

民族传统体育发展方式

陈 佳

温州大学体育与健康学院, 浙江 温州

收稿日期: 2024年11月12日; 录用日期: 2024年12月12日; 发布日期: 2024年12月25日

摘 要

近年来, 中国政府高度的重视全民健身和健康中国的建设。民族传统体育在全球化背景下、全民健身与健康中国的国家战略中、非物质文化遗产的保护与传承中以及国际体育交流与合作中都扮演着重要角色。民族传统体育在中华文化遗产与全民健身中具有重要地位。其优势在于文化沉淀的丰厚、分布广泛的资源; 民族传统体育体系博大; 人文主义鲜明。然而, 当前现代体育的盛行, 本民族传统体育的认可度低; 推广项目的力量单一; 推进方法较少; 对外交流缺乏特色, 国际推广发展较慢等困境。为应对这些挑战, 需采取多项对策, 包括提升文化内涵, 增加民众的文化认同; 凝聚多方合力, 激发丰富动力; 深化国际发展优势, 推进特色交流。通过这些措施, 可以有效推动民族传统体育的传承与发展, 增强体育文化产业的竞争力和发展能力, 为全民健身和文化遗产贡献力量。同时, 这也将有助于提升国家文化软实力, 凝聚民族力量, 促进文化多样性和社会和谐。

关键词

民族传统体育, 体育发展, 发展方式

The Development Mode of Traditional National Sports

Jia Chen

College of Physical Education and Health, Wenzhou University, Wenzhou Zhejiang

Received: Nov. 12th, 2024; accepted: Dec. 12th, 2024; published: Dec. 25th, 2024

Abstract

In recent years, the Chinese government has attached great importance to the construction of national fitness and the Healthy China initiative. Traditional ethnic sports play an important role in the national strategy of fitness and health for all, the protection and inheritance of intangible cultural heritage, international sports exchange and cooperation in the globalization context. Tradi-

tional ethnic sports occupy an important position in the inheritance and promotion of Chinese culture and fitness. Its advantages include rich cultural deposits and extensive resources; a broad and profound traditional sports system; and a distinctive humanistic spirit. However, the current prevalence of modern sports has led to low recognition of traditional ethnic sports; limited promotion power; few promotion methods; and a lack of distinctive international exchange, leading to slow international promotion. To address these challenges, a series of measures need to be taken, including enhancing cultural connotation, increasing people's cultural identity; mobilizing multi-party forces, stimulating diverse driving forces; deepening international development advantages, promoting distinctive exchanges. Through these measures, effective promotion of traditional ethnic sports can be achieved, enhancing the competitiveness and development capacity of sports cultural industries, contributing to the promotion of national fitness and cultural inheritance. At the same time, this will also help enhance national cultural soft power, rally national forces, promote cultural diversity and social harmony.

Keywords

National Traditional Sports, Development of Sports, Mode of Development

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

近年来，中国政府高度的重视全民健身和健康中国的建设。民族传统体育作为中华文化重要的组成部分，具有广泛的群众基础和深厚的文化底蕴，是全民健身的重要载体。通过推广民族传统体育，不仅可以提高国民的身体素质，还可以增强民族凝聚力和文化认同感。民族传统体育在全球化背景下、全民健身与健康中国的国家战略中、非物质文化遗产的保护与传承中以及国际体育交流与合作中都扮演着重要角色。因此，深入探讨民族传统体育的发展意义、优势、现状困境及对策，对于推动其传承与发展、增强体育文化产业的竞争力和发展能力、提升国家文化软实力具有重要意义。

2. 民族传统体育的发展意义与优势

中共中央办公厅与国务院办公厅在 2017 年 1 月印发的《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》[1]，明确指出要“以中小学教材为重点，构建中华文化自己的特色课程与教材体系”。《全民健身计划(2021-2025 年)》指出要推动自身的武术、龙舟、围棋、健身气功等中华传统体育项目“走出去”，并鼓励和支持各地与国外友好的城市进行全民健身的交流[2]。

2.1. 文化沉淀的丰厚

《体育学研究》围绕“民族传统体育文化传承与发展”专题之中，有许多研究学者从不同的视角，对中华民族传统体育文化的传承和发展进行了相关研究[3]。其中南华大学体育学院的谭志刚等人对于地区龙舟活动进行研究，集中对集体行动进行了分析，研究结论发现在集体行动的形成过程中，政府在推动地方旅游经济发展的绩效追求，以及民众们划龙舟“驱瘟”的信念风俗的诉求所形成的复兴，共同意念和动员，无疑是一种理想的“共治”状态[4]。

2.2. 分布广泛的资源

在吉首大学体育科学学院白晋湘(2022)的民族传统体育的路径研究中，指出了苗疆是具有典型的民

族特色、地域特色、政治历史特色的特殊区域，是一个以苗族、土家族和汉族等民族为主，构成的多民族聚居区，其分布的范围涉及到云、贵、川、桂、湘等地[5]，足以证明一个传统体育项目的分布范围是极为广泛的。

