

# 体育非遗与健康生活

## ——2020 年全国体育非物质文化遗产学术研讨会综述

张 青<sup>1</sup> 朱亚成<sup>2,3</sup>

1. 杨凌职业技术学院体育教学部, 杨凌;

2. 湖北休闲体育发展研究中心, 武汉;

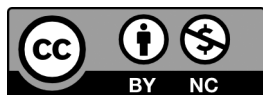
3. 西藏民族大学体育学院, 咸阳

**摘 要** | 体育非物质文化遗产是体育文化的重要组成部分, 是非物质文化遗产中的一类重要表现形式。它是在漫长的历史中创造和积淀下来的传统体育文化资源, 充分体现了人类共有的体育文化价值观念和审美理想。体育非物质文化遗产是我国优秀传统体育文化的宝贵财富, 在提高民族健康水平、丰富人民群众业余文化体育生活、维系民族文化多样性、促进民族地区经济社会发展乃至提升国家文化软实力中发挥着至关重要的作用。2020 年 6 月 13 日(文化和自然遗产日)在上海体育学院相关专家学者围绕“体育非遗与健康生活”主题, 从“体育非遗的田野调查”“新时代体育非遗传承与保护”“健康中国与体育非遗”“体育非遗与文化传播”“体育非遗与学校教育”“体育非遗与藏族赛马”六个专题进行交流和研讨。本文对上述六个分会场的相关专题报告进行梳理和综述, 旨在为更好地传承与发展体育非遗建言献策, 科学有序推进我国体育非遗的保护、传承与传播。

**关键词** | 体育非物质文化遗产; 健康中国; 少数民族体育; 民俗体育; 体育文化; 文化传播; 学校教育; 藏族赛马

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



基金项目: 湖北休闲体育发展研究中心 2019 年度开放基金课题一般项目“‘一带一路’背景下藏族赛马节的保护现状与传承路径研究”(项目编号: 2019Y011)。

通讯作者: 朱亚成(1991-), 男, 湖北荆州人, 博士, 讲师, 研究方向: 民族体育文化。

文章引用: 张青, 朱亚成. 体育非遗与健康生活——2020 年全国体育非物质文化遗产学术研讨会综述[J]. 中国体育研究, 2021, 3(2): 144-166.

<https://doi.org/10.35534/scps.0302013>

由上海体育学院举办和承办的2020年全国体育非物质文化遗产学术研讨会于2020年6月13日(即文化和自然遗产日)在上海举办。本次研讨会全程采用线上视频会议方式进行(鹏博士互动会议平台为支持单位),教育部体育卫生与艺术教育司司长王登峰、国家体育总局宣传司司长涂晓东、原中国艺术研究院院长连辑、国际武术联合会秘书长张秋平、上海市文化和旅游局一级巡视员王玮、上海市体育局副局长赵光圣、上海市教育委员会副主任倪闽景、上海体育学院党委书记李崑和上海体育学院院长陈佩杰等领导和专家出席了开幕式。开幕式由上海体育学院党委副书记潘勤主持,来自全国52所高等院校和科研单位的200余名专家学者、青年教师和研究生代表参加了此次研讨会。

本届研讨会的主题为“体育非遗与健康生活”,完全呼应了2020年文化和遗产日的主题“非遗传承,健康生活”。大会邀请了连辑教授和张先堂教授作了题为《武术的文化属性与现代生活》和《敦煌古代体育文化的价值挖掘与创造性转化》的大会主报告。陈小蓉教授、李印东教授、刘静教授、郑炳林教授、李重申教授和孙麒麟教授分别做了题为《体育非物质文化遗产实地调研精选案例》《新时代体育非物质文化遗产传承与资源开发》《体育非物质文化遗产与健康中国战略的对接》《丝绸之路上的体育非物质文化遗产》《古代丝绸之路的民俗体育研究》《体育非物质文化遗产与百年名校的文化建设》专题主报告。

本届研讨会征文方向有新时代中国体育非遗的保护、传承与发展以及新时代非遗体育资源的开发路径研究、健康中国与非遗体育、“一带一路”非遗体育文化研究、地域文化与非遗体育研究、非遗体育的田野调查研究等八大方面。论坛从2020年4月3日发布征文通知到2020年5月20日投稿截止日,经过查复率检测、专家评审,从227篇稿件中最终录用202篇,录用率88.99%。其中专题报告录用43篇(专题报告录用率18.94%),书面交流录用159篇(书面交流录用率70.04%)。研讨会设有“体育非遗的田野调查”“新时代体育非遗传承与保护”“健康中国与体育非遗”“体育非遗与文化传播”“体育非遗与学校教育”“体育非遗与藏族赛马”六个分会场。本文主要对上述六个专题进行综述,以期全面反映新时代中国体育非遗保护与发展的最新理论成果和

研究动态。

## 1 体育非遗的田野调查

### 1.1 地方体育非遗的田野调查

运用田野调查法可以更加快速地把握住第一手资料,并通过资料严谨的分析并且阐释非遗体育的内涵,进行很好的传承与保护<sup>[1, 2]</sup>。体育非物质文化遗产是中华文明发展积淀的重要载体,是珍贵的中华文化资源,凝聚了中华民族特有的结晶和智慧,也是非物质文化遗产的重要组成部分,随着经济全球化发展、城市化进程的不断加快,各领域知识渗透不断加深,社会进步与文明得到发展的同时,也影响了体育非物质文化遗产的发展,部分偏远地区体育非物质文化遗产传承与发展受阻,有的甚至濒临灭绝;“年轻人不再关心传统,中年人无暇顾及传统,真正了解、熟悉传统文化的老年人手中的交接棒不知该如何交接,给体育非遗造成了传承、发展的难题”<sup>[3, 4]</sup>。因此国家和地方政府越来越重视体育非物质文化遗产的传承与发展,出台了相关保护、传承与发展的系列文件与法规,各省市纷纷响应,采取一系列措施来加大保护力度。

苏州大学李建运用田野调查等方法对连云港市体育非物质文化遗产保护与发展进行研究,研究认为连云港市体育非遗传承与发展存在的问题主要包括政府对非遗项目保护与宣传不到位;传承方式单一,传承人与保护工作协调不顺;缺少资金投入和群众喜爱度不高;体育非遗项目的创新传承途径缺失;相关法规政策不健全等问题。并提出结合大众体育消费需求,适度开发体育非物质文化遗产资源,创新体育非遗项目形式;加强体育类非遗项目方面的学术科研,增强其宣传力度等建议。海南医学院黄莹仪等学者运用田野调查等方法对海南省体育非物质文化遗产的保护与传承进行深入系统的研究,提出依靠政府各部门,社会各界和广大群众共同参与,共同努力,正确处理体育非遗保护与经济社会发展的关系,鼓励多种形式的非遗体育文化创建活动,大力开展公益性非遗体育活动。华南理工大学王国超和史成才两位学者运用田野调查、访谈等方法对广东省体育非物质文化遗产的生存现状及发展路径进行分析,提出如下发

