陀螺

陀螺又称打陀螺，是彝族、壮族、佤族、瑶族、傣族、黎族、畲族、侗族、土家族、布朗族、德昂族、怒族、白族、基诺族、拉祜族、布依族、毛南族、哈尼族、傈僳族等少数民族喜爱的传统体育运动，在云南、贵州、湖南、广西、福建等少数民族聚居地区开展较为广泛。

1995年，在云南省昆明市举行的第五届全国少数民族传统体育运动会上，打陀螺被列为正式比赛项目。自此陀螺逐步由民族民间游戏登上了中国民族体育竞技的大舞台，在2003年宁夏举行的第七届全国少数民族传统体育运动会前更名为陀螺。目前，在许多省区市民族运动会上都设有陀螺比赛项目。

陀螺在中国可追溯到约公元前5000年的新石器时代。1962年在山西省夏县尉郭乡西阴村土岭发现的距今4000多年的文物中就有陶制的陀螺。1973—1978年，考古工作者对浙江河姆渡遗址进行发掘，共出土42件陀螺，其中陶制陀螺4件，木制陀螺38件。1985年，考古工作者在江苏常州于墩遗址马家滨文化地层遗物中，发现木陀螺26件，完整器件23件。在“台北故宫博物院”收藏的宋代苏汉臣《婴戏图》中，画面的前方有两个孩童，正抽着陀螺玩耍，证实当时确有倒钟体的陀螺出现。现在，我国北方的儿童在冬季及早春时节还流行这样的玩法：用绳子缠好了，往地上前抛后扯，陀螺转起来再用鞭子抽以维持陀螺旋转，尤其在结得厚实的冰面上抛打，更有别样乐趣。明地方志《帝京景物略》记载：“陀螺者，木制，如小空钟。中实而无柄，绕以编之绳，转转无复往。转之疾，正如卓立地上，顶光旋旋，影不动也。”清代的《京岁时纪胜》和清末民初《燕京杂记》《旧京琐记》等，都有关于陀螺活动的记载。由此证明明朝晚期的陀螺游戏已跟今日的鞭抽陀螺无异。各民族陀螺活动的开展有着不同的传说。

陀螺有陶制、木制、石制、竹制、现代合成材料及砖瓦磨成等。木质陀螺质料坚硬、耐磨，用油茶木或青冈木制作，原为圆锥体形，上大下小，重量大小无规定，顶部平滑，涂料彩色。近代的木制及合成材料陀螺在触地底部多加钢球或铁钉。其玩法依不同民族、不同地区也多种多样。在称谓上也有差异，如称“抽陀螺”“打陀螺”“打地螺”“打格螺”“抽地牛”“赶老牛”“打猴儿”“拉拉牛”“抽冰尜”等。陀螺传统游戏按竞技形式可分为比旋类和击打类，击打类中也含有比旋的成分。按区域流行的特点分有云南、广西及贵州南部的打陀螺，有广泛流行于我国各省区的抽陀螺，还有流行于福建、台湾的抛陀螺。

打陀螺多数是先以一种方式（比旋或抛接的结果）决定攻方与守方，守方将自己的陀螺放转，攻方缠好自己的陀螺在一定距离之外击打守方陀螺，将守方陀螺击打到划定区域之外或击打后比旋，按其结果进行攻守互换及判定胜负。抽陀螺是将陀螺放转后不断用鞭子抽陀螺以维持自己陀螺旋转时间比别人的长；或是将陀螺抽到对方场区，保证陀螺不在自己场区停转。抛陀螺则是在远处向某一小目标或区域抛掷陀螺，以抛掷陀螺的准确度及旋转时间长短来决定胜负的游戏方法。具体形式则因所处地域与民族的不同而有所区别。

目前在全国少数民族传统体育运动会上进行比赛的陀螺是一项两队在比赛场地上从守方旋放陀螺开始，由攻方将自己的陀螺抛掷，击打守方陀螺，将守方陀螺击出比赛场区或与守方陀螺在比赛场区内比旋转的时间更长的比赛项目。其比赛场区为：长20米（女子比赛场区长19米）、宽15米的长方形，场中间距攻击区一侧端线6米处铺设一个直径1.5米的橡胶垫或画一圆圈为旋放区，场地四周应有2米以上的无障碍区。比赛一般采用非金属平头陀螺，高度为10～12厘米，重量800～900克。比赛时，守方队员用鞭绳缠绕陀螺，将陀螺放入旋放区旋转，由进攻一方在6米 (女子比赛为5米) 外的攻击区内将自己的陀螺用鞭绳缠绕好掷打防守方陀螺，如果击不中不得分，击中可以得1~4分：自己的陀螺在场内先于防守方陀螺停转得1分，反之得3分，如和防守陀螺一起停转或出界得2分，将对方陀螺击出界外，自己的陀螺仍在场内旋转得4分。比赛只计攻方得分，双方互相旋放击打，以当场比赛的累计得分决定该场胜负。

陀螺作为游戏历史悠久，是一项深受各族少年儿童欢迎的传统体育项目。各地玩法不同，有的用鞭子连续抽打陀螺使之在冰面、平滑地面上不停地旋转，或互相碰撞，看谁旋得快，看谁旋得久；有的将陀螺旋放或抽到一定距离外的规定范围内，看谁放得准，看谁旋得久；也有的先将一陀螺旋放后，其他人站在一定距离之外用旋转着的陀螺去打击之，看谁打得准，看谁旋得久；还有的用鞭子抽着陀螺上斜坡，或抽陀螺越过各种障碍，看谁先到达终点（陀螺竞速比赛）等。由于西南多民族聚居相邻或混居，各陀螺的样式与活动方法也都一致或相近。

陀螺运动的对抗性、技巧性、趣味性很强，是一项综合性的具有全面健身价值的体育活动，经常参加陀螺游戏和比赛，不仅可以发展和提高人的速度、力量、灵敏、耐力等身体素质和人体的机能，提高人体对外界环境的适应能力和对疾病的抵抗能力，还可以改善人的心理状态，培养人的思想感情和意志品质。参加陀螺运动不仅丰富了民众的业余文化生活，而且增进了社会交往。现在陀螺运动作为民族地区各民族之间的文化交流平台，还推动了当地的经济发展，给百姓带来实实在在的好处。陀螺产品已远销全国各地，通过小小陀螺的转动，推动了中华民族传统文化向更高的层次发展。