2.3. 民族传统体育体系博大

中华民族传统体育体系博大，不仅有徒手的项目，还有持器械的项目；既有单人参与项目，也有多人参与项目；不仅有竞技类的项目，还有游戏类的项目[6]。其丰富的健身项目融摄了大量的民俗、游戏、竞技等项目，例如有舞龙、舞狮等习俗类的项目，还有跳房子、跳皮筋等游戏类的项目；其技术选择也具有多元性，涵盖了单人运动和双人运动、以及集体运动等多种健身的方法与模式，例如既有太极拳、八段锦、五禽戏等徒手的健身项目，还有抖空竹、踢毽子等借助器械的健身项目。

2.4. 人文主义鲜明

在中国文化深刻的影响和熏陶之下，民族传统体育得到悠久的人文主义思维的熏陶，在助力全民的健身之中，民族传统体育相较于西方的体育更加凸显思想方面的特性。主要体现在，其一，人文主义思维的影响使民族传统体育侧重于重视人文方面的关怀，即是一种体现人本主义的尊重个体、强调人的个性化的关怀的方式[7]。其二，民族传统体育的健身方面更加重视体育项目运动的整体性，以及合理性等的理念。如太极拳当中遵循的动静结合的养生思想。

3. 民族传统体育发展现状困境

3.1. 现代体育的盛行，本民族传统体育的认可度低

随着越来越先进的媒体传播技术的发展，中华民族传统体育也被西方体育文化不断同化，在1982年，作为民族传统体育先锋的中华武术独领风骚，一度被推向世界的舞台中央，但由于各种各样的原因，中华武术在传播的过程中，出现了被西方体育文化同化的现象[8]。西方的文化渗透，对于我国本土的文化有很大的冲击，致使人们的文化认同意愿趋于了淡化[9]。当中华传统的文化发展无法坚定的守住本位时，民族传统的体育文化便也成为无源之水、无本之木了[10]。

3.2. 推广项目的力量单一，推进方法较少

民族的传统体育健身对政府一元主体的依赖较为严重，表现在，其一，从公共服务角度看，社会力量的参与意识不够，未能形成参与建设的内生动力，如许昌市仅有少部分的社会组织和社区居民能够积极主动地参与全民健身公共的服务中[11]。其二，从赛事的举办看，民族的传统体育赛事组织以及宣传主要依赖于政府，例如太极拳协会、毽球协会等单项体育协会的社会力量参与的不足，社区、群众等参与的赛事筹办也不景气[12]。其三，从理论研究上看，相关的学术研究工作还主要依赖于政府、高校及科研部门。参会者主要是各个高校、科研机构、体育协会等单位的成员，相对的缺少体育运动俱乐部、相关运动民众等群体的参与[13]。其四，社会的力量参与民族传统体育健身文化传播的积极性还存在不足，未能形成良好的社会舆论的环境，使得群众不能够深切的认识民族传统的体育健身方法及优势，文化的认同感较低[14]。

3.3. 对外交流缺乏特色，国际推广发展较慢

国外的跆拳道经过长期的推广，已经形成了一套成熟的传播模式。其中最为主要的是他们有强大的宣传能力[15]。传统的武术过于执着于保持祖传的传统，将武术先辈们流传的技术动作照搬和照抄，没有利于传承的创新[16]。表面上传统的武术是以完美的形式继承了一些古老的武术，但却随着武术先辈们的

离世而丢失。历史的发展告诫了我们，任何事物的发展是不断推陈出新的。我们要树立正确的发展观念，要优化传统的武术，寻求武术的新发展。

4. 民族传统体育发展对策

4.1. 提升文化内涵，增加民众的文化认同

民族的传统体育是全民健身成为文化全球化背景之下凝聚民族的力量、提升文化的软实力的重要举措。提升民族的传统体育健身在观念文化上的认同，要多路径的塑造国民们主动的弘扬民族文化、民族体育的意识以及能力[17]。要求一是加强培育国民们传承中华传统的文化的责任感和意识感。例如可从学生相关的群体入手，在校园大力开展爱国主义、集体主义的相关教育，培养众多青少年后备人才们厚重的民族责任感与自豪感[18]。二是从舆论的环境塑造方面入手，可以通过学校的教育、网络宣传等相关渠道，加强民族的体育健身方法普及。例如可以定期举办相关民族传统的体育健身知识的科学讲座等相关展演活动[19]。三是从政策的角度着手，塑造正面的民族传统体育健身官方形象，构建起“官方带群众”的文化认同生成的模式。例如可以依托非物质文化遗产的保护政策，同时结合各地独有的特色非物质文化遗产，创建其民族的传统体育文化遗产研究机构。

4.2. 凝聚多方合力，激发丰富动力

加大扶持相关社会力量，使其积极参与到公共服务体系建设中，充分发挥社会的力量，其在人才资金、技术项目、经验、品牌等资源方面的优势。例如可以借鉴温州模式，构建其政府补贴加市场运营，加上体育社会组织指导的民族传统的体育场馆建设，其多元主体运作模式，由各个地方的体育局提供健身的器械，地方体育社团、体育俱乐部、社会体育指导员等参与进行管理和健身指导。