展路径：将体育非遗融入体育强国、全民健身中；与媒体合作、加强对体育非遗的宣传力度；政府与社会合力打造地方性体育非遗品牌赛事等。

中国儿童中心阳光体育中心兴趣培养部刘岩运用实地考察法等研究方法，对北京市非物质文化遗产“通背拳”的发展现状进行了研究，指出传承存在的问题，并给出建议。提出加大对北京市非物质文化遗产“通背拳”的推广与宣传，举行非遗进校园进社区的活动，并邀请相关专家学者进行知识讲座，提高民众的参与性，普及非物质文化遗产知识，培养民族自豪感。首都体育学院马威威对山西省文水县左家拳的传承与发展进行深入研究，提出从“静态保护”和“活态传承”两大方面进行。石锁是我国优秀的民族传统体育项目，也是体育类非物质文化遗产之一，蕴涵着深厚的文化底蕴和技艺内涵。南京体育学院杨俊哲和于翠兰两位学者以南京殷巷石锁的传承与发展为研究对象，对代表性传承人、习练者、协会领导、当地居民等进行了全面的走访调查。得出南京殷巷石锁的保护和传承的策略如下：第一，开展理论研究，挖掘殷巷石锁的文化内涵；第二，优化石锁材质，提升文化适应力；第三，加大宣传力度，提高社会参与度；第四，加大政府支持力度，发挥内部的造血功能；第五，依托学校平台，掌握基本石锁技法；第六，制定规范的石锁竞赛规则。

## 1.2 少数民族体育非遗的田野调查

少数民族体育非物质文化遗产保护和传承研究是我国体育学者一直关注的重点，少数民族体育非遗的保护和传承更容易被人们忘记，保护和传承的社会参与力量有限。因此，加强对少数民族体育非遗的田野调查和理论研究刻不容缓。国家体育总局和国家民委等有关部门<sup>[5]</sup>专门发文，保护和促进少数民族体育非遗的保护和传承工作。牡丹江师范学院王慧对赫哲族叉草球运动的保护与发展进行研究，提出加强对叉草球技术人员和传承人的培养、加大叉草球运动宣传力度和提高项目知名度、努力推动民族特色村寨完善发展等促进策略。贵州师范学院陈国余基于一项国家级非物质文化遗产的前世今生与未来，对毛南族佯僮人“打猴鼓舞”进行深入研究，研究指出“打猴鼓舞”作为卡蒲毛南族佯僮人独有的文化习俗，是毛南族佯僮文化的集中表现形式。葬礼作为其最初的展

演场所,赋予了它深邃、沉重、肃穆的文化内涵。其丰富多样的传说故事道出了它与众不同的历史渊源,其表演时所着服装、所嚎之歌、所击之乐都是其诉说民族故事、反映民众心理的窗口,而借它所表达的情感内容,也是对于中国传统孝文化的传承。

上海体育学院张忠杰和郭玉成两位学者通过反思中国苗族传统武术研究范式中存在的问题,结合在黔东南、湘西、滇东南、川南等广大苗区翔实的田野调查,以及对苗拳师及习练群体的深度访谈,基于主体民族志,运用主位观的研究范式,在苗族的传统文化语境中,站在“局内人”的角度解析习武苗人和非习武苗人的武术观,展现苗拳师群体视野中的苗族武术概念,苗族武术技术观、苗族武术道德观、苗族武术拜师观和择徒观、苗族武术历史观、苗族武术传承发展观等,凸显苗族群体的主体性,以平衡事实追求与文化阐释之间的张力。牡丹江师范学院姚馨逸基于行动者网络理论,以苗族体育非物质文化遗产——贵州反排木鼓舞为核心案例,在对反排村进行深入的体育民族志背景调查的基础上,把台江县“非遗”保护中心、代表性传承人、反排村民、民间艺人、受众群体等人类行动者和反排木鼓舞、政策法规、反排苗寨等长期以来被学者所忽视或边缘化的非人类行动者置于反排木鼓舞传承的网络之中进行动态的考察,进而着重分析这些行动者相互间利益的诉求、冲突、博弈,在各自行动者利益诉求得到满足的情境下而形成的结构化网络,以摆脱反排木鼓舞的传承困境。

## 2 新时代体育非遗传承与资源开发

### 2.1 新时代体育非遗传承研究

体育非遗,它们通常不具有现代体育的特征,而往往多有“原生态性”“地域性”“民族性”等特点。这些特点直接带来了一个悖论:即一方面“体育非物质文化遗产”因为其民族性、地域性等因素而成为相对稀缺而珍贵的文化形态,从而需要被保护与被抢救;另一方面,又因为其稀缺性、“类体育”性等特征而难以被保护与传承<sup>[6,7]</sup>。因此,体育非物质文化遗产的保护与传承是一个被值得高度关注的理论问题与实践难题。北京体育大学安志超和何英两位学者对



新时代我国体育非物质文化遗产的传承与保护策略进行研究,从多个方面提出保护措施。上海体育学院陈玉萍以广西三江福祿乡抢花炮为例,对新时代体育非物质文化遗产传承的乡土危机与重构机制进行研究,作者通过深入分析抢花炮运动的地域文化欢愉,以及抢花炮运动中所暗含的乡土文化和心理感知,以揭示民俗体育活动与乡土文化场域的关联性,从而从抢花炮文化的创造性转换,抢花炮揭示的文化承继的时代特征,和文化保护视角看抢花炮的保障机制三个维度对体育非物质文化遗产传承的机制进行重构。

山东德州学院颜世亮对乡村振兴背景下农村非遗体育传承机制进行深入研究,研究发现,农村非遗体育在传承与发展过程中存在的困境有缺少有效管理;政府扶持资金有限,自身造血功能不强;传承人呈现青黄不接现象等。针对以上问题提出相应的建议:一是挑选一批具有管理与技术能力的人才,成立农村非遗体育发展协调机构;二是政府和社会共同出资创建农村非遗体育旅游特色小镇或特色发展区,建立农村非遗体育数字博物馆和线下展览馆,切实使文旅联姻并开花结果;三是加强农村非遗体育项目培训,打破“城乡壁垒”,在城市爱好者中发掘传承人;旨在保住农村非遗体育的根,促进其“现代化”发展,为乡村振兴助力。成都体育学院韩徐宁对新时代背景下峨眉武术的保护与传承发展进行研究,提出如下策略:培养武术人才,丰富武术传承工作形式及建立以传承与弘扬为导向的峨眉武术培训体系;建立以创意与武术资源相结合的峨眉武术文创类赛事品牌;提高赛事特色,向社会普及武术常识、文化、价值;加强组织管理,健全武协工作职能体系等。

