



新北市烏來區的運動會と伝統競技から原住民族体育の発展の探究 Exploring the Development of Indigenous Sports through Ulay District Games in New Taipei City and Traditional Competition Sports

文・圖——何瑞珍（新北市烏來區公所民政課課長）

從新北市烏來區運動會與傳統競技 探討原住民族體育發展

原住民族的運動會與傳統競技，其目的皆在維護原住民族體育發展，並透過體育範疇來深化原住民族文化的展現，將文化融合於運動中，從中奠定具特色的原住民族體育發展。

「體育」與「運動」二者常難以區辨（徐元民，2003），但從文獻及教育的觀點來探討，「體育是透過規範去進行的身體活動方式，可用來激發潛力、提升自我能力與人際關係，進而達到完人教育。而運動則具有遊戲、競爭、自我挑戰、奮鬥等特質，而達到樂趣且含有心智與身體發展的活動。」（陳信文，2016）。由此可知，促進原住民族體育發展所辦理的賽會，除了包含大眾所熟知的一般運動賽事外，也包含了具原住民族文化特色的傳統競技運動賽事。

全國原住民族運動會舉辦準則

從全國原住民族運動會觀之，1999年4月29日發布全國原住民族運動會舉辦準則，即明訂全原會舉辦之項目以原住民擅長之競賽種類、項目及其他原住民傳統民俗體育活動為原則。2014年7月1日再修正為賽會舉辦之運動為原住民族特有或傳統民俗之運動、具優勢或屬團體性，適合推動於多數原住民族之運動。顯見，全國原住民族運動會舉辦核心，聚焦在原住民具優勢且擅長的運動項目及特色傳統競技。換言之，所謂將原住民族文化轉譯為特色傳統競技，融入到原住民族運動會賽事中，這貼合了原住民族運動會為發展我國原住民族體育，提升原住民族體能，保障原住民族運動權之宗旨。

現在除了二年舉辦一次的全國原住民族運動會外，在許多的原鄉地區也皆能看到由當地公所主辦的運動會與傳統競技，有的鄉區是僅辦理運動會性質，如：原鄉聯合運動會；有的鄉區是運動會與傳統競技共同舉辦，如：原鄉運動會暨傳統競技；也有的鄉區是結合歲時祭儀文化慶典活動融合辦理運動會與傳統競技等，如，運動會暨歲時祭儀及傳統競技等；另外還有原住民族各族群的全國性運動會，如：全國泰雅族運動會、全國布農族運動會、



優秀運動員點燃聖火。

全國太魯閣族運動會及全國排灣族魯凱族運動會等。不論政府機關是以如何的態樣來辦理原住民族的運動會與傳統競技，舉辦的內容皆含一般亞奧運常見的運動項目，與原住民族文化息息相關的傳統競技，雙重體現原住民族的運動天份潛能及民族文化特質。本文茲以新北市烏來區運動會與文化季暨傳統競技等二活動做為探討。

運動會與文化季暨傳統競技

新北市烏來區是大臺北唯一的原住民族地區，也是臺灣戰後初期較早有漢人移入墾殖的原鄉地區，烏來因其歷史脈絡與人文變遷，如今的原住民族與漢人的人口比大約為4.5及5.5，也因族群人口組成結構，烏來區辦理的運動會或者文化季暨傳統競技活動，皆邀請全區區民不分原漢一同來共襄盛舉。訪問在地的Lmuhuw耆老，在他的記憶中，改制前烏來鄉於1971年左右就有辦理運動會，辦

理2-3天，當時的運動會比賽項目是短跑、長跑、跳遠等，還有撐竿跳、比腕力、傳統摔角、到溪邊射魚比賽、到山上抓山豬及射飛鼠比賽，最精采的比賽會留在第二天，比賽完就會舉行慶功舞蹈表演。直至2000年7月15日舉辦烏來鄉第一屆祖靈

祭，之後烏來鄉的泰雅祭儀活動即結合了傳統競技共同辦理，2001年間也將祖靈祭活動改為文化季活動，而烏來鄉運動會仍繼續辦理。時至今日，烏來區的運動會及泰雅文化季暨傳統競技是分開辦理的，前者區運動會是每年透過籌備小組共同討論於4-9月間擇日辦理，後者泰雅文化季暨傳統競技係因烏來GAGA歲時祭儀日是每年的7月15日，總頭目、耆老們及公所皆有共識在7、8月辦理，除非有特殊因素才會改期辦理。

