

<<武术初阶>>

图书基本信息

书名：<<武术初阶>>

13位ISBN编号：9787544440882

10位ISBN编号：7544440885

出版时间：2012-7

出版时间：上海教育出版社

作者：邱丕相

页数：393

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>>

### 内容概要

就武术的技术层而言，由于拳家们的思维方式、价值取向、审美情趣的不同，又可分为三层：最内层为简单实用的原始技术层，各国区别不大；第二层则为一定场景下的招法技术层，传统武术中许多拳家的技术方法大都在这一层面；第三层则是从审美角度创编的演练，属技术拓展层。无论是哪一层面的技术，技击性都是它的本质属性。本书一共分为三辑，从武术的概论，到初阶精要在到初阶套路，叫你如何学习武术。

## <<武术初阶>>

### 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，发表论文40余篇，并著有10余本武术专著和教材。

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，并讲解了长拳中的一些基本动作术语和强身拳。力图使武术爱好者读后不仅学会拳术，刊武强身，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。

## &lt;&lt;武术初阶&gt;&gt;

## 书籍目录

- 1 · 第一辑武术概论
- 3 · 导言
- 5 · 武术发展概说
- 8 · 新中国对武术的开拓
- 12 · 武术的概念与其本质属性
- 17 · 武术概念的辨析与再认识
- 21 · 武术的技术特征和文化特征
- 31 · 对武术套路的文化解析
- 37 · 论中国武术的价值及其世界意义
- 44 · 武术国际传播基本模式的构建
- 49 · 武术的传统特性与奥林匹克运动
- 55 · 从文化争夺谈武术教育的迫切性
- 61 · 武术的竞技运动之路
- 66 · 竞技套路的基本特征
- 71 · 关于传统与现代的思考
- 74 · 武术裁判的学问
- 77 · 武术的民族文化特性和走向世界
- 84 · 套路审美特征和艺术性
- 90 · 武术套路运动员的启迪与修养
- 95 · 武术套路商业化发展的思索
- 101 · 人类生态文明视域下的未来武术
- 107 · 第二辑初阶精要
- 109 · 古代武艺与现代武术
- 112 · 武术与军事
- 114 · 武术与艺术
- 117 · 武术与健身
- 120 · 武术与使命
- 122 · 武术的风格
- 124 · 武术与美学(一)
- 126 · 武术与美学(二)
- 128 · 武术与美学(三)
- 130 · 比赛场边的随想
- 133 · 拳术中的辩证法
- 137 · 拳法中的象形取意
- 140 · “武以德立”、“武以德先”
- 142 · “梅花香自苦寒来”
- 145 · 武术的鉴赏
- 151 · 武艺探索书简
- 153 · 评说醉剑
- 155 · 武术器械浏览
- 160 · 武术的自学法
- 164 · 练武术讲科学
- 167 · 练武术) · A小抓
- 169 · 看武术,谈“距离”
- 171第三辑初阶套路

<<武术初阶>>

- 173 · 常见的基本功练习
- 183 · 几个难度动作的要领和练法
- 191 · 长拳中的一些基本动作术语
- 208 · 强身拳
- 229 · 强身拳对练
- 244 · 棍术
- 317 · 枪术
- 392 · 出版锐·明

## &lt;&lt;武术初阶&gt;&gt;

## 章节摘录

那么，武术国际传播的基本模式是什么，即武术国际传播的主要成分是什么？  
武术国际传播过程的主要环节是什么？  
这些成分、环节和有关变量之间的主要关系是什么？  
我们以下逐个论述。