## 2.2 体育非遗传承的国际经验

现如今,国家和地方政府以及研究学者十分注重引进国外体育非遗传承和保护的先进经验,国外发达国家诸如英国、日本、韩国等在体育非遗保护方面具有独到的方法和措施<sup>[8,9]</sup>,值得我们学习和借鉴。深圳大学陈荣杨基于中日韩比较法视角对中国体育非物质文化遗产公法保护完善路径进行探究,研究认为与日韩相比,中国当下相关立法存在缺少内容衔接、国家保护主义过重、法律修订完善缓慢等问题。建议结合国情,加强法律修订与执行工作。上海体育

学院赵路路和范燕美两位学者基于对日本、韩国的借鉴,对民族传统体育“非遗”保护机制进行探析,研究发现我国“非遗”保护机制存在不足,主要归纳为以下三方面:政府方面,法律、法规不够完善,保护机制较模糊;政府和相关部门认识及重视程度不足,宣传力度不够;专业人才保护缺乏;社会方面,媒体参与度不高;民众认知浅薄;传承人方面,大多传承人年事已高,传授技艺受到影响;传承方式守旧,造成传承断代或失传。针对我国“非遗”保护机制存在的问题,提出以下建议:政府方面,完善法规体系和保护机制;增强意识,加强宣传;加快专业人才保护的培养与培训;社会方面,媒体加大宣传力度,创新宣传方式;向民众传播文化知识和保护意识;传承人方面,采用现代化技术手段进行文字记录、绘图制图、音频录制等;摒弃糟粕,改变传承方式。

成都体育学院谢震宇采用历史文献法、海外民族志研究方法对泰拳在泰国的保护与传承进行研究。研究认为,泰国政府及相关机构为了泰拳运动能够走向世界,对泰拳进行了一系列标准化改革。并提出如下建议:第一,塑造泰拳文化的社会空间,建立相关法律,如1942、1979、1992和2010年制定的国家文化法;第二,拓宽泰拳文化的物质呈现空间,以泰拳保护研究所为依托,维护古泰拳博物馆;建立古泰拳学院的建立;规范相关协会的拳师认证;以及确定在古泰拳的发源地之一的大城府举行拜师节,邀请世界各地的拳手举行仪式,了解大城府泰拳背后的泰历史文化;第三,丰富泰拳文化呈现的精神空间。比如Muban Chom Bueng Rajabhat大学提供泰拳研究的相关课程与博士学位,规范泰国学校关于泰拳的民族主义叙事。湖南工业大学郑燕和韩国龙仁大学蔡艺对韩国体育非物质文化遗产保护经验及启示进行研究,研究认为韩国通过制定体系化法律法规和精准施策;构建科学合理的组织管理机构;将政府主导和社会参与有机结合,培养国民自觉保护意识;拓宽大众参与路径,充分发挥网络媒介作用;重视本土传承与国际合作相互促进等。

### 2.3 新时代体育非遗资源开发

新时代体育非遗资源开发是保护和传承非遗的重要手段和途径,有助于唤醒人民群众对体育非遗的关注,并为人民群众美好体育生活的实现提供媒介<sup>[10]</sup>。

山西大学弓璐以 1980—2019 年间发表于 CNKI 中的 269 篇以山西体育非物质文化遗产旅游资源研究的论文为分析对象,利用可视化软件 Cite space V 和文献计量分析法对山西省体育非物质文化遗产旅游资源研究成果进行信息挖掘。上海体育学院吴嘉瑞对四川秦巴山区体育非物质文化遗产资源开发进行研究,提出如下开发策略:制定能将生产与保护、市场与文化有机结合起来的相关政策,并联合民间社会团体与地方高校共同开发具有秦巴山区地域特色的传统体育项目;加强体育非遗资源“互联网+”的建设,并利用“旅游+”模式将体育非遗资源中的体育产业同旅游业进行结合,在其基础上开发和创新,促进具有秦巴山区地域特色体育非遗资源全面、协调、可持续发展。武汉体育学院袁黎佳运用 RMP 分析理论,从资源、市场和产品三个要素内涵维度分析国内体育非遗旅游资源开发现状及体育非遗旅游发展的优劣势,并提出如下开发策略:创新营销体系,依托景区进行集中的舞台展演;创新项目模式,强化游客体验感;严格规范市场,产业链多元创新。

上海体育学院徐在贵对非遗视域下武术的开发保护路径进行研究,研究指出准确理解非遗武术生产性保护的定位,非遗武术的开发路径并非是万能的,应根据非遗武术的特点,进行探索与研究;非遗武术生产性保护应开发有“度”,最终实现非遗武术的保护与传承。成都体育学院杨春从创意经济的角度,探索峨眉武术文化资源多元化的产业化发展路径,助推峨眉武术文化资源实现资本化转化。依据峨眉武术文化资源的类型特征以及创意质量的高低与含量的差异,提出以文化产业的组织结构分布为依据,构建峨眉武术文化创意产业的发展路径。首先,在原创型创意产业层面,以峨眉武术文化系列经典故事为素材,着力打造深入人心的影视作品与类型多样的文艺演出节目;其次,在运作型创意产业层面,以旅游胜地峨眉山为依托,内涵式融入峨眉武术文化元素与技法内容,实现峨眉武术与区域旅游的融合发展。上海体育学院郝晶晶和陈伟两位学者从扎根理论出发,试图从文化视域角度分析了我国新时代非遗体育文化旅游资源的发展研究以及开发路径。提出通过整合城市旅游的自然资源与人文资源、增加景观的自然审美、商业旅游或人文价值,做好非遗文化资源保护与分类,做好具有鲜明民族特色和地域特色的非遗体育项目的资源规划和开发及基础设施