將原住民族文化轉譯為特色傳統競技，融入到原住民族運動會賽事中，這貼合了原住民族運動會為發展我國原住民族體育，提升原住民族體能，保障原住民族運動權之宗旨。





運動會田徑賽。

烏來區運動會強調的是全民運動，規劃內容及競賽項目為適合全齡運動為主，每項內容皆由不同年齡層參與，目的是希望讓區運動會是一個青壯老幼共融的共同參與。在活動一開始的開幕表演，會邀請原住民文化健康站長者及區內國小學生共同跳健康操，在場預備競賽的每一個人也都可以跟著他們動起來，為運動會暖身。點燃聖火儀式為邀請本區區民在市級或全國性的正式運動比賽中獲得佳績的得獎者來進行，也意味著公開表揚及鼓勵體育優秀人才的殊榮。趣味競賽會設計較緩和的競賽項目，由烏來區內8個社區發展協會組隊參加，讓長青者及孩童們也能透過適性的規劃來進行身體的活動。而區運動會焦點競賽項目為桌球、籃球、路跑、田徑賽及拔河，由烏來區內的5個里及2所學校分別組隊參加，各里參與的選手為原住民族人居多，而族人也在賽場上展現天賦異稟的運動細胞，不論是籃球比得你爭我奪、或是拔河競爭得互不相讓、抑或大隊接力誰也不想跑輸誰，族人皆卯足全力與專注比賽，將運動潛能發揮到極限，增進強健體魄。

烏來區泰雅文化季暨傳統競技，強調的是泰雅文化傳承與延續，珍貴的Lmuhuw總頭目及耆老們是泰雅文化重中之重的人文瑰寶，活動一開場會先進行GAGA祈福儀式，接下來會由區內各原住民文化藝術團，按照時序進行各種歲時祭儀的傳統舞蹈展演，如：開墾祭、播種祭、收割祭及豐收祭等，還有Tminun編織舞。而區內教會也與泰雅族人的GAGA有著深厚的連結，各教會族人會透過族語獻詩及族語歌謠來歌頌。除文化祭儀活動外，屬體能運動的傳統競技項目多元，如：傳統射箭、傳統角力、鋸木頭、揸新娘、木材生火、溪邊射魚、負重接力、揸地瓜接力等等，和區運動會一樣的是由5個里組隊參加，參與的選手為原住民族人居多。這些傳統競技的背後

這些傳統競技的背後代表的是泰雅族文化早期的生活態樣，是原住民族知識，也是需要傳承與延續的文化內涵，讓族人從體能的運動中感受到文化使命的韌性，可謂原住民族體育發展的一部分，是鑲嵌在原住民族文化知識當中。





傳統競技—射箭。



傳統競技—鋸木頭。

代表的是泰雅族文化早期的生活態樣，是原住民族知識，也是需要傳承與延續的文化內涵，透過動態設計，將文化融入運動競技中，讓族人從體能的運動中感受到文化使命的韌性，可謂原住民族體育發展的一部分，是鑲嵌在原住民族文化知識當中。

培養全國賽事運動員的搖籃

烏來區運動會與文化季暨傳統競技賽會是一個提供族人們透過競賽式的互動來強健

體能與發揮運動專長的場域，將族人們聚集在一起角逐競賽與情感交流，這不僅僅只是身體上的運動競賽，更是心靈上的團結凝聚，賽會每年皆會吸引區內許多不同年齡層的族人及運動健兒一同來參加，除了累積運動員的參賽經驗，自律自發性的自主訓練，增強自信心外，也是達到全區運動之效果，更是接地氣的展現泰雅族文化，實為原住民族體育發展的重要賽事，而這地方性的賽事也是培養運動員能力的試煉，強化運動員在全國性比賽的實力，就如在今2025年全國原住民族運動會，本區選手榮獲角力、田徑路跑、籃球等佳績。另外，當地公所於2023年開辦烏來區體育優秀人才獎勵金政策，獎勵在各個運動領域有傑出表現之體育人才，做為族人運動健兒的支持後盾，提升原住民族體育發展之質量。◆



何瑞珍

台中市和平區南勢里Pasing部落人。泰雅族。1983年生。國立政治大學土地政策與環境規劃碩士原住民專班碩士。現任新北市烏來區公所民政課課長。長期關注部落土地對於族人、文化、產業及生活之重要性，也從事輔導族人體育發展。