民族马术

马与人类的关系十分密切，北方少数民族养马、驯马、骑马已有数千年历史，其生活、生产、作战等都离不开马。速度赛马是蒙古族、藏族、维吾尔族、哈萨克族、柯尔克孜族、塔吉克族、乌孜别克族、塔塔尔族、锡伯族、满族、白族、彝族、苗族、回族、土族、撒拉族、仡佬族、阿昌族、普米族、鄂温克族等众多少数民族喜爱的一项马上运动，广泛分布于内蒙古草原、青藏高原、新疆天山南北及我国西南广大地区。这些民族中素有“马是男人的翅膀”之说。这些民族在古代，因以游牧、游猎为主，附带从事农耕，故马是他们须臾不能离开的主要的生活伙伴。他们打猎、交通、作战、远途传递信息都离不开马匹，而且必须选择良马。在他们生产、生活、军事活动中的每一次纵马驰骋实际上就是自然的赛马

在古代，突厥语系的各民族为满足战争需要，往往挑选善跑的骏马。这种骏马选优活动，逐渐形成后来的“赛马”习俗。《突厥百科全书》记载，古代突厥诸部在举行宗教仪式时，也都举办盛大的赛马活动。《突厥文化史》序言还提到，公元五六世纪时，突厥的马就有比赛用马、坐骑、军马和驿马的区别。《新唐书·西域传》记载龟兹国“岁朔，斗羊马橐它七日，观胜负以卜岁盈耗云”。这说明赛马至唐代时已形成当地一方习俗。当时，匈奴强大的正规骑兵使用的马匹都是通过赛马从无数马匹中精选出来的良骥。古时候，连皇帝、汗王也常令自己的坐骑参加比赛，甚至有赛马择婚的习俗。据说，现在巩乃斯草原上的城镇，大部分都是因昔日赛马活动而形成的。至今，这些地方仍然是牧民们举行赛马活动的中心。马赫穆德·喀什噶利所著的《突厥语大词典》中多处引用有关马的论述，如“混血的杂种马，乃野性牡马与养母马相交而生之马，在马赛中多能领先”，“驰我骏马迅奔，比赛中一路领先”，“勿与姑娘摔跤，勿乘孕马奔跑”等。夏木苏尔·玛阿尼于1003年编撰成书的关于西域的《百科知识》第十八章写道：“骑马、狩猎、打马球是皇帝和近侍的政事。尤其青年时代，做任何事情都应有界限（指适当的度）和秩序，时常不断外出打猎是不对的，一星期中可两天打猎、三天读书，另两天务理家事。骑马勿骑矮小的马，骑矮马使你难堪。在城里或出猎时要骑烈性骏马，它使你保持警惕。狩猎中不要常使马疾奔，倘需在汗王面前表演本领，应不遗余力。”此外，《乌古斯传》中也有关于赛马的叙述。

《史记·匈奴列传》记载，匈奴人“尽为甲骑”，“以马上战斗立国”。匈奴首领冒顿单于率众40万，以四色马队围攻汉高祖刘邦时，“西方尽白马，东方尽青

赛马在蒙古族、藏族等民族的节庆及日常生活都可见到，蒙古族赛马是蒙古族传统体育娱乐活动之一。蒙古族赛马比赛现今更多是在那达慕大会时举行。届时在内蒙古大草原上，远近百里以至几百里的牧民驱车乘马赶来，参加赛马活动。赛马场上，彩旗飘飘，鼓角长鸣，热闹非凡。其比赛距离可长至数十公里。赛马最重要的是选练和打理马匹。《清稗类抄·风俗类》记载，蒙古族人赛马前“整橛饰，齐月题，治鞍策。恐其蹶于蹄也，为之刻其甲；防其愊于力也，为之剔其毛；虑其笃于行也，为之饿其腹。缓之，骤之，控之，纵之。”赛前一个月左右，有经验的马主就开始“吊马”，即把马拴在马桩上，从清晨“吊”至下午，控水控草，然后驱马练跑，让其大量排汗后，牵回刷洗干净，夜间加喂青草，如此吊去肥膘，逐渐加大训练量，使赛马逐步适应强度很大的比赛。赛前三五天，减少直至停止训练，骑手精心装饰赛马，把马鬃梳理成漂亮的小辫儿，浑身洗刷之后，赛马油光水亮，蓄势待发。赛马对骑手要求很高。骑手要和马朝夕相处，了解马的脾性，增强对马的掌控能力。赛马在飞速行进过程中，骑手要根据比赛的实际情况，合理地控制起跑、途中跑、冲刺跑的力量和速度，和马默契配合，切不可一味挥鞭猛冲。

