

<<土家族民间体育>>

图书基本信息

书名：<<土家族民间体育>>

13位ISBN编号：9787810564366

10位ISBN编号：7810564366

出版时间：2000-5

出版时间：中央民族大学出版社

作者：向鸣坤

页数：221

字数：17000

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>

<<土家族民间体育>>

内容概要

民间体育的产生，是社会生产劳动使然。

没有强壮的身体，就不堪劳动的重负，而体育活动是提高身体素质的最佳途径。

各民族的人在辛苦劳动之余，利用各种自然因素（阳光、空气、水乃至动物、植物），以运动为基本手段，去锻炼身体，达到增进健康，增强体质，培养情操的目的。

不论哪个地方的民族，都可以就地取材，因地制宜，因时制宜，因材设计，开展多种多样的体育活动，于是民间体育就兴开了。

本书所介绍的土家族民间体育，充分反映了民间体育的民族性、地域性、易行性、趣味性和群众性。

涂、向二位同志教学、研究体育多年，他们有深厚的功力和经验，又是本民族出身的体育专家，经他们总结和阐释，就把土家族丰富多采的民间体育呈现在眼前了。

<<土家族民间体育>>

书籍目录

概述第一章 启蒙体育 第一节 婴儿期 第二节 幼儿期 第三节 儿童期第二章 智力体育 第一节 判断类
第二节 技巧类 第三节 计谋类第三章 日常体育 第一节 奔跑类 第二节 抛打类 第三节 举重类 第四节
踢跳类 第五节 格斗类 第六节 其他第四章 科技体育 第一节 拳术类 第二节 器械类 第三节 气功类第五
章 文体活动 第一节 大摆手 第二节 小摆手 第三节 毛古斯 第四节 八宝铜铃舞 第五节 舞龙灯 第六节
划龙船 第七节 高脚灯 第八节 三棒鼓后记

<<土家族民间体育>>

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>