施建设,做好非遗体育文旅项目衍生文化产品的开发,才能逐渐满足未来休闲消费群体对非遗体育文化旅游项目的需求。

### 3 健康中国与体育非遗

#### 3.1 体育非遗项目对促进健康的辩证研究

我国传统运动项目在医学和运动健康领域被证实效果显著,并在《“健康中国 2030”规划纲要》再次提及<sup>[11]</sup>,弘扬我国传统体育文化一方面是对我国非物质文化遗产的保护,另一方面有助于发展具有鲜明特色的康养产业,挖掘我国传统的五禽戏、健身气功、太极拳等体育运动在现代社会的应用价值。健身气功、太极拳这类动作缓慢的运动还对人体心理素质具有调节作用,有助于放松身心,改善健康状况,缓解快节奏生活带来的压力,具有很好的社会价值<sup>[12]</sup>。北京体育大学饶羽琴对健康中国与非遗体育进行探讨,研究认为健身气功是以健身为目的调节人体生理功能以及心理素质的慢性体育运动,具有浓厚的传统文化底蕴,对开展运动的场地设施要求不高,可以在社会体育指导员的帮助下开展社区全民健身活动,促进社区体育运动的开展,一方面符合全民健康的战略要求,另一方面还能带动区域内的体育消费,形成市场契机,有助于发展健康服务新业态,完善健身指导的服务,同时提供一定的社会岗位,满足部分人的就业需求。

深圳大学张俊杰等学者运用 NVIVO11.0 软件对中国传统导引对大学生身体健康水平影响进行研究,研究指出导引通过对人体“形、神、气”三位一体的锻炼和调控,并以我国传统医学为理论基础,是中医“天人相应”和“辨证施治”的具体体现,坚持进行长期和系统的练习,可以对人体产生长效的益处。郑州大学杜亚星和司红玉两位学者对疫情下嵩山禅武医功法发展进行探究,研究认为嵩山禅武医功法是无言正道禅师和其传承者留给我们的宝贵财富,通过禅思、武学和医学融合达到健身养生的最佳效益。疫情增强了大家的养生保健意识,该环境对嵩山禅武医养生功法提出了需求,以心行气,以气练神、以神健体的锻炼理念正合现在的健身调养趋势。提出在疫情的形势中利用原有的少林品牌

效益,开办网络讲座、培训班等形式进行宣传。长春建筑学院陈继岩基于健身气功八段锦视域,对“后疫情时代”我国体育非物质文化遗产的使命与担当进行研究,研究指出健身气功八段锦作为中国优秀的传统体育健身功法之一,在“后疫情时代”下八段锦应结合自身功法特点及养生保健优势,发挥自身价值、承担时代使命,加大推广力度,使更多的人了解并练习健身气功八段锦,既促进中华传统体育的发展又能为国民健康作出贡献。

《“健康中国2030规划纲要”》的颁布和全民健身上升为国家战略,这为发展非遗体育项目提供良好机遇,发展好人民群众喜闻乐见的体育项目,响应国家号召,利用非遗体育项目的优势特点,非遗体育项目具有地域性特色,有利于增强文化认同感和自信感,推广的难度较小,人们接受度高于其他外来推广的体育项目<sup>[13]</sup>。上海体育学院陈炀运用文献资料、逻辑分析等方法对健康中国理念下非遗武术的价值契合及发展路径进行研究,研究认为“健康中国”理念为非遗武术的发展营造了战略机遇,而非遗武术又为“健康中国”的实施提供了实践基础;探讨了两者的理念契合点,认为两者均倡导:健康优先的生活方式;预防为主、防治结合的“治未病”理念;精神健康与体质健康统筹兼顾。亳州学院刘静静对健康中国视角下五禽戏开展的现状与对策进行研究,通过对现状研究发现当前五禽戏开展的困境,并提出要强化“服务意识”,坚持人民的主体地位,引导五禽戏群众组织健康发展;推进五禽戏俱乐部制,加强赛事和培训推广;打造五禽戏文化节,进一步深化五禽戏文化与旅游产业的融合;进一步挖掘五禽戏中医养生作用。

### 3.2 体育非遗项目对促进健康的实证研究

湖北大学潘成和刘轶主要采用实验法,对“星之舞”公益活动中部分自闭症男童进行了为期3个月的舞龙运动干预实验。研究表明舞龙运动干预对自闭症青少年的人际交往、语言交流、情绪表达等方面均有一定的提高。自闭症青少年的不良情绪获得有效改善,能够主动配合他人,认知能力也有所提升。深圳大学刘芳等学者通过系统搜索确定随机对照试验(RCT)和非随机对照实验(NRS),评估太极拳和气功与不同对照组对抑郁和焦虑相关结果的影响。研究

结果显示：气功锻炼对药物成瘾者的焦虑症状具有潜在的有益作用。南京体育学院熊佳冬等学者对石锁运动干预成年肥胖人群减脂进行实验研究，研究结果表明：石锁运动干预对成年肥胖人群降脂效果显著，具有良好的减脂塑型作用。石锁运动干预可有效提高成年肥胖人群基础代谢，降低安静心率、血压，对改善心血管功能有积极的作用。上海体育学院申梦悦对健身气功五禽戏对轻中度帕金森患者运动和非运动功能的影响进行实验研究，得出在药物治疗的基础上，经过 12 周的健身气功的锻炼，轻中度 PD 患者的运动功能和认知功能得到改善，生活质量得到提高。健身气功五禽戏是一种适合轻中度帕金森患者锻炼的康复措施。南京体育学院姚锦丹和于翠兰两位学者对石锁运动对 8—9 岁学生体质影响进行实验研究。结果显示：12 周的石锁运动对 8—9 岁学生的力量素质和柔韧素质作用比较明显。

忻州师范学院刘宇峰等学者采用 12 摄像头 Vicon Nexus 运动捕捉系统和 AMTI 三维测力台对山西省形意拳协会 6 名平均拳龄 30 年以上的习练者进行测试，建立全身十五环节的运动模型，并对下肢多关节力矩的各分量进行计算。研究结论为形意拳单腿制动属于短时完全制动，技术实现以髋关节为主导完成，磨胫、提踵的技术要求都与预先激活肌肉有关。湖北民族大学朱欢对长期太极拳运动对中老年人膝关节皮肤微血管反应性、经皮氧分压影响进行实验研究，结果表明：长期系统的太极拳运动可提高中老年人膝关节皮肤微血管的反应性和经皮氧分压，且血流速度的增加是提高微血管反应性的主要因素，微血管血流速度的提高有助于减少血管堵塞的发生以及脑血管疾病的发生。微循环功能的改善能为膝关节表明皮肤提供更多的氧气和影响物质，提高膝关节的功能，减少损伤的发生，而经皮氧分压的增加提高了身体氧气的运输和交换能力，对身体整体健康水平的提升有着重要作用。南京体育学院赵蒙等学者基于“SLBE 练习法”对小学高年级学生身体素质与身体自尊影响进行实验研究。研究认为 SLBE 练习法能够提升小学高年级学生身体自尊水平，尤其是身体自尊水平中速度、运动技能、力量和耐力维度，可将 SLBE 练习法应用于体育教学，促进小学生身体自尊水平提升，同时，能够增强学生之间的交流与合作。

