.....	(13)
双飞舞跑.....	(15)
乔相扑.....	(16)
打木桩.....	(18)
打布鲁.....	(19)
赛马.....	(22)
打冰嘎.....	(23)
捻捻转.....	(25)
追新娘.....	(26)
赶老窑.....	(27)
背阿哥.....	(30)
石担与石峙.....	(31)
叼羊.....	(34)
打拨球.....	(35)
打木嘎.....	(38)
打口得楞.....	(40)
抓石子.....	(42)

老牛赶山·····	(47)
放风筝·····	(48)
四棋、五棋·····	(50)
九联、十二联·····	(51)
相扑·····	(54)
骑马战·····	(55)
弹玻璃球·····	(57)
狩猎·····	(59)
教驯·····	(60)
诈马·····	(61)
扔坑·····	(62)
憋死牛·····	(63)
跑马城·····	(64)
雪地走·····	(66)
拿王伦·····	(66)
中幡·····	(68)
踢毽子·····	(69)
夹兽跳·····	(72)
蹀跳·····	(73)
甩石蛋·····	(75)
三十六路连环掌·····	(77)
推铁圈·····	(78)
木汽枪·····	(80)
弹弓·····	(81)
鸡斗·····	(83)
高跷·····	(84)

踩寸子.....	(86)
猜字面.....	(88)
颠大面.....	(88)
抓柴.....	(89)
跳房子.....	(90)
打铜钱.....	(92)
击石碑.....	(93)
抛石锁.....	(94)
木球.....	(95)
踢石球.....	(97)
转悠悠.....	(99)
石冰球.....	(100)
秋千.....	(102)
射箭.....	(103)
滑冰车.....	(105)
掷石链球.....	(108)
跳布扎.....	(109)
拔旗赛马.....	(110)
投标.....	(111)
拉地弓.....	(113)
霸王鞭.....	(114)
合围.....	(115)
哨鹿.....	(116)
举石峙.....	(117)
十二生肖棋.....	(118)
倒拉牛.....	(121)

赶石弹(蛋).....(123)

编后.....(125)