

<<武术>>

图书基本信息

书名：<<武术>>

13位ISBN编号：9787562329848

10位ISBN编号：7562329842

出版时间：2009-9

出版时间：华南理工大学出版社

作者：田勇 编

页数：179

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>

前言

在我国全面推进素质教育、深化职业教育教学改革的形势下，广州体育职业技术学院为改变几年来借用全国体育院校通用教材的状况，根据学院的办学方向，结合职业教育实践及面向社会服务的宗旨，于2008年8月组织编写了适合于体育职业技术学院使用的“体育职业技术学院系列教材”（第一批）。第一批系列教材包括：《运动人体科学基础教程》、《田径》、《游泳》、《足球》、《羽毛球》、《乒乓球》共6门课程教材。

《运动人体科学基础教程》集全国体育院校通用教材《运动解剖学》、《运动生理学》、《体育保健学》于一体，在力求全面、系统的基础上，删繁就简，避免3门课程教材中的大量重复，重点突出运动人体科学基础理论的基本知识及基本操作技能，结合体育运动实践，重在学生实际应用。

另外5门术科课程教材，旨在学生学习和掌握各运动项目的技术、教学和训练的基本理论和基本技能，及其运动竞赛的常用知识。

对术科课程教材中共性的和一般性的理论内容，如教学原则、训练原则、科研方法、一般选材理论等不再编写，由《教育学》、《运动训练学》、《体育科研方法》和《选材学》等课程教材中统一进行编写和讲授。

这样，避免了术科课程教材中的大量重复，有利于提高教材质量和教学质量，并可以减少人力、物力和时间的浪费及学生购买教材的经济负担。

羽毛球、乒乓球是广州市开展得比较好的运动项目，它们的普及程度与水平在全国居前列。

因此，为面向广州市的社会实践需求，把《羽毛球》、《乒乓球》两门术科课程教材也列为学生学习的主要课程教材。

以上6门课程教材经过一年来教学训练的使用和科学总结，师生反映较好，认为它们的特点是“新、全、不重复、实用”。

2009年，我们又组织编写了《排球》、《跆拳道》、《武术》等3门课程教材作为系列教材的第二批。根据培养目标和教学计划，我们还将逐步完善系列教材体系，并继续编写和出版符合体育职业技术教育教学特点和需要的各门课程教材。

这些教材的编写，以本院中青年骨干教师为主体，同时聘请一些经验丰富的教授进行指导，并协助完成编写。

<<武术>>

内容概要

本书从武术的起源、发展方面开始介绍，简述了武术的基本功、基本动作、武术套路教学、搏斗、武术竞赛规则等。

内容包括长拳、太极拳、南拳、传统拳术等。

本教材可作为职业技术学院武术专修课和武术普修课教材，也可作为武术教育者的参考书和武术爱好者的自学用书。

<<武术>>

书籍目录

第一章 绪论 第一节 武术的起源、定义、特点、意义 第二节 武术的内容分类 第三节 我国武术运动的发展 第四节 世界武术运动的发展 第五节 第29届北京奥运会期间的“北京2008武术比赛”概述
第二章 武术基本功与基本动作 第一节 手型、手法练习 第二节 步型步法 第三节 腿法练习 第四节 平衡练习 第五节 跳跃练习
第三章 武术套路教学 第一节 长拳 第二节 太极拳 第三节 南拳 第四节 传统拳术简介
第四章 搏斗 第一节 散打 第二节 推手 第三节 短兵
第五章 武术竞赛规则介绍 第一节 竞赛组织机构 第二节 竞赛通则 第三节 评分方法 第四节 散打竞赛规则简介参考文献

章节摘录

第一章 绪论 第一节 武术的起源、定义、特点、意义 一、武术的起源 武术起源于人类远古祖先的劳动实践。

在原始社会生产力极为低下的情况下，人类为了生存，必须猎取野兽和抵御猛兽的袭击，从中学会了徒手或使用刮削过的木棒、石头等器具击打野兽的方法，逐步地获得了使用武器的技能，这些技能是在原始生产方式的基础上产生的，并形成了武术格斗技术的萌芽。

二、武术的定义 武术在历史上曾有过不同称谓，如春秋战国时称“技击”，秦代时称“手搏”，汉代时称“武艺”，民国时期称“国术”，新中国成立后正式命名为“武术”。

武术是以攻、防方法为主要核心，以套路和搏斗为主要运动形式，注重内外兼修的中国传统体育项目。

在其源远流长的发展过程中一直深受我国传统文化的影响。

摄养生之精髓，形成了众多门派和较为系统的技术体系，蕴含着中国传统哲理之奥妙，具有鲜明的中华民族特色。

三、武术的特点（一）攻防性 武术的攻防是它的主要特点。

其目的在于击倒、制服对方。

而套路形式，尽管不少动作在技术规格、幅度等方面与原形动作有所改变，但是其动作方法仍然保留了踢、打、摔、拿、击、刺等攻防特点。

<<武术>>

编辑推荐

《武术》：体育职业技术学院系列教材。

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>