## 4 体育非遗与文化传播

### 4.1 体育非物质文化遗产的新媒体传播

作为一种新的传播方式,数字传播所创造的媒体环境及其所蕴含的思想内容,不仅在改变思想形态和行为方式上起着长期而深刻的作用,而且从不同方面产生了积极而重要的影响<sup>[14]</sup>。上海体育学院曾丽冰通过影视媒体与中国武术中的咏春拳联和呈现,通过软文化探索一条“非遗后”状况下的,咏春拳在影视中的呈现方式,探索咏春拳发展路径,并为其他非遗项目提供借鉴作用。提出借用大众传媒的方式,将非遗的民俗文化与影视相结合,以便更好地推动我国的非遗文化被更多广大人民群众认知。上海体育学院郭威对自媒体视角下体育非物质文化遗产传播进行研究,提出如下策略:建立健全平台准入鉴别机制;科学有效引导,建立官方平台。首都体育学院王悦和丁传伟两位学者基于SWOT分析体育非物质文化遗产结合短视频开拓传播新路径,提出如下策略:首先,体育非遗传承人要改变传统思想,勇于尝试新鲜事物;其次,借助短视频平台这一有利抓手进行广泛传播,同时培养复合型人才为传播质量提供保证。

“数字化保护”是21世纪以来人们对于受到猛烈冲击、逐渐“销声匿迹”的非物质文化遗产的一种全新的、兴之有效的一种保护方式<sup>[15, 16]</sup>。南宁师范大学唐元超和广西民族大学蒋东升两位学者对我国少数民族体育非物质文化遗产的数字化保护进行深入研究,并提出如下策略:拓展保护资金的渠道来源,加大“素质型”人才的培养与引进;聚焦科技前沿技术,丰富多样的数字化保护手段。深圳大学周紫薇和刘芳两位学者以涵化理论作为理论基础,数字体育非物质文化遗产为研究对象,旨在研究数字传播过程中体育非遗文化对受众的涵化效果。研究认为:数字化传播对受众产生的涵化效果是长期、潜移默化的,因此我们在运用数字化传播手段时,也应该注意其潜藏的问题。上海体育学院徐鹏鹏等学者从文化认同理论视角出发,运用文献资料法、逻辑分析法,探析如何以数字技术为驱动力,构建武术文化传播的虚拟数字空间场域,通过加强武术文化对沿线各国的吸引力与影响力,以此达到沿线各国对武术的文化认同,

从而实现武术在“一带一路”沿线国家的传播与发展。

## 4.2 体育非遗的文化传播

上海体育学院马铭珠对“一带一路”背景下少林武术文化对外传播发展路径进行研究,提出如下建议:第一,在少林武术文化沿线传播过程中依托如孔子学院类似的国际性文化组织或机构进行武术文化的柔性传播与推广;第二,针对沿线不同地区的文化特点,制定沿线各区域武术专业人才培养策略,突破武术传播过程中的固有模式如言传身教,口口相授等,加快自身与国外优秀文化的融合,消除存在着中原武术文化传播中的语言翻译问题、“中原禅武”文化传播中的体悟问题等;第三,与“大数据”“互联网+”等联合起来,依托网络,新媒体,电视广告传播等介质,扩大沿线各国的宣传和推广力度,优化河南等地资源配置,培育区域性文化品牌与国际经济的全方位结合;第四,建立自身文化传播国际性组织和机构,与各高校结合,开展少林武术教练员培训等工作,提升教练员综合素质与训练水平。上饶幼儿师范高等专科学校文基华对“一带一路”倡议下武当纯阳门功夫国际传播的价值研究,研究认为。作为中华优秀传统文化和民族身心修炼法门的武当纯阳门功夫,在国际传播中具较高的文化价值、健康价值、竞技价值和社会价值。广西科技大学葛聪颖和梁然两位学者通过对广西“壮族三月三”民俗节日中开展的民族体育赛事开展现状及传播途径进行系统的整理分析、实地考察等,对广西三月三民族体育赛事跨文化的传播路径进行探讨分析提出相应对策,探寻节庆民族体育赛事开展和跨文化传播的新思路、新概念。

南京体育学院刘军成和于翠兰两位学者基于文化自觉视域下对石锁在政府、社会、学校及石锁传承人中的传承现状进行研究,研究认为政府不能全面认识到石锁的文化熏陶、健康价值等在社会中起到的积极作用,缺乏专门促进石锁传承发展的政策;社会中的健身市场没能充分利用好石锁的健身训练价值和经济价值;学校对石锁存在的安全隐患过分惧怕,对改良后的新型石锁没有充分了解,不能意识到石锁对学生存在重要的文化教育功能;石锁传承人没有意识到“新时代”背景下石锁的发展潜力和今后的传承趋势,具有太过悲观的情绪,



致使其没能主动与政府有关部门对接,没能积极在社会、学校中进行讲解、宣传、推广石锁。广东外语外贸大学李淳渝对我国学校传统武术跨文化传播教学进行研究,以此说明学校内传统武术传播者和受教者在跨文化交流的高低语境对话中对中国传统武术文化传播的理念与行动之现状,研究提出:学校内的传统武术传播者普遍侧重传统武术技术的传播,忽视传统武术文化的传播;东西方文化差异是学校传统武术教学的一大障碍;“一带一路”政策及世界级竞赛使中华传统武术跨文化传播呈现出多样化、全球化发展趋势,但中国传统武术文化产业体系化、标准化层面仍需持续推进的结论。华东师范大学陈一奔以温州市为例,对龙舟体育赛事与城市形象传播进行研究,提出在亚运龙舟赛事的背景下,将城市宣传语“诗画山水,温润之州”“世界温州人”元素与现代龙舟赛事的传统、活力相结合,打造具有凝聚力的城市品牌。在立足传统、活力发声中,既要考虑城市情况、发挥个性,也要重视美誉,为城市经济发展提供良好的前提条件。

## 5 体育非遗与学校教育

### 5.1 体育非遗的学校教育传承

学校教育中的教学资源和学生资源丰富,体育非遗进入学校,不局限于师徒传承的单一性,使体育非遗以更加灵活的方式传承。与此同时,体育非遗具有多方面学校教育的功能和价值:健身功能提高学生体质;竞技功能培养学生意志;娱乐功能和观赏功能丰富课余生活;教育功能促进学校教育<sup>[17]</sup>。山东体育学院陈思琦对新时代背景下学校教育与体育非遗的保护与传承进行研究,提出积极争取,寻求政府或者相关部门的支持,为体育非遗的开展提供保障;培训、引进与合作,多途径解决体育非遗的师资问题;开发体育非遗校本课程,凸显学校特色,加强对体育非遗的传承等建议。上海体育学院李恩熙和戎杰两位学者对“引进来”与“走出去”相结合的非遗体育传承模式在高校中的意义进行研究,研究指出此举非遗体育传承模式的意义在于:缓解目前校园传承非物质文化遗产过程中“谁来教”严重缺乏这一困境和师资不足的压力;更好的突出

