

<<太极拳健身理论论绎>>

图书基本信息

书名：<<太极拳健身理论论绎>>

13位ISBN编号：9787811009583

10位ISBN编号：7811009587

出版时间：2008-4

出版单位：北京体育大学出版社

作者：刘静

页数：163

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>

## <<太极拳健身理论论绎>>

### 前言

“越是民族的越是世界的”，文化的世界性，就在文化的民族性之中，也就是说，文化的世界共性，就存在于而且只存在于文化的民族个性之中。

太极拳是中华民族文化个性的一种体现，是中国武术绵延数千年的智慧结晶，代表着中华武术一种较为成熟的文化形态。

正如人们以明清历史题材为主题的文化进行研究和传播一样，对明末清初向我们走来的太极拳方面的研究目前也日益繁荣，或许从历史的角度看它距离我们更近一些，从而使我们能够较清晰地把握它的个性特征和发展轨迹，为今天我们站在全球文化背景下挖掘和揭示传统武术的文化价值打开一扇窗户。

对太极拳的审视和研究，不仅要站在民族文化的背景下，还要站在世界全球文化的背景下，努力使其个性在全球多样化的文化形态中得以张扬，就其本质来说，就是文化的民族认同。

当今的世界，科学技术高速发展，各种信息开放和涌入，带来的负面影响是全世界范围内的文化失落。

当韩剧、跆拳道、瑜伽等裹挟着全球化的浪潮长驱直入的时候，而我们的优秀国产剧和武术却相比之下显得尴尬冷清了许多。

“韩国是一个有着典型东方文化的传统国度，韩剧中所流露出来的风俗、人情世态和文化蕴涵，足以使人们真切地领略到东方文化特有的意味和无穷的魅力。

”（金民卿.文化全球化与中国大众文化[M].北京：人民出版社，2004.452.）的确，文化的民族认同在于有强烈的民族精神感染作为内核，而传统文化在现代社会的综合创新却是文化持续发展的永久生命力。

## <<太极拳健身理论论绎>>

### 内容概要

面对着人类对健康的永恒需求，一种和谐的健康观逐渐成为这个时代新的文化标志。而中华文化注重人格、注重伦理、注重利他、注重和谐的东方品格和释放着和平信息的人文精神，也为传统文化走向世界找到了契合点。太极拳作为东方具有代表性的身体文化，其中折射的文化魅力和具有的文化张力，正需要在这样一个文化认同的背景下去宏扬和展现。

本书正是基于这种思考，并在作者博士学位论文研究成果的基础上撰写而成。书中一些章以新的视角，尝试应用多学科交叉的方法来揭示太极拳的文化价值和科学内涵。

## <<太极拳健身理论论绎>>

### 作者简介

刘静，1971年1月28日生，安徽合肥人；教育学博士，副教授，硕士生导师。  
武术一级裁判，舞狮舞龙国际级裁判。  
现任中国体育科学学会会员，日本体育科学学会会员，上海市龙狮协会副秘书长。

1994年毕业于安徽师范大学，修读体育教育专业，获学士学位；1997年毕业于上海体育学院，修读武术专业，获硕士学位，同年留校任教；2003年毕业于上海体育学院，攻读民族传统体育专业，2003年7月获教育学博士学位。

2003年10月由校方派往日本广岛大学进行为期一年的学术交流。

曾多次参加全国武术和国际舞龙舞狮比赛裁判工作，并获“上海市优秀裁判员称号”。

多年来一直从事武术与健康方向的研究。

曾主持和完成了2个省部级课题项目，2006年主持和完成的上海市自然科学基金项目《长期太极拳运动对中老年GH-IGF-I轴的调节作用》获体育科学协会科学技术三等奖；主要研究成果曾报告和发表于全国体育科学大会和《中国运动医学杂志》、《上海体育学院学报》等全国核心学术刊物；参与编写的著作6部。

论文《Influence of long-term Fajji Quan on insulin-like growth factor I for middle-aged or elder women》入选2003第7届奥林匹克世界体育科学大会参加墙报交流；论文《长期太极拳运动对中老年女性NKT细胞影响的跟踪研究》入选并参加了2004年香港第2届国际学校体育科学大会墙报交流；论文《Influence of long-term Taiji Quan On NK3T cells for middle-aged or elder-women》入选并参加2004年意大利罗马第10届世界全民体育科学大会墙报交流；论文《太極拳の足部運動の特徴に関するバベィオメカにクスの研究——床反力七压力中心点の移動軌跡に着目して》入选并参加了2004年长野日本体育学会第55回大会墙报发表。

2003年3月参加了在东京大学举办的大学体育养生学研究会第4回大会的大会报告。

研究方向：武术与健康，世界武道教育模式比较研究

业余爱好：读书，旅游

座右铭：坚守信念，诚信待人

## <<太极拳健身理论论绎>>

### 书籍目录

第一章 绪论 第一节 问题的提出 第二节 本研究的意义 一、健康主题的需要 二、太极拳自身领域研究发展的需要 第三节 本研究的目的 第四节 文献综述 一、运用理论概括和分析、推理与演绎、归纳的方法 二、运用了现代自然科学、社会科学的理论和方法 三、研究问题与展望 第五节 研究方法 一、本研究方法论 二、本研究的具体方法第二章 太极拳传统健身思想探骊 第一节 价值论 一、技击——太极拳主体价值取向 二、技进手“道”——太极拳本体价值之追求 三、技、身、性和谐统一——太极拳价值系统结构特征 四、太极拳价值观的演变和现代化转型 第二节 范畴论 一、理论 二、心论 三、意论 四、神论 五、气论 六、劲论 七、身论 第三节 思维论 一、太极拳思维机制论 二、太极拳思维范式论 第四节 思想探骊 一、内外兼修，形神统一(从身的角度) 二、气贯四梢，体用兼备(从技的角度) 三、术德并修，身心合一(从性的角度)第三章 太极拳健身机理探 第一节 太极拳运动对生理功能影响的研究 一、研究目的 二、研究对象和方法 三、研究结果 四、分析与讨论 五、小结 第二节 太极拳运动对心理功能影响的研究 一、研究目的 二、研究方法 三、研究结果 四、分析与讨论 五、小结第四章 综合讨论第五章 结论主要参考文献致谢

<<太极拳健身理论论绎>>

章节摘录

<<太极拳健身理论论绎>>

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>