

四川藏、羌、彝族群众传统体育健身特征 及健身行为形成机制研究

陈振勇 著



传承与创新
民族传统体育
健康中国

四川藏、羌、彝族群传统体育健身特征 及健身行为形成机制研究

陈振勇 著



传承与创新
民族传统体育
健康中国

图书在版编目 (CIP) 数据

四川藏、羌、彝族群众传统体育健身特征及健身行为形成机制研究/陈振勇著. —北京: 中国广播影视出版社, 2017. 9

ISBN 978 - 7 - 5043 - 6802 - 7

I. ①四… II. ①陈… III. ①藏族 - 民族形式体育 - 健身运动 - 研究 - 四川②羌族 - 民族形式体育 - 健身运动 - 研究 - 四川③彝族 - 民族形式体育 - 健身运动 - 研究 - 四川 IV. ①G852. 9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 251500 号

四川藏、羌、彝族群众传统体育健身特征及健身行为形成机制研究
陈振勇 著

责任编辑 杨 凡

封面设计 文人雅士

出版发行 中国广播影视出版社

电 话 010 - 86093580 010 - 86093583

社 址 北京市西城区真武庙二条 9 号

邮 编 100045

网 址 www. crtp. com. cn

电子信箱 crtp8@ sina. com

经 销 全国各地新华书店

印 刷 北京市金星印务有限公司

开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16

字 数 166(千)字

印 张 13.5

版 次 2018 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5043 - 6802 - 7

定 价 42.00 元

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

前 言

2016年10月25日，中共中央、国务院发布了《“健康中国2030”规划纲要》，文中提出：“健康是促进人的全面发展的必然要求，是经济社会发展的基础条件。实现国民健康长寿，是国家富强、民族振兴的重要标志，也是全国各族人民的共同愿望”。近年来，在国家高度重视与关心支持下，少数民族体育事业得到了快速发展，尤其是少数民族地区广大群众健康水平的提升已经成为少数民族地区文化建设发展的重要指标和内容。

四川位于长江上游，地处西南腹地，是我国少数民族分布最集中的省区之一。世居民族有彝族、藏族、土家族、苗族、羌族、回族、满族、傣族、傈僳族、蒙古族、白族、纳西族、布依族等14个，堪称民族大省，其中拥有全国第二大藏区，最大的彝族聚居区和唯一的羌族聚居区。四川少数民族地区蕴藏着丰富的民族传统体育资源，尤其是大量传统的节庆体育活动不仅对于少数民族文化起到了传承与发展作用，对于促进广大少数民族群众的体质健康也具有积极意义。在当前“健康中国”的宏观背景下，本书以四川省典型三大民族地区（凉山彝族自治州、阿坝藏族羌族自治州、甘孜藏族自治州）中最具代表性的藏族、羌族、彝族为研究对象，通过实地调研，目的在于通过三个层面的研究，即藏羌彝族群众传统体育健身特点特征和存在的问题、群众传统体育健身思维方式和行为习惯以及健



身行为方式的社会学因素、传统体育健身行为形成机制理论构建,了解四川少数民族传统体育活动开展的现状,对四川少数民族群众传统体育健身方法的科学性、普及性、现代性进行技术层面的挖掘梳理,对健身方法的项目、内容、方法、原则和理论体系理论层面的逻辑论证,在进行理论构建与实证调查研究的基础上,提出藏、羌、彝族群众传统体育健身特征和健身行为的形成机制以及相关发展对策。

本书主要分为五个部分。第一部分导论主要对研究的选题依据、目的意义及价值和研究方法等方面进行了阐释;第二部分主要对藏族传统体育健身特征与健身行为形成机制进行了论述,其中以藏族代表性体育项目赛马和藏羌锅庄为个案,具体探讨传统体育的健身特征,并从社会学视角,从传统的文化传承机制和现代的文化重构机制两个维度来阐释少数民族体育健身行为的形成机制。第三部分和第四部分的逻辑结构与内容体系与第二部分基本一致,在论证中列举了羌族推杆和羌族锅庄舞、彝族的摔跤和达体舞作为个案,具体阐释羌族、彝族传统体育健身特征与健身行为形成机制。第五部分为对策研究。该章主要从健康中国战略背景下传统体育健身体系的科学化发展与转型、非物质文化遗产保护背景下的建设传统体育健身文化的需求和文化遗产视域下少数民族体育发展的原则三个视角,阐释和论证四川少数民族地区传统体育发展的相关对策与建议。