了各个高校的地域特色；可以减少传承人往来的麻烦和教材的经费预算；通过这种方式可以更好地激发大学生们对于非遗体育的兴趣并确保学校长期持续开展非遗体育传承。

首都体育学院马威威和朱雨两位学者对新时代武术进校园发展战略进行研究，提出学校体育发展总体战略要把武术以文化形式“重点突破”和加强高校武术师资与中小学的对接等发展策略。上海体育学院王兆辉以非物质文化遗产为研究视角，以武术校本课程开发为研究对象，探讨当下我国武术校本课程发展的路径，旨在加强武术项目与学校教育的融合互动，促进武术校本课程的构建与发展。深圳职业技术学院田桂菊和陈雁杨两位学者解析当前非遗传承路径严重滞后的现状，在“人工智能+运动场”理念下，开发虚拟仿真武术优质教学微课、设计实用有趣的 VR/AR 实战练习活动、建设从学生习练角度出发的系列图示、示范等画面精美、实用性强的武术习练资源。上海体育学院王慧明和刘志豪两位学者对非遗传承视角下传统武德融入思政教育进行探究，提出如下建议：将传统武德引入思政课程教材的编写内容；培养具有武德素养的思政专业教师；多角度营造校园思政文化。

## 5.2 学校教育的体育非遗保护

民族传统体育文化的保存和传承方式通常是以一种非文本的形式来完成的<sup>[18]</sup>，体育文化研究者需要对此引起应有的重视武术与民族传统体育学科建设的落脚点只有深深扎根于武术与民族传统体育的鲜活实践<sup>[19-21]</sup>，方能真正成为一门独立的学科，发挥出武术与民族传统体育学科独有的特点、真正意义上的理论创新。河南大学王大壮对武术与民族传统体育对非遗体育的影响进行研究，武术与民族传统体育专业要发挥好对非遗体育的传承作用，将非遗体育的发展落实到实践中去，作者提出如下建议：依托高等学校这个平台，建立非遗体育的传习地点。海南医学院苏雯对体育非物质文化遗产与高校体育协同发展及路径进行探析，研究认为高校教育属于非物质文化遗产的主要传承教育主题，教师不仅需要准确掌握相应的技术，还需要了解项目背景文化内涵。高校需要对教师进行组织性、目标性的培训教育。北海职业学院陈维东对高职院校“武术+

职业体能”双能力融合培养的实践进行研究,研究指出高职院校“武术+职业体能”双能力融合培养可以大大提高学生的学习积极性和实践应用能力,从而培养多结构的综合性人才。

北京体育大学安志超和王晨晨两位学者对新时代学校武术教育发展对策进行研究,研究指出新时代学校武术教育的发展思路为:一是立足文化本位,发挥体育功效;二是充分发挥社会资源优势,培养和发展一批具有较高水平的武术学校俱乐部和经中国武术协会官方认证的武术培训机构。山西师范大学朱雨等学者从学校太极拳发展的现状入手对太极八法五步在中小学推广的阻碍和困境进行分析并提出可行性建议。加快校园太极文化建设,将太极融入体育课和大课间,使学生和家长了解武术和太极,引导学生对其产生兴趣,学校在引进师资的同时对本校老师加强培训和管理;推动太极特色文化学校建设,构建科学、合理的课程体系,使其教学更加系统化、专业化。北京体育大学黄鹂基于具身、情景、实践视角,对民间武术教育传承的现代化进行审视,提出在教育传承中,其一,重视师徒(生)的主体间性,并在承认学习者个人知识基础上,在不断试误的互动中传承民间武术;其二,构建民间武术教育传承情景生态;其三,关注民间武术的非功能属性实践。上海体育学院杨诗梦,从非遗的视角出发,着力于对传统武术的发展现状进行分析,将传统武术与学校教育相结合,提出发展策略:开设传统体育文化社团;提升武术教师教学水平和内容;推动学校传统武术文化建设。

## 6 体育非遗与藏族赛马

赛马,藏语称“达久”。这是藏族最为喜爱、流传最广的体育运动,西藏的骑术历史悠久,据《唐书·吐蕃传》记载,吐蕃有一种通讯骑兵,称“驿人”,他们经常携带七寸金箭,往返奔驰于驿站之间,传达信令<sup>[22]</sup>。《因语录》说,这种驿人“日行数百里,使者上马如飞,号为马使”。可见他们的骑术是相当精湛的。2008年西藏“当吉仁”赛马节和青海玉树赛马节入选国务院批准文化和旅游部确定的第二批国家级非物质文化遗产名录。本届全国体育非物质文化遗产学术研讨会一共入选12篇体育非遗与藏族赛马研究报告,成为本届学术研

讨会一道靓丽的风景。西藏民族大学朱亚成和冯子健运用文献资料、文本分析和实地调研等方法分析西藏实施乡村振兴战略对赛马节创新发展的助推作用。研究指出西藏实施乡村振兴战略有助于加快藏族赛马节的发展,藏族赛马节的发展有助于全面实施西藏乡村振兴战略,二者是相互促进、相互影响的关系<sup>[23]</sup>。西藏实施乡村振兴战略下藏族赛马节发展的现实障碍:第一,赛马人才的减少和后备人才的不足;第二,现代体育的冲击导致赛马文化的迷失;第三,赛马比赛竞争性和观赏性的降低;第四,马匹社会功能的退化导致数量的减少。提出西藏实施乡村振兴战略下藏族赛马节创新发展的实现路径:第一,加强赛马人才的培养;第二,大力挖掘和塑造藏族特色赛马文化;第三,设立赛马节专管机构,完善赛马节规范化管理;第四,推动赛马节产业化发展,塑造赛马节特色体育品牌。杨凌职业技术学院体育教学部张青以非物质文化遗产视域下香格里拉赛马节发展的机遇和挑战为研究对象。研究指出非物质文化遗产视域下香格里拉赛马节发展的机遇为加强民族交往交流交融为香格里拉赛马节的发展指明方向;“互联网+”为香格里拉赛马节的发展提供平台。挑战有缺乏对香格里拉赛马节的专业化管理;经济发展的新时代下赛马文化的弱化在新时代诸多新兴事物的冲击下,导致了赛马文化的迷失和马匹社会功能的退化。提出了设立管理机构,实现香格里拉赛马节的科学化与系统化;打造香格里拉赛马节旅游品牌效应,实施可持续发展战略等策略<sup>[24, 25]</sup>。