传统的赛马比赛开始前，参赛骑手纵马进入赛场中的“珠拉”（火炬台）或“苏勒德”（神矛，吉祥物）前敬香祭祀后，围着“珠拉”或“苏勒德”顺时针方向转三圈儿，然后策马驰向比赛起点处。那些乘骑王爷或“葛根喇嘛”（活佛）马的骑手，头扎黄色绸带，十分醒目，而且出发时要比其他选手靠前30~50米。比赛结束后，获得名次的赛马和骑手在“接蹬人”（即裁判员）的引领和陪同下，按照顺序列队至主席台前受奖。颁奖时，有德高望重的老艺人端着鲜奶，捧着哈达，高唱赞马颂词。赞马颂词内容丰富多彩，如赞美马的雄骏姿态，良马的产地和比赛时的特点，介绍获奖马的调教者和骑手的简历和成绩等。赞颂词唱完之后，把少许鲜奶抹在获奖马的额头，其余的鲜奶分别献给获奖骑手，并将包有金银铜铁的五彩哈达拴在获奖马的马鞍上，为骑手戴上哈达。对参赛最后一名的骑手和赛马，也有一定的奖励和祝词。奖品一般是一小袋糖果，寓意是这次拾了人家的马粪蛋。祝词诙谐有趣，让人忍俊不禁。随着欢快的乐曲声，获奖赛马列队绕场三周，向观众致意。藏族体育的历史悠久。早在一千四五百年以前，雅砻地区的望果节中就有了角力、斗剑、耍梭镖等娱乐活动，之后又增加了赛马、射箭、唱藏戏等。从1409年开始，每年元月由葛厦组织的“莫朗”大会（寺庙传召）的闭幕式上，要组织三天体育比赛，其项目有赛马、赛跑、摔跤、抱石头、马术、射箭等等，这些项目一直流传至今。

藏族各地区有着各种规模的赛马会。赛马，藏语称“达久”。这是藏族人民最为喜爱、流传最广的体育运动。西藏的骑术历史悠久，据《新唐书·吐蕃传》记载，吐蕃有一种通信骑兵，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。《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。据藏史记载，第一次赛马会是在桑耶寺落成庆典时，约在公元729年。那次赛马一连进行了半个月。从壁画来看，比赛方式有两种：一种是长距离赛马跑，以快慢决胜负；还有一种是在中心点一骑士驻马而立，另有两骑士从等距离的两个地方相向飞驰，以先至中心者为胜。20世纪30年代，现代赛马传入内蒙古地区。1930年，绥远省在归绥市（今呼和浩特市）修建了塞外草原第一个赛马场，并于当年8月举办了“全省地产马运动大会”。直至1937年，每年举办一次，后因日本侵华战争而中断。内蒙古自治区成立后，随着体育事业的发展，赛马运动得到长足发展，草原传统式的赛马和现代赛马交相辉映。内蒙古的马术事业一直领先全国。继位于呼和浩特市的内蒙古赛马场之后，东部呼伦贝尔、通辽、兴安盟，中部锡林郭勒盟、乌兰察布盟，西至鄂尔多斯、阿拉善盟，一座座赛马场的兴建，有力地推动了养马、育马产业发展和马术品牌赛事的形成。内蒙古赛马场连续举办过十几届国际马术邀请赛；通辽市“8 · 18”赛马节已经举办近20届；兴安盟科右中旗什业图赛马场近几年连续举办了全国速度马大赛，已经成为国家体育总局认可的固定赛事。

维吾尔族、蒙古族、藏族、哈萨克族、柯尔克孜族、塔吉克族、乌孜别克族、塔塔尔族及地处西南边陲的多个少数民族历来与马从不分离。因此在传统体育中，与其生活环境相适应的马上运动项目很多，而且多已形成传统流传至今，赛马即为其中之一。蒙古马曾属于世界名马，新疆也是出产良马的地方，“西域马”名扬中外，声誉甚高，其优良品种，在伊犁、焉耆、巴里坤各地均有。传统的赛马形式是跑直线，距离在25公里左右，比赛中常常难以分出名次，且观赏性不强。从1965年开始已逐步改在1公里半圆式的跑道上进行比赛。现在速度赛马比赛项目有1000米、2000米、3000米、5000米、10000米。

