

<<飞叉>>

图书基本信息

书名：<<飞叉>>

13位ISBN编号：9787500941422

10位ISBN编号：7500941420

出版时间：2012-1

出版时间：人民体育

作者：温佐惠

页数：182

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

内容概要

《郑怀贤武学丛书：飞叉》具有以下三个特点。

第一，由浅入深，从飞叉的基础动作入手，在此基础上衍生出经典动作和高难动作，让初学者更易入门，学来颇有兴趣。

第二，直观清晰，书中的套路图解，图文并茂，详细明了，便于初学者学练，欣赏这门独特的武术技艺。

第三，《郑怀贤武学丛书：飞叉》从飞叉的技术体系与理论知识两个方面对飞叉进行了系统介绍，注重理论的指导性。

书中的一些理、技、解析能边看边学，边学边练，犹如身旁有名师指点，使学者少走弯路。

书籍目录

第一章 郑怀贤的不凡人生和飞叉绝技

第一节 武术与飞叉演绎的记忆

- 一、柏林旧事怎能忘 荣辱相随国术队
- 二、叉王“电”倒德官员大显神威震纳粹
- 三、一举成名天下知 人生酸甜且白悉
- 四、骨伤圣手消灾难扶危救困济华夏
- 五、一代先贤德被一方

第二节 “飞叉王”之飞叉的历史考据

- 一、叉的出现--捕猎与农耕工具
- 二、飞叉的发展--冷兵器时代的武器和宗教传说中的祭祀品
- 三、叉的衍变

第三节 科学看飞叉

- 一、传统的叉与飞叉的技术风格比较
- 二、狭义“飞叉”的技术及衍化概况
- 三、飞叉套路内容和表演风格
- 四、飞叉技法的关键原则

第二章 飞叉的特点和价值

第一节 飞叉的特点

- 民俗和民艺化的演练特点
- 二、结构特点及独特的旋转运动特点
- 三、从演练看飞叉的风格特点
- 四、从演练看飞叉的技法和技巧特点

第二节 飞叉的价值

- 一、强身健体
- 二、磨炼意志
- 三、休闲娱乐
- 四、防身自卫

第三章 飞叉器械与主要技法介绍

第一节 飞叉器械的形制与各部位名称

- 一、飞叉器械的形制
- 二、飞叉各部位名称

第二节 飞叉动作分类及基本运动规律

- 一、飞叉动作分类
- 二、飞叉基本运动规律

第三节 飞叉基本动作

第四章 飞叉套路动作械谱及图解

第一节 飞叉套路图解注意事项

- 一、弄清图解说明
- 二、弄清飞叉运动方向

第二节 飞叉练习的注意事项

- 一、由浅入深，循序渐进
- 二、持之以恒，坚韧不拔
- 三、悟其本质，促使定型
- 四、身械协调，形神合一
- 五、文武之道，一张一弛

<<飞叉>>

.....

章节摘录

1934-1936年，他被两江女子师范和交通大学聘为国术教官，当时的五洲大药房等商家也都把他当做“明星”。

就像今天商家请明星当代言人一样，郑怀贤也不时穿上印有产品广告的衣服为商家宣传。

1936年在赴柏林第11届奥运会的国术表演队的队员选拔赛上，郑怀贤以总分第三名的成绩成为去奥运会表演的国术队员之一。

选拔赛总分第一名的张文广和第二名温敬铭都对郑怀贤的徒手技击功夫钦佩不已，认为同去的所有队员中论散手郑怀贤为第一，论摔跤张文广为第一，论大枪温敬铭为第一，论力气寇运兴为第一。

1938年，时任国民党中央陆军军官学院（前身为黄埔军校）少校武术教官的郑怀贤随军校来到成都。

先住在槐树街，后来搬到光华街，在东华门、祠堂街、春熙南路都曾开过诊所。

他在树德中学任过教，在少城公园教过拳……随着城市的发展变迁，这些昔日的足迹如今都难寻觅……

在这半世人生的求艺和拼打中，一个武术家由偶遇武术，到勤学苦练，继而投身名师，随后为国争光……他的举世瞩目无不流露出老先生与中国武术的这份特殊情缘！

四、骨伤圣手消灾难扶危救困济华夏1944年，郑怀贤在成都体育专科学校（20世纪50年代初，成都体育专科学校改为西南体育专科学校，后又改为成都体育学院）任教。

以孙式八卦拳的技击功夫享誉西南，被同道称赞为西南五省八卦拳之第一人。

他的八卦拳活步推手、散手、快摔、擒拿为西南武林中的技击绝技。

他一生最珍视的三大技击绝艺就是孙式八卦拳、飞叉和擒拿。

他在西南地区生活了四十余年，以此三大绝艺驰名全国。

尤其八卦拳控人技艺，是孙禄堂先生独创的太极、八卦融合之技，郑怀贤得到真传，运用起来闪转腾挪随心所欲，走沾控人得心应手。

此外，他又善卸骨、打穴、擒拿、摔跤和戳脚翻子，与八卦拳合用，其实战技术非常全面，技击实力超群。

1953年，郑怀贤作为西南代表队武术总教练率队参加全国民族形式运动会。

1956年，由于国家体育主管部门开展反真功夫运动，因此研究技击术及其教学已无相应的环境，于是他把研究的重点转到体育医疗保健方面。

1958年，在当时国家体委主任贺龙元帅的关怀和指示下，经有关部门的批准，郑怀贤创建了成都体育学院附属医院，亲自担任院长，此后达23年之久。

1960年，郑怀贤又创办了运动保健系（1978年更名为运动医学系）和运动医学研究室，担任主任，亲自讲授凝聚他毕生心血的正骨、按摩和伤科用药的知识与经验，全身心地投入到伤科诊疗、中药、按摩的研究、教学和临床等工作中。

几十年来，成都体院运动医学系与附属体育医院为体育系统和卫生系统培养了大批中医骨伤科及运动医学人才，遍布祖国四面八方。

有的还远涉重洋，在异国他乡弘扬中华医术，造福全人类。

在他的带领下，成都体育学院逐步建立形成了集医疗、教学、科研为一体，以传统骨伤科为特色的全国运动医学基地。

今天走进成都体育附属医院大门，便可看见一尊郑怀贤的铜像。

这是1997年郑怀贤诞辰一百周年时弟子们铸造的。

他的后人把他的资料、照片、书籍等实物全部捐献给了医院，办了个郑怀贤陈列室。

参观陈列室也成为成都体育学院每年新生入学的固定仪式，了解这位为了新中国武术和中医骨伤事业鞠躬尽瘁、死而后已的郑老先生的事迹也成了新生们的必修课。

郑怀贤对中医骨伤科造诣很深，人称“骨伤圣手”，疗效如神。

他和两位国家领导人之间因医结缘的故事也传为佳话。

……

<<飞叉>>

编辑推荐

中华武术，博大精深，源远流长。

飞叉属于中华武术的传统项目之一，蕴藏了丰富的中国传统文化内涵。

温佐惠编著的《飞叉》的目的在于能更好地传承优秀的传统武术，加深读者对中国传统武术文化的进一步认识。

让习练者通过练习飞叉，从技击上升到理论去认识中国传统武术的经典套路；在练习飞叉的过程中，享受中国传统文化的魅力，使习练者身心受益。

寓练于乐，放松身心，每一个飞叉动作，在每一次演练后都会有不同的收获，无论是机体上得到的锻炼，还是心灵上感受到的刚柔并济之美，都是飞叉这门技艺带来的提升和快乐。



版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>