首先，进行武术传播需要传播的主体，我们可以称之为武术国际传播者。

这是武术信息产生的出发点。

没有传播者，则传播无从谈起。

因此，武术国际传播者是基本传播模式的首要因素。

当然，传播者可以按照不同的标准分为不同的类型。

按照是否有政府进行传播，可以分为官方传播者和非官方传播者。

如国家体育总局武术运动管理中心就可以划分在官方传播者里面。

按照是否属于某个组织，可以划分为组织传播和非组织传播。

比如精武体育会的武术传播就属于组织传播。

师徒之间的武术传承就属于非组织传播。

当然，作为武术传播者，在向国际传播武术的过程中，不但有传播武术技术的责任，还有传播武术文化的责任。

武术文化的内容包括武德及其他对当代社会有积极意义的武术内涵和外延。

传播者有责任和义务在传播过程中注重传播的社会效益和国家利益。

传播者需要传播的是武术。

那么，武术就是传播模式所设计的第二个要素。

因为，武术的内容很多，众多的武术人士都把武术归结为博大精深。

因此在武术向国际的传播过程中，传播内容一定是武术的部分内容，而不可能是全部内容。

比如竞技武术向国际体坛传播的过程中，就只能筛选其中的部分内容，而这部分内容可以说只是武术系统中的一小部分内容。

因为，不管从技术动作，还是从文化内涵来看，竞技武术都难以说包含了武术的主要成分。

何况向国际体坛传播的只是竞技武术的一部分。

下面涉及武术国际传播的途径问题。

由于受到地域条件的限制，如何通过最佳的途径传播中国武术就成了一个重要的研究内容。

目前竞技武术的技术传播主要通过教练员和运动员的援外、举办国际教练员培训班等进行技术输出。

具有浓厚文化底蕴的传统武术的传播却主要通过民间交流。

这里又涉及武术国际传播的谋略与技巧。

如何通过最佳的传播途径达到向国际传播的目的，需要进行研究和总结。

民国时期，中央国术馆通过武术表演传播了武术文化，精武体育会通过建立国外分会传播了武术技术。

这些历史上的事件都需要分析总结。

由于本文主要是建构传播模式，因此在此不多赘述。

由于是把武术向国际传播，因此，涉及武术传播过程的阐释问题。

因为武术国际传播实际上是一种文化输出。

由于文化背景的不同，国外人士对武术的理解会产生一定的差异。

“从一种语言文字翻译成另一种语言文字，往往很难完美无缺地传达原来的含义和感情，甚至于可能走样和搞错。

”（张桂珍《国际关系中的传媒透视》）因此，要求准确、精当地向国外学习者传播武术，传播武术所涵盖的中国文化，都需要对武术阐释进行必要的研究。

而这个环节不论深入研究与否都是传播过程必不可少的。

所以，武术国际传播过程的阐释也是武术传播模式中的必要成分。

## &lt;&lt;武术初阶&gt;&gt;

武术传播的最终受体是国外武术学习者。

因此，武术国际传播的对象也是武术传播过程中的主要环节。

传播对象的研究对武术传播有重要的意义。

因为不同的地区、不同层次的人对武术内容的选择是不同的。

季建成对英国武术爱好者的调查研究表明，硕士、博士学历的人比较喜欢中国传统武术，大学学历的人比较喜欢武术技击术，大学学历以下的人喜欢技击术和竞赛套路；从练习目的来看，大部分人学习中国武术是为了获得格斗能力和了解中国文化；另外，来自不同地区的人，对武术内容的选择也不同。

（《武术走向世界不同模式的研究》）不管其调查的结果准确与否，不同的传播对象需要不同的传播方式和内容是一定的。

因此对传播对象的研究是非常有必要且不可少的。

最后的传播环节应该是传播效果。

因为“传播效果是一切传播活动的试金石，是所有传播者的共同追求”。

对于武术向国际传播的实践来说，传播的效果应该是最受重视的。

达到最佳的传播效果就是我们的传播目的，即把武术推向国际的目标。

比如，我们把武术向奥运会传播，国际武术联合会被接纳为国际体育单项联合会之后被国际奥委会承认都是武术国际传播的阶段效果，那么，最终效果则是成为奥运会正式比赛项目。

当然，武术传播的效果会反馈到武术传播者那里，使武术传播者重新调整传播的策略和方式，往复进行，直到达到目的。

武术传播系统是武术系统的子系统，同时也是整个社会系统中的一个小系统。

因此，武术传播系统又受到整个社会系统的制约和影响。

众所周知，构成现代社会的要素纷繁多彩，有社会、经济、政治、文化、科学技术、人口以及社会环境等。

武术传播与现代社会诸要素之间具有相互联系、相互影响的关系，所以武术传播过程一定要考虑社会环境这个非常重要的部分。

.....

<<武术初阶>>

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>