本书是教育部人文社会科学研究青年基金项目课题的学术研究成果,课题组成员参与了课题的撰写和调研工作,并在本书中分别承担了不同章节。具体分工是:前言、导论、后记、第四章的第一节由陈振勇完成;第一章由六盘水师范学院姚孔运、四川文理学院张岩松、川北医学院姬翔完成;第二章的第一节由陈振勇、四川大学向勇、成都体育学院赵元吉、王洪坤、孙超完成;第二章的第二节由陈振勇、西南大学附属中学马钊和贵

州师范大学体育学院硕士研究生郭威完成；第二章的第三节由陈振勇、姚孔运、张岩松、姬翔完成；第三章由成都体育学院彭中莲完成；第四章的第二节、第三节由成都体育学院王秀娟完成；附录部分由姚孔运、张岩松、姬翔完成。川北医学院童国军、重庆工商大学黄龙、内江师范学院许艳玲、山西农业大学卫微等老师参与了课题资料的收集与实地田野调查工作，陈振勇、姚孔运对全书进行了统稿工作。

该书出版得到了中国广播影视出版社杨凡老师的支持与帮助，在此表示感谢。

书中引用了一些专家学者的观点和图片资料，书中已经尽可能标明了出处，若有遗漏，敬请谅解。由于时间仓促，书中尚有不妥之处，敬请广大专家、学者给予批评指正。

2017年8月1日

目 录

导 论	1
一、问题的提出	1
二、研究目的与意义	2
三、研究思路与框架	3
四、研究方法	4
五、研究重点与难点	4
六、研究内容	5
七、研究综述	6
第一章 藏族传统体育健身特征和健身行为形成机制研究	11
第一节 藏族传统体育发展现状	12
一、地域文化及传统体育简介	12
二、传统体育发展现状与思考	18
第二节 藏族代表性传统体育的健身特征分析	22
一、赛马传统体育健身特征	22
二、锅庄舞传统体育健身特征	29
第三节 藏族代表性传统体育健身行为形成机制的社会学调查 ...	36



一、民族文化背景下藏族传统体育活动的文化传承机制	36
二、时代变迁背景下藏族传统体育活动的文化重构机制	48
第二章 羌族传统体育健身特征和健身行为形成机制研究	57
第一节 羌族传统体育发展现状	58
一、地域文化及传统体育简介	58
二、传统体育发展现状与思考	65
第二节 羌族代表性传统体育健身特征分析	71
一、锅庄舞传统体育健身特征	71
二、推杆传统体育健身特征	78
第三节 羌族代表性传统体育健身行为形成机制的社会学调查 ...	83
一、民族文化背景下羌族传统体育活动的文化传承机制	83
二、时代变迁背景下羌族传统体育活动的文化重构机制	90
第三章 彝族传统体育健身特征和健身行为形成机制研究	99
第一节 彝族传统体育发展现状	101
一、地域文化及传统体育简介	101
二、传统体育发展的现状与思考	107
第二节 彝族代表性传统体育的健身特征分析	111
一、摔跤传统体育健身特征	112
二、达体舞传统体育健身特征	120
第三节 彝族代表性传统体育健身行为形成机制的 社会学调查	131
一、民族文化背景下彝族传统体育活动的文化传承机制	131
二、时代变迁背景下彝族传统体育活动的文化重构机制	143

第四章 藏、羌、彝族传统体育发展对策研究	153
第一节 健康中国战略背景下传统体育健身体系的 科学化发展与转型	154
一、健康中国战略与民族体育发展机遇	154
二、民族体育健身路径的科学化抉择	156
第二节 非物质文化遗产保护背景下的建设传统体育 健身文化的需求	159
一、非物质文化遗产保护与民族体育发展机遇	159
二、民族体育文化保护与发展健身路径思考	164
三、非遗保护与民族体育产业化发展的调适	172
第三节 四川少数民族地区传统体育发展的原则	174
一、体育文化开发的原真性原则	174
二、传承与创新结合原则	178
三、文化多元化发展原则	180
参考文献	187
附录一	193
附录二	199
附录三	201
后 记	203

