《武术运动英汉双语学与练》

图书基本信息

书名：《武术运动英汉双语学与练》

13位ISBN编号：9787564403164

10位ISBN编号：7564403160

出版时间：2010-1

出版社：孟涛 北京体育大学出版社 (2010-01出版)

作者：孟涛 编

页数：226

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《武术运动英汉双语学与练》

前言

自20世纪80年代电影问世以来，中国武术逐步风靡世界，大量外国人通过各种途径到中国学习中国武术和寻根问祖，求访中国武术真缔。什么是中国武术？什么是武术运动？以什么样的方式和内容介绍、推广武术是一个值得研究的重要课题。中国武术是中华传统文化宝库中的奇葩，也是宣传中华传统文化的重要载体之一。如何通过中国武术准确的向世界各国朋友宣传中华文明，推动武术运动健康发展，是我们编写这本武术双语教材的初衷。本书共分五章：武术运动概述、主要拳种介绍、基本功与基本动作、武术套路选编和搏斗运动。武术运动概述一章从武术的起源与发展、武术的特点与作用、以及武术的文化理念等方面对中国武术进行了学术论证，明确了武术的概念，武与术是两个概念，武是武，术是术。把武和术连在一起组成新词“武术”，并成为一个属于体育文化范畴的“武术”名词，始于晚清。在概述基础上介绍了主要拳种。武术拳种纷纭、流派众多，不同拳种有不同的拳术和器械套路。本教材根据教学的需求对流传较广且具有代表性的、教学中常用的长拳、太极拳、南拳、形意拳、八卦掌、八极拳、翻子拳、螳螂拳等拳种进行了简要介绍。拳术是在基本功与基本动作基础上完成的。基本功与基本动作是指武术技术动作和练习方法，通过基础练习，可使身体各部位得到较全面的训练，较快地发展武术专项身体素质，还可以有效地防止和减少练习过程中因动作不规范造成的对身体的伤害，为学习武术技术和提高演练水平打下良好的基础。本教材主要对长拳的基本手型、手法、步型、步法、平衡、腿法、跳跃等内容进行简要介绍。套路选编一章对前面章节中介绍的主要拳种进行了套路的编创，所有的套路都是经过编写组认真讨论定稿的。套路短小精悍、易学易练，并能够充分体现各拳种的风格特点。搏斗运动包括散打、短兵和推手，本教材从概说和运动特点等方面对这几个项目作了简单的介绍。

《武术运动英汉双语学与练》

内容概要

《武术运动英汉双语学与练》共分五章：武术运动概述、主要拳种介绍、基本功与基本动作、武术套路选编和搏斗运动。武术运动概述一章从武术的起源与发展、武术的特点与作用、以及武术的文化理念等方面对中国武术进行了学术论证，明确了武术的概念，武与术是两个概念，武是武，术是术。把武和术连在一起组成新词“武术”，并成为一个属于体育文化范畴的“武术”名词，始于晚清。
在概述基础上介绍了主要拳种。武术拳种纷纭、流派众多，不同拳种有不同的拳术和器械套路。本教材根据教学的需求对流传较广且具有代表性的、教学中常用的长拳、太极拳、南拳、形意拳、八卦掌、八极拳、翻子拳、螳螂拳等拳种进行了简要介绍。
拳术是在基本功与基本动作基础上完成的。基本功与基本动作是指武术技术动作和练习方法，通过基础练习，可使身体各部位得到较全面的训练，较快地发展武术专项身体素质，还可以有效地防止和减少练习过程中因动作不规范造成的对身体的伤害，为学习武术技术和提高演练水平打下良好的基础。本教材主要对长拳的基本手型、手法、步型、步法、平衡、腿法、跳跃等内容进行简要介绍。

《武术运动英汉双语学与练》

书籍目录

第一章 武术运动概述第一节 武术的起源和发展第二节 武术的特点与作用第三节 武术运动的内容与分类第四节 武术运动的文化理念第二章 主要拳种介绍第一节 长拳第二节 太极拳第三节 南拳第四节 形意拳第五节 八卦掌第六节 八极拳第七节 翻子拳第八节 螳螂拳第三章 武术基本功和基本动作第一节 手型手法练习第二节 步型步法练习第三节 平衡练习第四节 腿法练习第五节 跳跃练习第四章 套路选编第一节 基础长拳第二节 太极拳(二十四式太极拳)第三节 南拳第四节 形意拳——五形连环拳第五节 八极拳第六节 八卦掌——基础八掌第七节 翻子拳第八节 螳螂拳第五章 搏斗运动第一节 散打第二节 太极推手第三节 短兵参考文献

《武术运动英汉双语学与练》

章节摘录

插图：世界上不同民族和国家的经历大致是一样的，特别是崇尚勇敢的“军事民主制”时期的格斗招式为世界各民族中所共存，并无本质区别。仅格斗术而言，促进格斗术形成主要有如下几个原因：其一“人与人斗”，原始社会也有各种原因导致的人与人的冲突。其二战争，原始社会晚期的父系氏族公社时期，即所谓“军事民主制”时期，以掠夺财富、人口为目的的战争频繁发生，战斗技能飞速发展，英勇善战成为男子最重要的品德。其三狩猎，原始社会狩猎活动中的人兽相搏，促成了原始格斗技术的形成。原始社会雏形的格斗招式还算不上真正意义的武术。只有在确定了武术的民族文化定位和民族文化特征、明确了武术的内在属性才能算是武术。随着人类文明的进程和民族文化差异，形成了不同形式的格斗技艺。在中国由于地理、自然和人文环境形成了独具特色的中华民族文明。在中华民族文化哺育下，形成了以技击动作为主要素材，以套路和格斗包括功法练习为活动形式，注重内外兼修的具有中国传统文化特征的运动形式，独立于世界格斗技艺之林的武术。在原始社会后期中国人为了适应自然和战争需要，对上天要祈祷、对战斗要操练，把一些熟悉的格斗动作和肢体动作组合，萌生了舞。这类的舞有“三人执牛尾，投足以歌八阕（音“缺”）”的巫舞，也有战斗前演练的“武舞”或“战舞”。“武舞”是原始社会战斗技术的展现，它融知识、技能、身体训练和习惯的培养等为一体，将用于实战格斗的经验按一定程式来演练，是古代武术由感性认识向理性认识的升华。进入奴隶社会以后，萌芽状态的格斗术一“武舞”从生产活动中分化出来，向着独自的专门化发展。武术发展于封建社会时期。秦汉以来，盛行角力、击剑。随着“宴乐兴舞”的习俗，手持器械的舞练时常在乐饮酒酣时出现，如《史记-项羽事纪》记载的“鸿门宴”中“项庄舞剑，意在沛公”，便是这一形式的反映。此外，还有“刀舞”“力舞”等，虽具娱乐性，但从技术上更近于今天套路形式的运动。这样武术便作为不同于舞蹈的体育文化形态，以其特有的形式和社会作用逐步发展起来。

《武术运动英汉双语学与练》

编辑推荐

《武术运动英汉双语学与练》：体育专业课程双语系列教材，首都体育学院教材建设项目。

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:www.tushu000.com