西藏民族大学秦超运用文献资料法、调查法、实地考察法等方法,对文化自信视域下藏族赛马节的保护与推广进行分析。研究文化自信背景下藏族赛马节发展的环境,总结文化自信背景下藏族赛马节保护与推广所面临的问题,提出文化自信背景下藏族赛马节的保护与推广研究。西北民族大学王顺英旨在通过非物质文化遗产视角下通过 SWOT 分析给予玉树赛马节以某种定位来提升它的知名度、影响力以及提高行业的竞争力,宣传城市形象,希望为其他民族地区的发展提供新思路,促进可持续发展。其次通过玉树赛马节品牌推广促进玉树政治、经济、文化以及当旅游业的可持续发展,建立拥有玉树特色的民俗体育品牌。最后通过赛马节品牌推广,让玉树适应市场环境的变化<sup>[26, 27]</sup>。西藏民族大学黄辉鸿的研究认为传承历史悠久的赛马节是了解西藏民俗文化的一扇

窗口。藏族的赛马与藏民族信仰民俗有着直接的关联。它与藏民族的宗教意识有着密切联系,成为藏传佛教文化的载体。藏族的赛马与藏民族体育民俗有着直接的关联。它与藏民族的地域特点有着密切联系,是民俗体育文化的展现。藏族的赛马与藏民族生活习惯有着直接关联,它与藏民族的物质追求有着密切联系,是藏民生活方式的体现<sup>[28]</sup>。韩国昌原大学马文博旨在通过对藏族赛马节与旅游融合发展现状进行全方位、多维度、深层次分析,进而提炼出藏族赛马节的发展困境,以期探索出藏族赛马节和旅游深度融合发展策略,从而为更好地保护与发展藏族赛马节提供理论参考和实践依据。提出了培育藏族赛马节全域旅游模式、打造藏族赛马节旅游精品路线、推出体验型藏族赛马节旅游项目、开发藏族冰雪赛马节旅游资源等策略。

西藏民族大学朱亚成把文化生态学与当雄县多吉仁赛马节的保护与传承结合起来,主张从藏族同胞、藏区自然环境、藏族地区长久以来的社会文化等各种变量的交互作用中探究当雄县当吉仁赛马节的保护与传承<sup>[29]</sup>。与以往研究不同的是,本文将重点把当雄县吉仁赛马节的保护与传承与文化生态学理念相结合,主要从文化生态学视域下当雄县当吉仁赛马节保护与传承的意义、困境及策略三个方面进行论述,旨在保护和继承当雄县当吉仁赛马节文化,促进当吉仁赛马节可持续发展。西藏民族大学朱萍的研究指出亚洲、非洲、北美、欧洲、南美洲等地区因为赛马节这一传统文化而有了交集,赛马文化的相互传播,实现了藏族传统体育的跨文化传播,促进了国与国之间、地区与地区之间的跨文化交流<sup>[30]</sup>。西藏民族大学贺峻和朱亚成综合利用文献资料法和史学研究法等对《格萨尔》史诗进行研究,特别是其中记录的有关藏族赛马的文字和图片,对其更加深入地分析,挖掘《格萨尔》史诗中与赛马文化相关的各种描述,同时查阅有关藏族赛马文化的期刊文献和网络资料等,彼此相互映衬,共同探究《格萨尔》史诗和藏族赛马文化。西藏民族大学赵聚和朱亚成的研究提出了产业经济学视域下藏族赛马节品牌塑造的发展策略如下:第一,从政治因素方面看,要利用好政府的优势政策,抓好机遇,借助国家平台,提升藏族赛马节的品牌知名度;第二,从经济因素方面看,招商引资,通过增设广告位,吸引外来投资,为藏族赛马节的品牌塑造积累资本,设立品牌塑造目标,要将藏族赛马节品牌



国际化；第三，从社会因素方面看，利用产业经济的优势，促进藏族赛马节与旅游业发展，带动赛马节品牌发展，优化产业链，调整产业结构，重塑藏族赛马节品牌；第四，从技术因素方面看，在科技的帮助下完成产业技术的更新，提高藏族赛马节品牌的质量。

## 7 结语

2020年全国体育非物质文化遗产学术研讨会是在防控新冠肺炎疫情背景下召开的一次线上研讨会，通过大会主报告、专家发言、学者专题汇报等交流形式旨在进一步提高与会人员体育非物质文化遗产保护意识，尤其是青年学者和研究生代表。并通过举办学术研讨会这种方式呼吁全社会、广大人民群众和大众媒体传承和弘扬中华优秀传统文化，营造体育非遗保护的良好社会氛围。同时，研讨会举办之日是“文化和自然遗产日”，研讨会的主题“体育非遗与健康生活”，完全体现和响应今年“文化和自然遗产日”的主旨思想“非遗传承，健康生活”。此外，本届研讨会涉及的五大专题“体育非遗的田野调查”“新时代体育非遗传承与保护”“健康中国与体育非遗”“体育非遗与文化传播”“体育非遗与学校教育”“体育非遗与藏族赛马”，从多角度多层次全方位地探讨了中国体育非遗的保护与发展。体育非遗的传承与保护功在当代，利在千秋。在今后的科学研究中，还应将体育非遗传承和保护致力于体育强国建设、文化强国建设、教育强国建设之中，强化田野调查和实证研究，结合民俗学、人类学、文化学、体育学和医学等相关理论和知识，加强体育非遗传承和保护的理论研究和实践推广。

## 参考文献

- [1] 吕寻金, 刘合智, 纪宇. 民族传统体育田野调查应用问题审视[J]. 沈阳体育学院学报, 2019, 38(6): 139-144.
- [2] 闫艺, 李雪军. “一带一路”背景下少数民族体育非物质文化遗产保护与传承机制研究——以新疆地区为例[J]. 西安体育学院学报, 2021, 38(1): 96-104.