导 论

一、问题的提出

2011 年中共中央政治局委员、国务委员刘延东在北京出席贯彻实施《全民健身计划（2011—2015 年）》电视电话会议讲话指出：“大力发展全民健身事业，对于提高人民群众身体素质、推动我国体育事业在新的历史起点上加快改革和发展，具有重大而深远的战略意义。”而在党的十八大报告中，也专门明确提出了“广泛开展全民健身运动，促进群众体育和竞技体育全面发展”的内容，显示了国家对全民健身事业和群体体育的高度重视。无论从《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020 年）》提出的：“重视和支持民族教育事业，推动少数民族地区经济社会发展”，还是教育部 2014 年工作重点中有关民族教育和加强学校体育工作的要求，都反映了我国少数民族地区群众体育健身事业对于民族地区综合发展的重要性。少数民族体育作为我国体育事业的重要组成部分，已经成为我国全面推进全民健身事业和体育大国迈向体育强国不容忽视的内容。



二、研究目的与意义

（一）研究目的

本书以四川省典型三大民族地区（凉山彝族自治州、阿坝藏族羌族自治州、甘孜藏族自治州）中最具代表性的藏族、羌族、彝族为研究对象，通过实地调研，目的在于通过三个层面的研究（即藏羌彝族群众传统体育健身特点特征和存在的问题、群众传统体育健身思维方式和行为习惯以及健身行为方式的社会学因素、传统体育健身行为形成机制理论构建），了解四川少数民族传统体育活动开展现状，对四川少数民族群众传统体育健身方法的科学性、普及性、现代性进行技术层面的挖掘梳理，对健身方法的项目、内容、方法、原则和理论体系理论层面的逻辑论证，在进行理论构建与实证调查研究的基础上，提出藏、羌、彝族群众传统体育健身特征和健身行为的形成机制以及相关发展对策。

（二）研究意义

1. 理论意义

（1）在党的十八大报告中，明确提出了“广泛开展全民健身运动，促进群众体育和竞技体育全面发展”的内容，本书研究符合我国当前加快推进“中国特色全民健身事业发展道路”（刘延东，2011）和少数民族体育事业发展的宏观背景，研究成果对于民族地区开展全民健身运动和推进少数民族体育事业发展等研究具有一定的理论参考价值。

（2）本书在采用传统的体育项目技术层面的收集、整理挖掘基础上，对少数民族传统体育项目的文化基因、传统体育健身行为形成的社会学因素和文化认同等问题进行了分析，探讨民族地区群众传统体育健身社会行

为事实与多因素之间的关系,使研究成果具有坚实的理论支撑和实证说明。研究成果对于拓展少数民族体育科学研究具有一定的理论参考价值。

2. 实际意义

(1) 研究成果,尤其是通过调查实证总结出的系统科学的健身方法对于四川藏、羌、彝、族群众健身活动开展具有指导意义,可以为四川民族地区相关管理部门群众体育发展提供决策服务。

(2) 研究成果对于促进四川少数民族体育传统体育资源的现代化发展、民族传统体育的保护与推广具有一定的实际应用价值。

三、研究思路与框架

为有效对少数民族传统体育群众健身相关问题进行深入研究,课题选取四川省最具有代表性的三个民族地区,即四川凉山彝族自治州、阿坝藏族羌族自治州、甘孜藏族自治州,分别重点研究藏族、羌族、彝族三个具有地方性特色的少数民族传统体育的具体问题。同时依据近年来课题组对四川少数民族体育研究的基础上,确定具体的实地调研点,如凉山州的布拖县、阿坝州的汶川县和红原县。从每个县中选取具有代表性的若干乡镇村落进行实证调查。按照发放问卷和实地访谈结合的方法,进行田野调查和数据收集,从而确定藏族、羌族、彝族传统体育活动开展的基本情况和存在问题。

在进行对传统体育项目技术层面相关数据收集的同时,结合社会学调查藏族、羌族、彝族对本民族传统体育的认知态度、健身特点和文化认同,对藏族、羌族、彝族传统体育健身思维方式和行为习惯以及形成机制进行调查,从社会学角度为传统体育健身方法挖掘整理和推广提供坚实的理论依据和支撑。在取得大量观察和研究数据的基础上,通过定性化的理



论逻辑论证,梳理藏羌彝民族传统体育健身方法的项目、特征、内容、方法、原则,对藏羌彝民族传统体育健身方法的科学性、普及性、现代性进行技术层面的挖掘梳理和理论层面的逻辑论证,在进行理论构建与实证调查研究的基础上,提出藏、羌、彝族群众传统体育健身行为的形成机制和相关发展对策。

