

<<武术初阶-武术泰斗>>

图书基本信息

书名：<<武术初阶-武术泰斗>>

13位ISBN编号：9787544404464

10位ISBN编号：7544404463

出版时间：2006-3

出版时间：上海世纪出版集团（上海教育出版社）

作者：邱丕相

页数：168

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>

<<武术初阶-武术泰斗>>

内容概要

本书集知识性、技术性于一体，前半部分用问答的形式介绍武术，生动活泼，深入浅出；后半部分写常见的基本功练习和几个难度动作的要领和练法，并讲解发长拳中的一些基本动作术语和强身拳。力图使用武术爱好者读后不仅学会拳术，习武强身。而且从中获得知识，掌握一些基本方法和运动规律，对武术运动能有一个比较明确的认识，进而以高度的责任感去继承这一优秀的文化遗产，并发扬光大，为中华民族争辉，为人类造福。

<<武术初阶-武术泰斗>>

作者简介

邱丕相先生(1943 . 7--)是一位德高望重的武术前辈，中国武术九段，擅长华拳、翻子拳、太极拳、八卦掌、剑术、鞭杆等。

现任上海体育学院教授、博士生导师，上海市政协委员。

曾多次担任亚运会及国内外重大武术赛事总裁判长等职，并参加竞赛规则的制定与修改。

多次出国讲学执教，

<<武术初阶-武术泰斗>>

书籍目录

武术的起源 ——为什么说武术并非仙传神授?古代武艺与现代武术 ——现在和古时候比哪个功夫好?
武术与军事 ——武术运动和实战格斗是一回事吗?
武术与艺术 ——练武要不要讲艺术性? 武术与健身 ——从小练武影响发育吗? 武术与使命 ——武术能进入奥运殿堂吗? 武术与风格 ——武术流派知多少? 武术与美学(一) ——浅谈套路中的定势美武术与美学(二) ——浅谈套路中的飞动之美武术与美学(三) ——浅谈套路中的眼神武术中的拳术面面观 ——选练哪一种拳术好? 拳法中的象形取意 ——象形拳的特点“武以德立”、“武以德先” ——练武之人为什么重武德? “梅花香自苦寒来” ——李连杰们的功夫怎么练出来的? 拳术里的辩证法 ——究竟哪一种拳最厉害? 武术的鉴赏 ——怎样才算练得好? 武术器械浏览 ——古代兵器和武术器械一样吗? 武术的自学法 ——没有老师也能学会武术吗? 练武术讲科学 ——练武中如何防止受伤? 练武术从小抓 ——练武是否能振奋民族精神? 看武术,谈“距离” ——武术的实用价值何在? 常见的基本功练习几个难度动作的要领和练法长拳中的一些基本动作术语强身拳强身拳对练

<<武术初阶-武术泰斗>>

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>