

民族体育

MINZU TIYU
FAZHAN YANJIU

发展研究

主编◎陈 伟 张 宁 王 纯



电子科技大学出版社

民族体育

MINZU TIYU
FAZHAN YANJIU

发展研究

主编◎陈 伟 张 宁 王 纯



电子科技大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

民族体育发展研究 / 陈伟, 张宁, 王纯主编.

—成都: 电子科技大学出版社, 2013. 6

ISBN 978-7-5647-1679-0

I. ①民… II. ①陈… ②张… ③王… III. ①民族形式体育—中国—学术会议—文集 IV. ①G852.9-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 118954 号

民族体育发展研究

主编 陈 伟 张 宁 王 纯

出 版: 电子科技大学出版社(成都市一环路东一段 159 号电子信息产业大厦 邮编: 610051)
策划编辑: 谢应成
责任编辑: 谢应成
主 页: www.uestcp.com.cn
电子邮箱: uestcp@uestcp.com.cn
发 行: 新华书店经销
印 刷: 成都火炬印务有限公司
成品尺寸: 170mm×230 mm 彩插 8 页 印张 16 字数 320 千字
版 次: 2013 年 6 月第一版
印 次: 2013 年 6 月第一次印刷
书 号: ISBN 978-7-5647-1679-0
定 价: 42.00 元

■ 版权所有 侵权必究 ■

- ◆ 本社发行部电话: 028-83202463; 本社邮购电话: 028-83201495。
- ◆ 本书如有缺页、破损、装订错误, 请寄回印刷厂调换。



在黑龙江省呼玛县白银纳乡，同民间艺术团的群众演员一起参加篝火节表演。研究者应该做到观察与参与观察相结合。



2010康定四月初八跑马山国际转山会上的藏民族传统歌舞表演。



毛南族青少年在贵州省平塘县卡蒲毛南族乡甲翁小学操场上接受《课题》研究有关的平衡能力测试。

景谷傣族彝族
自治县代表队彝族
队员在参加普洱市
第二届少数民族传
统体育运动会陀螺
比赛。





2010年8月在马来西亚新山市新山体育馆，第一届亚洲龙狮锦标赛隆重举行。楚雄师范学院舞龙队代表中国参加舞龙套路和竞速套路两个项目中，勇夺本次赛事两个项目的冠军。



在广西柳州市融水县和睦镇举行的民族传统体育运动—花炮节，图中讲的是在花炮节举办现场展示的花炮，有三个炮，分别为第一炮、第二炮、第三炮。在花炮节举行期间，有来自附近汉族、苗族、瑶族等众多民族共同参与，是当地社会影响力大、民众参与性广、社会团结稳定的大型民族体育节日节庆。



图中介绍的是在广西柳州市融水县洞头乡举办的民族传统体育节庆活动——“二月二”花炮节的举办现场。在节庆活动举办期间，有来自汉族、苗族、瑶族、侗族等众多民族群众参与，他们都穿上民族盛装，各村都组成芦笙表演队来展示各村屯的积极团结向上的风貌。整个节庆活动举办期间，人山人海，各种交流交际活动异彩纷呈。



图中介绍的是柳州市融水县洞头乡“二月二”花炮节举行期间的游炮环节，也就是在举办抢花炮之前将花炮游览展现环节。图中介绍的是有一对苗族母子的芦笙表演队走进抢花炮现场的路上。在少数民族中，将吹芦笙作为后代教育的重要一方面，很多小朋友从小就学习吹芦笙，在花炮节举办中有很多小朋友参与的芦笙表演队。花炮节是民族传统文化传承的重要场域。



2008年12月云南元阳哈尼族妇女为迎接“梯田文化节”进行粽叶舞彩排



2008年12月云南元阳哈尼族妇女练习扇子舞



2010年11月四川省第十三届少数民族传统体育运动会开幕式入场式



2010年11月四川省民运会民族体育项目羌铃



2010年11月四川省民运会民族体育项目彝寨斗笠健身操表演



2010年11月在攀枝花举行的四川省第十三届少数民族传统体育运动会开幕式入场式



2010年11月四川省第十三届少数民族传统体育运动会开幕式民族舞蹈表演



2010年11月四川省第十三届少数民族传统体育运动会开幕式板凳龙表演

前 言

由成都体育学院主办，云南省普洱市体育职业高级中学承办的第二届全国民族体育学术研讨会于 2012 年 11 月 28 日~12 月 2 日在云南省普洱市举行。大会主题是“民族传统体育的继承与发展”。围绕这个主题，我们组织相关专家对收到的来自全国 17 个省市、40 多所高校的 170 余篇论文进行了认真评审，共评出 38 篇优秀论文。在征得作者同意后，我们将这 38 篇论文编辑出版，供广大科研人员阅读、交流。

