

<<中国古代武术>>

图书基本信息

书名：<<中国古代武术>>

13位ISBN编号：9787507831917

10位ISBN编号：7507831914

出版时间：2011-3

出版时间：中国国际广播

作者：任海

页数：151

字数：80000

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>

<<中国古代武术>>

内容概要

中国武术这株奇花异木，萌芽于人类懵懵懂懂的远古时代，经过几千年的血与火的磨砺，终于在封建社会的晚期结出累累硕果。而今，这朵奇葩依旧散发着它古老而神秘的魅力，并在国外有了一个家喻户晓的名字——中国功夫。

<<中国古代武术>>

作者简介

任海，男，1950年4月出生，山东省平原县人。

1981年获北京体育学院教育学硕士学位，1988年在加拿大阿尔伯达大学获哲学博士学位。

现任北京体育大学教授、博士生导师，国家体育总局体育科学研究所首席专家并兼任该所奥林匹克研究中心执行主任，中国体育科学学会理事会理事、体育社会科学学会副主任委员，国际奥委会奥林匹克研究中心研究理事会理事，国际比较体育学会执委。

主编及作为主要作者完成的著作有：《奥林匹克运动》、《奥林匹克研究》、《奥林匹克运动百科全书》等。

<<中国古代武术>>

书籍目录

第一章 什么是武术

一 套路类武术

二 搏斗类武术

第二章 古代武术的演变过程

一 古代武术的萌芽(原始社会时期)

二 古代武术的发展(夏—隋唐五代)

三 古代武术的成熟(宋—清)

第三章 古代武术的一些主要内容

一 少林武术

二 内家拳

三 太极拳

四 形意拳

五 八卦掌

六 南拳

七 翻子拳

八 戳脚

九 象形拳

十 十八般武艺

第四章 古代武术的习练

一 武术功法

二 武术技法

三 武术学习

第五章 古代少数民族武术

一 北方民族武术

二 南方民族武术

第六章 武德

一 武术的目的不是伤害对手，而是自卫

二 见义勇为，敢于斗争

三 尊重对手，光明磊落

四 自我克制，自我完善

<<中国古代武术>>

章节摘录

第一章 什么是武术 在中华民族灿烂的古代文明史中，无数闪烁着中国各族人民智慧光辉的文化形式，如同浩瀚的银河中交相辉映的星斗，组成了绚丽多彩的中国古文化。

中国古代武术就是其中璀璨的一颗明星。

它深深地扎根在中国这块古老的土地上，随着中华民族的成长而发展，在5000年中国传统文化乳汁的哺育下，逐渐发展成一个丰富多彩、千姿百态的体系，成为古代中国特有的一种文化现象。

中国古代武术不仅在世界体育史中是一个奇迹，与西方学者推崇备至的古希腊、古罗马的竞技运动相比毫不逊色，也是人类文明史中的一个杰作。

它把攻防格斗与健身娱乐、身体运动与哲学道理结合得那样自然，那样完美，这在其他古代文明中是极为罕见的。

中国古代武术内容极其丰富，有各种各样的流派，千门万户各成体系。

赤手空拳的武术套路已经使人目不暇接，那些千奇百怪的武术器械更让人眼花缭乱。

今天，很少有人对中国武术一无所知，尽管人们对它的称呼各有不同，有的称它为“国

术”，有的称它为“武艺”。

在国外，它又有一个家喻户晓的名字——“中国功夫”。

一提起中国古代武术，人们常常会联想到一个个充满传奇色彩的草莽英雄、绿林好汉，他们神奇的故事经过剑侠小说、武打影片的渲染，给中国武术披上了一层神秘的光环。

中国古代武术究竟包括哪些内容？

它是怎样发展起来的？

就是这本小册子要回答的问题。

要想了解中国古代武术，我们首先应该知道现代武术是怎么回事，那么，什么是现代武术呢？

现代武术是中国传统的民族体育，它由一系列格斗性的动作，如踢、打、摔、拿、刺、击所组成

。它有以下两种基本形式。

一套路类武术当武术动作按照进攻和防守的规律和要求组编成序，就形成了人们所说的武术的套路运动。

在现代武术中人们所练习的主要是一招一势相互连接，一搏一击相对固定的套路类武术，像人们所熟悉的二十四式简化太极拳、少年拳、初级长拳等都是套路类武术。

套路运动已成为现代武术的主要内容，我们在武术比赛中看到的运动员们的精彩表演大部分都属于套路运动。

套路类武术多种多样，不仅有徒手的各种拳术，还有持刀、枪、剑、棍等操练的器械套路，俗称“十八般兵器”；不仅有个人的单独演练，还有双人打斗的对练和多人进行的集体操练

。说起器械武术，何止十八般兵器，在武术家魔术师般的手里，生产中和日常生活中各种离“武”；有十万八千里的件件器物，都成了称心如意的武术器械。

……

<<中国古代武术>>

编辑推荐

在中华民族灿烂的古代文明史中，无数闪烁着中国各族人民智慧光辉的文化形式，如同浩瀚的银河中交相辉映的星斗，组成了绚丽多彩的中国古文化。

中国古代武术就是其中璀璨的一颗明星。

任海的这本《中国古代武术》则主要介绍了中国古代的武术，内容包括古代武术的演变过程、古代武术的习练、古代少数民族武术、武德等。

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>