- [3] 王顺英, 朱亚成. 近20年我国民俗体育文化研究进展[J]. 浙江体育科学, 2020, 42(5): 9-13+28.
- [4] 张青, 朱亚成, 张济琛, 等. 近30年西藏民族传统体育研究概述[J]. 鄂州大学学报, 2021, 28(2): 85-89.
- [5] 国家体育总局、国家民委. 关于进一步加强少数民族传统体育工作的指导意见[Z]. 2018-01-10.
- [6] 孟峰年, 李颖侠. 民族传统体育非物质文化遗产保护: 属性、分类及路径选择——基于对丝绸之路甘肃段的观照[J]. 西安体育学院学报, 2020, 37(3): 335-342.
- [7] 朱亚成, 季浏. 新时代民族体育文化传承、创新与发展——2019首届民族体育文化发展论坛综述[J]. 体育成人教育学报, 2020, 36(4): 71-76.
- [8] 任塘珂. 英国体育非物质文化遗产保护路径、成功经验及本土化启示[J]. 体育与科学, 2019, 40(3): 67-73.
- [9] 郑燕, 蔡艺. 韩国体育非物质文化遗产保护现状、经验及启示[J]. 体育文化导刊, 2020(4): 18-24.
- [10] 云林森. 非遗体育资源开发路径研究: 以河南省为例[J]. 首都体育学院学报, 2014, 26(3): 197-200+205.
- [11] 中共中央、国务院. “健康中国2030”规划纲要[Z]. 2016-10-25.
- [12] 薛文传, 杨建营, 徐亚奎, 等. 健身养生太极拳研究[J]. 体育学刊, 2021, 28(1): 45-49.
- [13] 刘喜山. 我国体育非物质文化遗产传承保护的历程、困境及发展策略[J]. 体育文化导刊, 2019(10): 63-68.
- [14] 朱亚成, 季浏. 新时代民族传统体育文化发展——基于第11届全国体育科学大会相关专题综述[J]. 四川体育科学, 2021, 40(1): 1-4+17.
- [15] 刘雨, 李欣. 少数民族体育非物质文化遗产的数字化保护研究[J]. 西安体育学院学报, 2019, 36(4): 469-473.
- [16] 崔家宝, 周爱光, 陈小蓉. 我国体育非物质文化遗产项目濒危状况与保

- 护措施研究[J]. 体育文化导刊, 2019(7): 25-29.
- [17] 丛密林, 邓星华. 体育非物质文化遗产的价值新论与学校传承[J]. 体育文化导刊, 2019(11): 72-77.
- [18] 王钧, 韦晓康. 少数民族体育文化空间及其演化[J]. 武汉体育学院学报, 2018, 52(2): 64-69.
- [19] 王舜, 程美超. 传统体育非物质文化遗产的传承与创新发展研究——基于习近平总书记关于文化遗产深刻论述的分析[J]. 体育与科学, 2020, 41(4): 1-6+37.
- [20] 姜霞, 刘新民, 黄繁, 等. 体育非物质文化遗产保护传承中原生态和现代生存需求的矛盾——以西部红拳为例[J]. 武汉体育学院学报, 2019, 53(2): 60-65+88.
- [21] 朱亚成, 季浏. 新时代武术与民族传统体育发展——2019 年上海市“民族传统体育学”研究生论坛综述[J]. 体育成人教育学刊, 2021, 37(1): 72-78.
- [22] 贺峻, 朱亚成. 基于《格萨尔》史诗的藏族赛马及其对当今赛马节的启示[J]. 武术研究, 2020, 5(6): 95-99.
- [23] 冯子健, 朱亚成. 乡村振兴背景下藏族赛马节发展研究[J]. 武术研究, 2019, 4(12): 119-122.
- [24] 黄伟, 朱亚成. 西藏赛事名片: 藏族赛马节品牌提升路径研究[C]//第六届中国多巴高原训练与健康国际研讨会暨第二届高原科学与可持续发展分论坛论文摘要集. 中国体育科学学会, 2020: 118-119.
- [25] 赵聚, 朱亚成. “美丽西藏”建设背景下藏族赛马节发展的 SWOT 分析[J]. 武术研究, 2020, 5(3): 123-128.
- [26] 王顺英, 朱亚成. 高原赛马节品牌推广研究[C]//第六届中国多巴高原训练与健康国际研讨会暨第二届高原科学与可持续发展分论坛论文摘要集. 中国体育科学学会, 2020: 123-124.
- [27] 王顺英, 朱亚成. 社会生态学视域下玉树赛马节品牌塑造影响因素的初步探究[C]//第六届中国多巴高原训练与健康国际研讨会暨第二届高原

- 科学与可持续发展分论坛论文摘要集. 中国体育科学学会, 2020: 132-133.
- [28] 秦超, 朱亚成. 基于PESTEL模型的西藏赛马节发展战略环境分析[J]. 四川体育科学, 2020, 39(6): 88-93.
- [29] 赵春来, 朱亚成. 西藏当雄县当吉仁赛马节的历史渊源、发展现状及未来展望[J]. 文体用品与科技, 2019(15): 130-131.
- [30] 朱亚成, 朱萍. “一带一路”倡议下藏族传统体育跨文化传播研究[J]. 休闲运动与健康, 2021, 1(1): 111-116.

## Sports Intangible Heritage and Healthy Life —Summary of the 2020 National Symposium on Sports Intangible Cultural Heritage

Zhang Qing<sup>1</sup> Zhu Yacheng<sup>2,3</sup>

1. Physical Education Department, Yangling Vocational and Technical College,  
Yangling;

2. Hubei Leisure Sports Development Research Center, Wuhan;

3. School of Physical Education, Xizang Minzu University, Xianyang

**Abstract:** Sports intangible cultural heritage is an important part of sports culture and an important form of expression in intangible cultural heritage. It is a traditional sports cultural resource created and accumulated in a long history, and it fully embodies the sports cultural values and aesthetic ideals shared by mankind. Sports intangible cultural heritage is a valuable asset of my country's excellent traditional sports culture. It plays a role in improving the national

health, enriching the people's amateur cultural and sports life, maintaining ethnic cultural diversity, promoting the economic and social development of ethnic regions, and even enhancing the country's cultural soft power. critical use. On June 13, 2020 (Cultural and Natural Heritage Day), relevant experts and scholars in Shanghai Institute of Physical Education will focus on the theme of "Sports Intangible Heritage and Healthy Life", from "Field Investigation of Sports Intangible Heritage" and "New Era Sports Inheritance and Protection" "Healthy China and Sports Intangible Heritage", "Sports Intangible Heritage and Cultural Communication", "Sports Intangible Heritage and School Education", and "Sports Intangible Heritage and Tibetan Horse Racing" six topics were exchanged and discussed. This article sorts out and summarizes the relevant special reports of the above six sub-venues, and aims to provide suggestions for the better inheritance and development of sports intangible cultural heritage, and to promote the protection, inheritance and dissemination of sports intangible cultural heritage in my country in a scientific and orderly manner.

**Key words:** Sports intangible cultural heritage; Healthy China; Minority sports; Folk sports; Sports culture; Cultural dissemination; School education; Tibetan horse racing