民族体育是华夏民族的宝贵文化遗产，是中华文明的重要组成部分。四川、云南是我国少数民族聚集的省份（四川有 13 个少数民族，人口数占全省总人口的 19.2%；云南有 26 个少数民族，人口数占全省人口总数的 1/3）。成都体育学院充分借助西南地区拥有广袤的少数民族这一先天优势和自身具备的在民族体育领域的一些研究基础，筹划主办了“全国民族体育学术研讨会”，目前已举办了两届。我们真心希望通过这个学术交流平台，汇集广大学者的聪颖智慧，为我国民族体育的研究开拓更广阔的空间。

我们希望，通过本次论文集的出版，能够进一步激发广大民族体育工作者及民族体育爱好者的热情，更加关注民族体育事业，加强对民族体育的科研工作，使民族体育在加强民族团结、繁荣民族文化、促进经济建设、和谐社会发展中发挥更大作用。

《民族体育发展研究》编委会

2013 年 4 月 20 日

目 录

民族节日：传统体育的展演空间与存续场域	陈 敏 张 宁 赖云华 (1)
安顺地戏中的武术文化现象管窥	
——兼论中国武术与戏曲的渊源关系	王明建 (9)
对四川省健身气功发展策略的思考	戴 薇 (17)
津门武术文化探析	丁保玉 郑 健 郭 楠 (23)
论民族传统体育田野调查的基本观点	方 征 陈晶晶 (29)
高海拔地区少数民族青年大学生原发性高血压某些问题的研究	邵 平 (36)
藏民族体育文化与构建和谐社会的	
研究——以甘孜州藏族自治州为例	刘红军 (42)
记忆“民族体育文化蕴意”维系“民族生态文化环境”	
——以六盘水六枝特区民族体育文化为例	高 徐 姚孔运 邢照利 (48)
文化强国建设进程中武术文化的传承与发展路径研究	龚茂富 (54)
社会性别视角下的民族传统体育发展研究	
——论女性与民族传统体育	李传国 张选惠 (60)
对少数民族传统体育产业发展的思考	
——以陀螺运动为例	李冬颖 陈 平 (67)
民族认同视野下的集体记忆	
——贵州少数民族节庆体育探骊	刘金丽 田 鑫 (73)
布依民族传统体育文化的继承	
与发展研究	罗 玲 屈植斌 杨 权 高洪英 (79)
程登科民族体育思想探微	潘 华 (84)
山地民族与草原民族传统体育文化生态比较	
——以水族、蒙古族赛马为例	屈植斌 (90)
对当代民族传统体育发展的历史审视	
——基于“文化安全”的视野	冉学东 童国军 (99)

云南省民族传统体育资源开发与保护体系

构建初探.....任 鹏 陈宇红 张殷龙 (105)

陀螺竞技起源于景谷、它在普洱市的现状与发展分析.....栗 庆 潘阮琦 (111)

对四川省传统运动养生的挖掘与整理研究

——以羌族为例.....辛双双 (117)

论我国西南地区少数民族体育文化的继承与发展.....杨永昌 张孙燕 (123)

论节庆体育活动在族际社会产生发展的社会心理根基.....杨元英 (128)

藏族传统体育发展的困境与出路.....曾 伟 (135)

彝族达体舞体育文化内涵与传承的生态初探.....张 建 (141)

贵州省少数民族传统体育可持续发展的研究.....张竞红 王占峰 (149)

“新农村”背景下民族传统体育文化的传承与发展

——以云南省为例.....周 静 (154)

陀螺运动的基本技战术及其训练.....周 勇 (158)

四川传统武术的生存现状及发展对策研究.....应 磊 (168)

甘孜州传统体育项目现状分析与训练方法探究.....刘 建 王 迪 黄德建 (175)

打猴鼓舞对小学生平衡能力影响的实验研究.....孙定福 罗 玲 危小焰 (183)

对江苏省场地自行车运动员起动蹬踏技术动作

的探讨.....王 敏 钱竞光 宋雅伟 刘 学 (190)

少数民族地区体育传统校民族体育项目建设的调查研究.....王永兴 夏 平 (202)

民族传统体育文化在城市化进程中的作用

——以西宁为例.....王 远 陆 斌 (208)

我国妇女传统体育的发展现状及对策研究.....张选惠 李传国 文善恬 (214)

民族传统体育专业本科教学中运动营养课程的融合与改革.....白宝丰 (221)

民族体育之花

——太极柔力球课件制作与优化教学的研究.....陈悦柏 刘德琼 张丽媛 (225)