四、研究方法

(一) 问卷调查和实地访谈相结合的方法

选取以四川凉山彝族自治州、阿坝藏族羌族自治州、甘孜藏族自治州作为考察点,采用问卷调查与实地访谈相结合的方法,对少数民族地区传统体育的发展现状、项目特征、健身特点、技术方法以及对本民族传统体育的认知与文化认同、健身行为等方面进行调查。

(二) 数据分析与理论架构相结合的方法

对调查获得的原始数据进行统计处理,分析和揭示数据所隐蔽的深层原因,为构建四川藏、羌、彝族群众传统体育健身理论提供佐证;以多学科理论为支撑,对理论与实践性的科学性进行综合分析 with 理论构建。

(三) 宏观政策与具体对策相结合的方法

结合我国当前加快群众健身事业和少数民族地区发展的宏观背景,从研究领域的科学研究需求为出发点,理论联系实际,结合我国少数民族地区群众体育发展的具体现实问题,提出相关发展对策。

五、研究重点与难点

(一) 本书重点难点在于如何深入少数民族地区,进行科学详尽的个

案实证研究。同时,对藏羌彝族传统体育健身思维方式和行为习惯以及健身方式形成的机制和社会学因素调查也是本课题研究的技术关键。该调查是否系统、科学,数据的获取度是否真实有效都直接影响到课题的最终成果。

(二) 本研究的最终成果,能够为我国发展少数民族群众健身事业的建设和推广方面提供多大程度上的指导和帮助;能够为我国民族地区体育事业的发展提供理论参考的价值程度是本课题的难点所在。

六、研究内容

(一) 藏、羌、彝族群众传统体育开展现状分析

研究内容包括:藏、羌、彝传统体育地域文化历史背景分析;藏、羌、彝族传统体育项目分类、梳理;传统体育开展现状的多维度调查;当地群众传统体育健身存在的问题。

(二) 藏、羌、彝族群众传统体育健身特点特征分析

当地群众进行传统体育健身的特点分析;传统体育健身方法技术系统的体育学分析;在对定性化的项目分类梳理和定性化的理论探讨深入研究的基础上,结合宏观理论和实证资料分析,梳理藏羌彝民族传统体育健身方法的项目、特征、内容、方法、原则,对藏羌彝民族传统体育健身方法的科学性、普及性、现代性进行技术层面的挖掘梳理和理论层面的逻辑论证。

(三) 藏、羌、彝族群众传统体育健身行为形成的社会学调查

研究内容包括:选取以四川彝族、藏族和羌族少数民族聚居地为个案,研究藏、羌、彝族传统体育健身形成的社会因素分析。包括本民族对



传统体育的民族文化认知程度、文化认同心理体验；参与地域性传统体育的动机和效果分析；传统体育文化活性状态分析；传统体育与家庭、婚姻、生活等相关性社会学分析；民族对传统体育在心理价值理念方面的认知度和归属感等。

（四）藏、羌、彝族群众传统体育健身行为形成机制的理论构建

研究内容包括：在以上分析的基础上，结合理论和实证研究，提出藏、羌、彝族群众传统体育健身行为的形成机制和相关发展对策。

七、研究综述

近年来，国内学者对于少数民族传统体育进行了思考，从体育学、社会学、文化学等多个领域对于在现代体育文化语境和现代化社会背景下的少数民族体育发展进行了不同层次和视角的研究。

与本课题相关的研究主要表现为以下几个方面：①从少数民族体育健身价值和功能进行的研究。此类研究主要集中在体育对少数民族地区群众生理心理相关指标的改善和提高。代表者如武杰（2001）、万义（2010）、杨霞（2012）；②从民族地区构建全民健身公共服务体系视角进行的研究。此类研究主要对服务体系中存在的问题以及健身服务的内容和功能进行了关注，代表者如龙佩林（2006）、王璞（2012）；③从历史学和社会学视角进行的研究。此类研究主要集中在对少数民族地区传统体育项目技术层面的梳理与文化分析。该研究领域取得一定的成果，代表者如白晋湘（1999）、陈青（2004）等；④对民族地区群众健身现状进行了相关调查研究，代表者如霍红（2005）等；⑤关于少数民族体育与非物质文化遗产保护、生态学、民俗学等方面的研究，近年来，该研究领域成果较多，不再赘述。