速度赛马自第一届就是全国少数民族传统体育运动会上的竞赛项目，更是很多少数民族民间重要的娱乐活动。在各地区各种节日的大型聚会上，或在少数民族结婚、割礼、过年等喜庆的日子里，也以举行赛马的方式进行庆祝。参赛的马匹多经挑选和专门训练。参加赛马的人员，骑着经过挑选的健壮马匹，从各地赶来。比赛时，一个个骑手身着彩衣，头束各色彩绸带，俯伏马背，英姿飒爽，催马驰骋，竞相追赶，快速奔向终点。裁判拿着标有名次的牌号在终点等待。第一名骑手到来时，手执第一名次牌号的裁判将牌号交给骑手本人，依次类推，最后骑手凭号领奖。奖项一般只设前三名，获第一名者奖好马好驼；第二名者奖四岁的马或驼；第三名奖幼马或幼驼。对赛马中取胜的马匹也情有独钟，除取得的名次之外还要冠以爱称或绰号以表示褒奖和抚爱，并用白绫系首，用奶液涂抹马额，为其祈求长寿。比赛地点一般设在风景秀丽的天然草场上，往往比赛盛况空前，群众倾城出动观看比赛，热闹非凡。

走马

走马是深受维吾尔族、哈萨克族、蒙古族、回族、塔塔尔族、塔吉克族、柯尔克孜族、藏族等民族群众喜爱的少数民族传统体育项目，广泛流传于新疆乌鲁木齐、哈密、昌吉、伊犁、塔城、阿勒泰、博尔塔拉、巴音郭楞蒙古自治州、喀什和西藏、内蒙古等地区，当地多称“赛走马”。

走马是由驯马演变而来。未经训练的马，快走时会使骑者感到十分颠簸；而经过训练的走马骑乘起来则非常舒适，平稳无颠簸。有经验的人只听马蹄踏点的声音就可分辨出是否为走马。一般情况下，驯马都是由养马人进行。“走马”在市场上的价格比“赛马”的价格要高，所以有时马贩子也会将马买回后挑选资质好的加以训练。   
    过去，走马多在婚嫁或节庆时与赛马一起进行。哈萨克族在重大节日中必有赛走马；蒙古族一般在每年的敖包节和那达慕大会上举行。参赛的马匹数没有限制，骑手也没有年龄和性别的要求，赛程也没有具体规定，多在平坦、宽阔的旷野与赛马一起进行。走马是在赛马运动的基础上，由马与马之间的比较、骑马人与坐骑相互配合等内容进行较力、较技，以人马在运动中人的舒适度为评判标准，要求人和马配合默契。对于马的要求，就是快、稳、美。   
    走马是一项技术性较强的竞赛项目。走马与一般赛马的区别，如同竞走与赛跑的差别。走马须严格按规定保持走姿，若走姿不合要求或奔跑，就要判成绩无效。在规定的赛程内，只有依照规则规定的走姿领先者才能获得名次。所以，走马运动具有很强的观赏性。走马行走的姿势，分为左右蹄式、四蹄踏点式、双蹄落地式，民间又分为羊式走、骆驼式走、碎步走、快步走四种。   
    1995年第五届全国少数民族传统体育运动会上，走马被列为正式比赛项目，并定名为走马。

跑马射击

    骑马射击来自于军队火器的使用，清朝军队就设置了“火器营”，步兵和骑兵都有。19世纪末20世纪初，骑兵已经发展成为专门的独立兵种，由过去单一的骑马劈杀转变为骑马射击，在当时具有极强的战斗力。而对于地处青藏高原的藏族和居住生活在内蒙古兴安岭山林中的鄂伦春族、鄂温克族等狩猎民族来说，骑马射击成为其基本生活手段。

    流传于世的鄂伦春族民歌唱出了他们的狩猎生活：“高高的兴安岭一片大森林，森林里住着勇敢的鄂伦春。一呀一匹猎马一呀一杆枪，獐狍野鹿满山满岭打也打不尽……”在解放战争时期，中国人民解放军骑兵部队首先在内蒙古地区诞生，骑马射击成为部队军事训练和对敌作战的最重要内容之一。20世纪50年代，内蒙古自治区体委组建了军体俱乐部，成立了马术队，骑马射击成为日常训练的重要科目，逐渐地将骑马射击由军事科目转变为体育运动。   
    20世纪六七十年代，草原牧民按要求组织民兵训练，骑马射击也是重要的训练科目。民兵们纵马持枪，在飞奔的骏马上射击，苦练杀敌本领。随着国家对枪支的管制，20世纪80年代初骑马射击全部取消。由于骑马射击对骑手、马匹、枪支等的要求很高，不易普及，因此，这个运动项目成为经过专门训练的少数运动员的专项，更多的是作为表演项目。而且，实弹也逐步被发射只带底火的空包弹所取代。1995年，跑马射击被列入全国第五届少数民族传统体育运动会正式比赛项目，其竞赛规则也不断完善。