少数民族传统体育引入高校体育课的新思路.....李忠梅 文格西 肖谋远 (231)

校园空间传承：民族传统体育的教学困境与优化途径.....艾泽秀 (236)

反思与弘扬：论藏族锅庄的体育化与课程化.....何小军 阳 源 曾 伟 (242)

民族节日：传统体育的展演空间与存续场域

云南师范大学 陈 敏

思茅体育职业中学 张 宁

云南民族大学 赖云华

少数民族在漫长的历史进程中，由于自然地理环境和社会历史发展的不同以及风俗习惯的差异，逐步形成了具有本民族特色的、内容丰富的、形式多样的传统节日，成为最为绚丽的文化符号。节日蕴含着各民族文化的产生和发展历程，代表了各自民族文化的特质。如蒙古族的“那达慕”、彝族的“火把节”、白族的“三月街”、藏族的“赛马会”、哈尼族的“苦扎扎节”（六月年）、傣族的“泼水节”、苗族的“踩花山”等节日成为各个民族的明显标识。少数民族传统体育作为节日文化的重要组成部分，在承载民族共同的文化心理、维系民族意识的同时，也起到了丰富各民族的精神文化生活、凝聚民族感情的作用。所以在特定的节日文化空间以及传统体育在节日中的展演与变迁，对促进西部民族地区少数民族传统体育的发展具有现实意义。

1 民族节日：传统体育展演的文化空间

文化空间是指“一个大众的和传统的文化活动集中的地方，或者通常具有一定周期（循环的、季节性的、有日历安排的）性的，或者具有某一事件性的时间。总之，这一时间性和物质性的空间因传统地在其间举行的文化活动而存在。”^[1]少数民族节日的要素一般包括三个部分：节日的时间性、空间性以及人群共同体，是某一特定人群共同体在其生产、生活的特定时间、特定场所并按照其社会规定性举行的周期性活动，从而形成这一人群共同体的文化展演的场域。根据少数民族节日活动的主要内容和功能，可将节日分为岁首年节、宗教节日、农事节日、娱乐节日、商贸节日^[2]。在各类节日活动中，人们通过身体实践达到娱人、娱神、娱己，从而为民族传统体育的形成、发展提供了文化生态空间。各民族传统体育活动在节日中得以充分展示，同时也因节日文化的长期积淀而得到传承和发展。

1.1 岁首年节日中的传统体育

在西部少数民族中，彝族、藏族、土家族、白族、傣族、纳西族、哈尼族、傈

傈僳族、基诺族、拉祜族等都有本民族的历法，因而具有本民族的年节。年节是展示各民族民间习俗的综合大节。年节的综合性特点使之形成了节日活动的范围十分广阔、活动规模较大的重大节日。各民族的年节庆祝活动包括祭礼习俗、饮食服饰习俗、社交习俗和游艺竞技习俗等。其中歌舞和竞技游艺是较为喜庆、全民参与的活动。例如彝族的十月年是祭祖的节日，节期共三天，第一天接祖，供奉祖宗灵位；第二天与祖同乐，全寨人欢聚在寨场中，弹起月琴、吹响芦笙、跳起左脚舞，进行摔跤、斗牛、扭扁担、打磨秋、荡秋千等传统体育活动；第三天送祖。傣族的“泼水节”（傣历新年），以相互泼水祝福，以龙舟竞渡活动祈求来年风调雨顺、五谷丰登，堆沙、丢包、放高升等也是泼水节的活动。藏族的藏历新年，除了祭祀活动以外，还要进行持续半个月的赛马、射箭、歌舞联欢等节庆活动。傈僳族的年节“阔时节”，举行祭祀活动之后要进行跳舞、射箭比赛、荡秋千等传统体育活动。各少数民族的年节都有多种目的和功能，往往是在节日发展中不断复合汇聚而成的，反映了各少数民族除旧布新、生命轮回、祈神保佑、人畜平安、五谷丰登等民族文化意识。因此，节日中的传统体育活动也多种多样、异彩纷呈，成为人们年度喜庆活动的重要内容。

