

<<科学化的国术 六路短拳>>

图书基本信息

书名：<<科学化的国术 六路短拳>>

13位ISBN编号：9787537741552

10位ISBN编号：7537741557

出版时间：2012-5

出版时间：山西科学技术出版社

作者：吴志青

页数：169

字数：178000

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>

<<科学化的国术 六路短拳>>

内容概要

三民主义之下革命军，统一华夏，奠都南京，百废俱兴。
昔军阀政府，素不注意之武术，今乃一跃而为党国要人所重视，中央设立国术馆，各省市设分馆。
上年首都举行国术考试，盛极一时；今秋浙省亦有全国国术游艺会之举，追忆八年前海上举行第五届远东运动大会，参加会员为中日菲三国健儿，运动种类大都为田径赛和球类，而我国固有之体育则付缺如。
青窃以为耻，每思有以发扬之得，一吐气于碧眼黄髯之前。
是年适举为江苏省教育会体育研究会会长，并主持中华武术会，于是职责所在，义无所顾，遂挺身向远东运动会筹备处交涉，请求加入，以表我国固有之武术，以振我国尚武之精神。
该会主干为美人葛雷博士，初不允所请，且谓贵国武术既乏教育之价值，又不合生理之需要，如果加入，恐为会众所不取。

<<科学化的国术 六路短拳>>

书籍目录

再版弁言附各界评论摘录

沈序

林序

谢序

唐序

蔡序

凡例

绪论

第一部

第一节 四肢运动（兼有腰部之动作）

种类 术名 实用要诀 图说 生理上之关系 附主要肌肉功用分析 心理上之关系 教育上之关系

第二节 改正运动（兼有躯干之动作）

种类 术名 实用要诀 图说 生理上之关系 附主要肌肉功用分析 心理上之关系 教育上之关系

第三节 上肢运动

种类 术名 实用要诀 图说 生理上之关系 附主要肌肉功用分析 心理上之关系 教育上之关系

第四节 腰胯运动（兼全身之动作）

种类 术名 实用要诀 图说 生理上之关系 附主要肌肉功用分析 心理上之关系 教育上之关系

第五节 快速运动（兼有弹机跳跃之动作）

种类 术名 实用要诀 图说 生理上之关系 附主要肌肉功用分析 心理上之关系 教育上之关系

第六节 舒缓运动（即调和之动作）

种类 术名 实用要诀 图说 生理上之关系 心理上之关系 教育上之关系

第七节 呼吸运动

种类 术名 实用要诀 图说 生理上之关系 心理上之关系 教育上之关系

跋

<<科学化的国术 六路短拳>>

章节摘录

版权页：插图：二、循行进退，即大腿内转与外转，并屈小腿与伸小腿等动作。

甲、大腿内转，主要肌肉阔筋膜张、臀小、臀中、腰大等肌肉。

乙、大腿外转，主要肌肉外闭孔、臀大、缝匠、耻骨等肌肉。

丙、屈小腿，主要肌肉缝匠、股薄、半腱、半膜、股二头、腓肠浅、蹠腓等肌肉、丁、伸小腿，主要肌肉股四头、股直、股内侧、股外侧、股中间等肌肉。

心理上之关系此节动作，行如拨草之蛇，转如闪电之急，一举一动，俨有劲敌在前，得心应手之妙

。边向右，掌贴右肩。

掌心向内掌形似柳叶。

名曰柳叶掌。

眼视右掌身体顺势稍右转。

同时伸左腿。

膝曲为九十度全身重量坐於右腿上。

如第二图。

三、左掌由右肩向左伸直指端向下掌背近左腿身体左转。

眼视左掌。

如第三图。

<<科学化的国术 六路短拳>>

编辑推荐

<<科学化的国术 六路短拳>>

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>