跑马射箭

    跑马射箭又称马上骑射，是哈萨克族、塔吉克族、彝族、蒙古族、藏族、鄂伦春族、鄂温克族等民族传统体育项目之一，具有悠久的历史。骑马射箭是北方少数民族的传统。

    在古代冷兵器时代，骑马射箭机动性强，打击距离远，具有巨大威力，是狩猎、打仗必须具备的基本技能和重要方式。马上骑射，最早用于狩猎和作战。骑马射箭对骑手的要求很高，不仅要具有精湛的骑术，还要有娴熟的射箭技巧，是力量、速度、准确度的完美结合。古代历朝历代都有许多描述猛士良将如何骑马射箭的故事。据史料记载，骑术和骑射始于商代。战国时代赵武灵王尚武图强，号召全国百姓穿“胡服”，习骑射，说明当时北方匈奴的骑射已相当普及。南北朝和隋唐时代，北方游牧民族骑射已达相当高的水平。宋代，骑射成为游乐的项目。宋王延德的《王延德使高昌记》载：“居民春月多群聚遨乐于其间。游者马上持弓矢，射诸物，谓之禳灾。”清代，新疆一些民族中还保留这个传统技艺。清和宁在《回疆通志》中记载：“……又数十日，回纥老少、男女，鲜花修饰，帽上各簪纸花一枝。于城外极高处，妇女登眺男子驰马骑射，尽日而散，谓之‘努鲁斯’。”在新疆出土的古代文物中，也多有骑射的内容。如1972年吐鲁番阿斯塔那遗址出土的唐狩猎纹印花绢上，就有人物骑骏马，挽弓搭箭翻身劲射之雄姿。在新疆各地发现的岩画中，挽弓狩猎的图案更多。

    元代以来，皇家都设有狩猎场，每到夏秋之交或冬季，皇室宗亲、王公贵族都要在军队将领的陪伴下进行围猎。士兵们将狩猎场的麋鹿、青羊、野兔、山鸡等动物吆喝、驱赶至围场中，任凭皇亲、王公、将领们骑马追赶。他们驾驭着快马，手挽弓箭，瞄准猎物，发出一支支雕翎箭，猎物一旦被射中，军士们就会发出阵阵欢呼。

    最具有典型意义的就是成吉思汗骑在白龙马上弯弓射大雕的雄伟形象。随着社会经济的发展和热兵器的出现，骑马射箭逐渐演变成为民族形式的体育项目之一，并成为各地少数民族传统体育运动会的竞赛项目。   
    骑马射箭除了在蒙古族、鄂伦春族、鄂温克族、哈萨克族等北方少数民族的生产、生活和打仗中具有实际意义外，其健身娱乐的功能也十分突出。在那达慕、祭敖包等大型聚会中，都会安排骑马射箭的表演和比赛。在不远处设置一个实物，或是一个小动物，或是一个坛子、包袱之类。骑手纵马疾驰，冲向目标，在适当距离内迅速放箭，射中者为胜，可以获得奖励。20世纪50年代末，内蒙古自治区成立了马术表演队，专门训练马上技巧，骑马射箭是其中的一项。在马的跑道旁3～5米处设立固定箭靶，骑手策马飞驰，在高速行进中放箭射靶，赢得观众   
齐声喝彩。骑马射箭分为定位射和跑马射。定位射就是坐骑站定后，骑手向目标射出箭支。跑马射箭就是骑手在纵马飞奔的行进过程中向目标发出箭支。1995年，跑马射箭在第五届全国少数民族传统体育运动会上被列为正式比赛项目。

跑马拾哈达

    骑马飞奔之中俯身拾取地上的物品，是检验和测试骑手骑术的重要方式，也是自古以来草原牧民表现精湛骑术、炫耀本领、娱乐争胜的有趣健身运动。

    20世纪50年代，内蒙古马术队成立后，训练了一整套马术技巧动作，其中马上拾花篮、马上拾哈达等是其中的重要项目。骑手纵马飞驰，然后俯身探臂，将一个个花篮或一条条哈达迅速拾起，再直起身来高高举起，赢得观众连声喝彩。熟练的骑手身手敏捷，跑马拾物如探囊取   
物。

    20 世纪 60 年代后，西藏、新疆等地的马术队相继成立，都训练这个项目，主要是在大型活动时用于表演。由于这个项目对骑手和马匹的要求很高，不易普及，只有经过专门训练的少数骑手方可参加比赛和表演。1995年，跑马拾哈达被列为第五届全国少数民族传统体育运动会正式比赛项目。