4.3. 深化国际发展优势，推进特色交流

深化开展全民健身国际方面的交流、以及赛事的举办等相关活动，加强民族传统的体育特色融入国际之中。构建起“自上而下、全面多维”的民族传统体育健身国际推广的路径。同时要借助国家领导人、政府等高层的智慧和力量，例如可以依托体育的外交发挥其的引领价值，还要发挥体育相关精英的效用，打造起民族传统的体育精英形象，大力的宣传太极拳、健身气功等传统项目的健身方法。积极的充分发挥语言独特功用，用以生动的语言表达加上丰富、形象的语意，助力民族传统的体育健身在国际上的交流与传播。例如可以在海外的孔子学院、知名高校等相关平台教授传统太极拳、健身气功，同时注意讲清“身心和谐、内外兼修”等健身的理念。

5. 总结

民族传统体育在中华文化遗产与全民健身中具有重要地位。其优势在于文化沉淀的丰厚、分布广泛的资源；民族传统体育体系博大，人文主义鲜明。然而，当前现代体育的盛行，本民族传统体育的认可度低；推广项目的力量单一；推进方法较少；对外交流缺乏特色，国际推广发展较慢等困境。为应对这些挑战，需采取多项对策，包括提升文化内涵，增加民众的文化认同；凝聚多方合力，激发丰富动力、深化国际发展优势，推进特色交流。通过这些措施，可以有效推动民族传统体育的传承与发展，增强体育文化产业的竞争力和发展能力，为全民健身和文化遗产贡献力量。同时，这也将有助于提升国家文化软实力，凝聚民族力量，促进文化多样性和社会和谐。

参考文献

[1] 邓伟, 周结友. 政策工具视角下《全民健身实施计划(2021-2025年)》政策分析——以广东省十个地级市为例[J].

体育科技, 2023, 44(6): 82-86.

- [2] 吴宣廷, 吉灿忠. 论民族传统体育助力全民健身[J]. 体育文化导刊, 2023(4): 64-70.
- [3] 郭娟. 弘扬传统体育文化增强民族文化认同教育研究——以武术文化为例[J]. 武当, 2023(3): 79-81.
- [4] 谭志刚, 彭春兰. 在绩效追求与信俗力量之间: 湘西浦市龙舟活动复兴的集体行动研究[J]. 体育学研究, 2023, 37(2): 8-16, 73.
- [5] 毛龙, 李翠霞. 跆拳道技术特点与推广形式对传统武术的启示[J]. 武术研究, 2022, 7(11): 18-20.
- [6] 王稳, 韩长良. 仪式性身体活动: 我国民族传统体育的文化本源、族群记忆与身份认同[J]. 吉林化工学院学报, 2022, 39(8): 76-79.
- [7] 钱立宏. 预科体育教学中开展射箭运动的策略研究[J]. 当代体育科技, 2022, 12(8): 174-177.
- [8] 白晋湘, 郑健. 交往交流交融: 苗疆传统体育铸牢中华民族共同体意识的三重路径[J]. 体育学刊, 2022, 29(1): 1-8.
- [9] 宋军. 民族文化认同与民族传统体育转型发展的研究[J]. 沈阳工程学院学报(社会科学版), 2022, 18(1): 93-96.
- [10] 相金星, 王进国, 郭振华. “境遇”抑或“反思”: 民族传统体育文化现代传承与发展[J]. 沈阳体育学院学报, 2021, 40(5): 130-137.
- [11] 朱成东, 尹博文, 王小凡, 等. 我国传统武术文化传播与认同研究[J]. 吉林体育学院学报, 2021, 37(3): 104-108.
- [12] 刘艾吉. 怒江州少数民族传统体育项目与旅游融合发展研究[D]: [硕士学位论文]. 昆明: 云南师范大学, 2020.
- [13] 薛浩. 中华民族传统体育文化的生成机制与路径选择[J]. 体育文化导刊, 2019(5): 41-46, 52.
- [14] 中办国办印发《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》 [J]. 中国德育, 2017(4): 5.
- [15] 何建民. 旅游发展的理念与模式研究: 兼论全域旅游发展的理念与模式[J]. 旅游学刊, 2016, 31(12): 3-5.
- [16] 李伟, 付志华, 贾海如. 民族传统体育项目在武汉高校开展状况的调查研究[J]. 南京体育学院学报(社会科学版), 2016, 30(4): 113-116.
- [17] 李守培, 郭玉成. 中国传统武术的人文思维研究[J]. 武汉体育学院学报, 2015, 49(2): 52-57.
- [18] 邹文龙. 论跆拳道的推广策略对中国武术发展的启示[D]: [硕士学位论文]. 西安: 陕西师范大学, 2014.
- [19] 汪海涛. 民族文化认同与民族传统体育转型发展的思考[J]. 体育文化导刊, 2005(11): 15-17.