1.2 宗教节日中的传统体育

由于历史、自然地理、生态环境等各方面的因素，西部少数民族大多信仰宗教，有些宗教为全民族所信仰，从而形成了一些以宗教活动为主题的宗教节日。少数民族传统节日与宗教有着千丝万缕的联系。我国民俗学者早就提出，在我国各民俗节日中，以宗教祭祀为主要内容的节日最多^[3]。例如云南许多少数民族信仰原始宗教，一直保持着自然崇拜、祖先崇拜、英雄崇拜等习俗。这些原始宗教习俗，有的逐渐演变为祭祀节日，将原始宗教文化特征表现在节日习俗上^[4]。普米族的“转山会”是祭祀山神的节日，在祭祀后要举行骑马、射箭和歌舞活动。水族的“端节”、佤族的“拉木鼓节”、瑶族的“盘王节”、拉祜族的“葫芦节”、阿昌族的“窝罗节”等都属于祖先崇拜的节日。水族“端节”源于以血缘为纽带的族群的原始宗教祭典活动，祭祀祖先以表示托远祖洪福过上了好日子，节日的主要娱乐活动有祭祀、赛马、跳铜鼓舞、吹芦笙等；佤族“拉木鼓节”在整个木鼓的选材、镂凿过程中都要进行射弩、爬杆等活动作为祭祀；阿昌族的“窝罗节”期间要“跳窝罗”集体舞蹈，举行武术、荡秋千等活动。傈僳族传统的“刀杆节”属于英雄崇拜的节日，相传是以“上刀山、下火海”的大无畏英雄气概来纪念“三征麓川”保卫边疆的英雄——王骥。信仰藏传佛教的藏族、珞巴、门巴、土族等民族每逢“藏历年”、“雪顿节”、“朝山节”、“传召大法会”等宗教节日在举行一些宗教仪式之后，都要进行赛牦牛、跑马射箭、押加（大象拔河）、赛马、跳锅庄等体育娱乐活动。“开门节”是信奉上座部

小乘佛教的傣、德昂、阿昌等民族的重要宗教节日，节日里主要的娱乐活动有抛荷包、跳象脚鼓等。

1.3 农事节日中的传统体育

西部地区由于自然地理环境的差异和复杂历史条件的影响，产生了复杂多样的文化元素，形成了不同的生产生活方式和农耕、畜牧、采集渔猎等不同的经济文化类型。各经济文化类型又相互影响、相互交织在一起，多样性和特异性都很明显。这种纷繁复杂的经济文化形态造就了异彩纷呈的农事节日。如彝族、白族、纳西族等都有过“火把节”的习俗，节日活动的主要内容是燃火把除害驱虫，祈求丰收，“火把节”就是典型的农事节日。彝族“火把节”除祭祀活动以外，最重要的活动就是摔跤，这是全民族参与的活动，其次是打秋千、扳牛、跳叠脚舞等活动。哈尼族“苦扎扎节”节期在农历六月，插秧结束后要荡秋千、打磨秋，意在祈求五谷丰登、人畜兴旺，同时也是秋收前的生活调适，与农业生产节律紧密相连；藏族的“七月转山节”是在庄稼将要成熟的七月十五日过此节，藏民围着庄稼祈求丰收、转山烧香祭山神，同时还进行郊外游玩，歌舞联欢，以及赛马、斗牛等活动。有很多少数民族，如苗族、侗族、拉祜族、哈尼族、傈僳族、壮族、阿昌族、佤族、彝族等在新谷收获之初都要举行“尝新”活动，以新米饭祭献谷神、祖先，感谢神灵赐予粮食，并祈求来年风调雨顺、粮食收成更好，这种习俗逐渐演变为传统节日，称之为“新米节”或“尝新节”，“尝新节”是一个喜庆丰收的节日，各民族都会在夜晚载歌载舞，进行各种体育娱乐活动。

1.4 娱乐节日中的传统体育

西部各少数民族娱乐节日是随着社会的发展，节日中的宗教性和功利性逐渐淡化，娱乐性逐渐增强而形成的。虽然娱乐节日中的活动与其他节日的活动不能严格区别，有的还保留着一些祭祀的传统，但这些已不是节日活动的中心，其活动内容已演化为一般娱乐活动性质。可以说，娱乐节日中各项活动所包含的体育因素要更多一些。甚至还形成了具有鲜明民族特色的竞技娱乐节日。例如蒙古族的“那达慕大会”是在夏秋之交、一年中的黄金季节进行，“那达慕”就是蒙古语“娱乐、游艺”的意思，节日中的摔跤、赛马、射箭比赛被称为“男儿三项游艺”，是节日中场面最热烈、最吸引人的活动；景颇族的“目脑纵歌”，从宗教祭祀演变成为群众性的歌舞娱乐盛会；白族古老的节日“绕三灵”，原为祭祀本主的活动，现在是一项游春娱乐活动，边走边打霸王鞭、金钱鼓是节日中的重要内容，堪称为群众性的娱乐健身活动；云南省迪庆藏族自治州的藏族“赛马会”是一个赛马运动的盛会。除了藏族以外，相邻的彝族、纳西族、白族赛马高手也前来参加。竞赛项目有竞速、走马、跑