

<<武术格斗基础教程>>

图书基本信息

书名：<<武术格斗基础教程>>

13位ISBN编号：9787040297249

10位ISBN编号：7040297248

出版时间：2010-7

出版范围：高等教育

作者：赵光圣 编

页数：161

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>

<<武术格斗基础教程>>

前言

武术格斗基础是民族传统体育专业的主干课程之一。

本教材是根据全国普通高等学校体育教学指导委员会的安排，为加强民族传统体育专业主干课程教材建设而组织有关人员编写的。

本教材在编写过程中结合民族传统体育本科专业规范的研制，从民族传统体育专业的培育目标出发，充分吸收近年来我国武术运动理论和技术发展的最新认识与成果，并将教学经验融会于教材之中，突出了教材的先进性、科学性和思想性等特点，更加全面地反映了武术格斗运动的特色和发展趋势。

全书分为上篇和下篇。

上篇共有三章，分别是武术格斗概述、徒手格斗的基本技术和武术格斗技术教学。

上篇将武术格斗运动基本技术按照踢、打、摔、拿的技术体系进行了全面介绍，并根据武术格斗技术教学的共性，充实了武术格斗的教学步骤、练习形式和教学方法应用等内容。

下篇共有四章，分别介绍散打、中国式摔跤、太极推手、短兵等格斗项目的历史沿革与发展现状、主要基本技术、竞赛规则与裁判法，使教材内容更为充实、更有新意。

本教材不仅可作为民族传统体育专业主干课程教材，也可作为体育学类其他本、专科专业武术格斗教材和培训教学参考书。

本教材由邱丕相、蔡仲林两位教授任总主编，赵光圣教授任主编。

全书由赵光圣统稿，邱丕相、蔡仲林审阅定稿。

在本书的编写过程中，得到了全国高等学校体育教学指导委员会和各参编院校及有关人员的大力支持，上海体育学院、成都体育学院积极承办了本教材的编写工作会议，在此一并表示衷心的感谢。

限于编者水平和时间关系，书中难免有错误和不妥之处，恳请读者批评指正。

<<武术格斗基础教程>>

内容概要

《武术格斗基础教程》分为上篇和下篇。

上篇共有三章，分别是武术格斗概述、徒手格斗的基本技术和武术格斗技术教学。

上篇将武术格斗运动基本技术按照踢、打、摔、拿的技术体系进行了全面介绍，并根据武术格斗技术教学的共性，充实了武术格斗的教学步骤、练习形式和教学方法应用等内容。

下篇共有四章，分别介绍散打、中国式摔跤、太极推手、短兵等格斗项目的历史沿革与发展现状、主要基本技术、竞赛规则与裁判法，使教材内容更为充实、更有新意。

本教材不仅可作为民族传统体育专业主干课程教材，也可作为体育学类其他本、专科专业武术格斗教材和培训教学参考书。

<<武术格斗基础教程>>

书籍目录

上篇第一章 武术格斗概述第一节 武术格斗的基本概念第二节 武术格斗的沿革第三节 武术格斗的技法特点第四节 武德规范第二章 徒手格斗的基本技术第一节 徒手格斗的姿势和基本步法第二节 踢法第三节 打法第四节 摔法第五节 拿法第六节 防守及防守反击第七节 徒手格斗基本功练习第三章 武术格斗技术教学第一节 武术格斗技术的教学特点第二节 武术格斗技术的教学步骤第三节 武术格斗技术教学方法的运用第四节 武术格斗技术练习的形式与方法下篇第四章 散打第一节 散打概述第二节 散打的基本技术第三节 散打竞赛规则简介第五章 中国式摔跤第一节 中国式摔跤概述第二节 中国式摔跤的基本技术第三节 中国式摔跤竞赛规则简介第六章 太极推手第一节 太极推手概述第二节 太极推手的基本技法第三节 太极推手竞赛规则简介第七章 短兵第一节 短兵概述第二节 短兵的基本技术第三节 短兵竞赛规则简介参考文献

<<武术格斗基础教程>>

章节摘录

插图：“格斗”一词在《辞海》中解释为搏斗、相互殴击。

格斗起源于远古祖先的生产劳动。

在原始人类的生存竞争中，人与兽斗是促成原始格斗技术形成的重要因素之一。

原始社会作为人类历史上的第一个社会形态，社会生产力十分低下，当时的人们过着集体采集和狩猎的生活，生存环境非常恶劣，经常受到野兽的侵袭。

原始人类为了生存，不得不经常与猛兽进行殊死搏斗。

人们在狩猎等生产活动中，逐渐积累了踢、打、劈、砍、击、刺等技能，这些原始形态的攻防技能就是格斗技术形成的基础。

由于人类为生存空间进行争夺，战争，来源于古人类之间的自然格斗方法也在不断演变这对原始形态格斗技术的催生作用更为直接而且深刻。

最初的争斗主要体现为原始人群之间为了争夺食物、领地、地位等而发生的争斗。

到了氏族公社阶段，出现了部落。

为了争夺生存空间、祭祀牺牲，或为了复仇，原始部落之间的战争逐渐增多，并且战争规模也不断扩大。

这种原始人群之间和原始部落之间的争斗，有力地促进了各种格斗技术（包括器械制作及其使用）的产生与发展。

随着人类社会的不断进步，逐渐形成了徒手格斗和器械格斗等不同形式。

原始人类都存在着格斗技术产生的客观条件，而人类相同的本能防卫意识和人体构造特点又决定了格斗术在缘起之初是近乎相同的，只是由于受不同地域环境以及民族文化长期的影响，导致格斗技术逐渐演变，发展成为了现代千姿百态、风格迥异的格斗运动形式，如拳击、泰拳、击剑、桑勃、相扑、剑道和武术格斗等。

<<武术格斗基础教程>>

编辑推荐

《武术格斗基础教程》：全国高等学校体育教学指导委员会审定

<<武术格斗基础教程>>

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>