以上仅是从宏观层面对少数民族体育的相关研究进行简要学术归纳与分析。而从微观视角即以四川少数民族体育为论题进行研究的科研成果也逐渐趋于多元化,主要表现为以下几个方面:

其一,从科学技术视角,对少数民族体育事项的大数据和数字化进行理论研究与实践解读,较为突出的研究成果为“以大数据环境为背景,设计了民运会数据库建立的总体规划和总体框架,以及提出了民运会数据库建立的策略,以期为挖掘民族文化,建立民运会数据库提供理论指导。”^①民运会数字化的研究为少数民族体育项目保护、传承与发展提供了实践可能和理论参考,而关于项目数字化保护研究的代表作者为黄莹仪,其“在分析民族传统体育项目保护面临的‘困难点’的基础上,进一步对民族传统体育项目的数字化保护策略进行分析,为民族传统体育项目保护的完善提供有效凭据。”^②

其二,从旅游产业化领域,对少数民族体育旅游发展、旅游产业、旅游文化、旅游开发以及与互联网、产业化融合等进行系统化探索,由于该领域研究内容较多,通过对比分析将其主要观点归纳为三点:(1)旅游产业体系构建。“建立以民族体育文化旅游为主的体系,促进民族的交流和沟通,促进民族传统体育的发展和规范化建设;建立以民族体育产品为主的旅游体系,发展民族体育旅游产业,促进西部地区的民族利用自身的优势条件,发展民族旅游。”^③(2)旅游与产业结合。这里所谈及的旅游与产业主旨体育产业与旅游的互为融合而达到的双赢态势。如某学者通过“对

① 肖庆群,张江龙,张杰.大数据环境下民运会数据库系统的建设研究[J].内江科技,2016,(2):108-109.

② 黄莹仪.民族传统体育项目的数字化保护研究[J].现代经济信息,2016,(2):381.

③ 宋凯,葛卫忠,葛超.巴蜀民族体育旅游产业体系构建研究[J].辽宁体育科技,2006,28(1):3-4.



凉山州的体育资源、体育与旅游相结合的现状进行分析研究。发现利用当地的民族文化、自然资源打造特色节气民族体育项目、赛会旅游品牌、休闲娱乐品牌,探寻多元化构建特色的体育与旅游街接合的模式。”^①这仅仅是体育与旅游的一种融合,当然,还有另一种是体育文化与旅游产业的结合,这种结合的主体是体育文化,因为“追寻文化享受已成为现代旅游的一种新风尚。”^②(3) 旅游开发。旅游开发内容包括理念层面和实践领域。理念层面注重开发政策、文件、规划与方案等,如“开发四川民族传统体育旅游应制定科学的发展规划,打造特色、精品,走产业化发展道路。”^③实践领域强调民族体育文化、项目、特点与地域性,也就是说在开发过程中始终以本体特点为基础进行旅游与体育产业机制的构建。如某学者以川、渝为研究领域得出“应根据川、渝地域特点,突出民族旅游特色和品位,完善相关配套设施,建立川、渝民族旅游产业链条化机制。”^④

其三,教育化。民族体育进学校已经成为体育文化传承的重要空间,之所以如此是因为学校有传承民族体育的人力资源,这些人力资源具有尚未固定的知识架构,当接触民族体育后会将其作为核心知识点融入至本体知识体系建构中。而四川少数民族体育教育化研究主要集中于校本课程开发、体育教学和体育课程等,在这些研究中较为代表作者为陈振勇、韩勇等。其核心观点为“民族传统体育项目作为课程资源进入学校体育,可以极大地丰富学校体育教学内容和文化内涵,活跃校园体育文化生活,拓展

① 何福洋.凉山州特色体育产业与旅游结合的现状及对策研究[J].现代营销(下旬),2015,(9):154.

② 苏小琴.四川藏羌彝走廊民族节庆体育文化与旅游产业的融合研究[J].商,2016,(23):298.

③ 文格西,田军谊.四川地区民族传统体育旅游开发研究[J].四川体育科学,2009,(4):14-16.

④ 谢国庆,宋凯.川、渝民族体育旅游文化特色探析[J].绵阳师范学院学报,2007.26(2):148-151.