

<<大学武术>>

图书基本信息

书名：<<大学武术>>

13位ISBN编号：9787303151653

10位ISBN编号：7303151656

出版时间：2012-9

出版时间：北京师范大学出版社

作者：李德祥

页数：345

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>

<<大学武术>>

内容概要

《大学武术》融入了学校教育理论与实践的最新经验，理论体系完善、层次分明、内容丰富、重点突出，具有较强的实用性和针对性，对加强武术技能教学、训练和强化实战意识有很好的指导作用。

该教材的编写结合当代大学生的实际需要，对于广大学生道德品质、修养、健康体魄的增强和防身自卫技术的提高等具有一定的现实意义。

该教材在总结笔者李德祥三十余年来从事武术教学训练实践经验的基础上，结合现代教学的新理念和大学体育选项课的实际情况和要求编写而成。

作者简介

李德祥，哈尼族，云南省红河州绿春县人。
现任云南警官学院警察体育教研部主任，教授，擒拿格斗教官，三级警监，中国武术高级段位7段，云南省武术协会副主席，全国公安高校警察技能专业教学指导委员会委员。
30余年来，从事体育教学科研，不仅具有丰富的教学训练实践经验，并具有较深的警察体育理论造诣，而且还具有较精湛的警务实战技能。
先后在国家级和省级刊物上发表论文80余篇，多次参加国际、国内学术研讨会，承担国际、国家、跨省院校以及云南省教育厅等基金课题多项，著有《武术学习指南》、《足台拳道快速入门》、《跆拳道实战绝技

书籍目录

第一章 武术概述第一节 武术的概念第二节 武术的起源与发展第三节 武术的内容与分类第四节 武术的特点与作用第五节 现代大学武术功能与价值第六节 走向世界的中华武术文化第七节 武术运动审美第二章 中国武术与传统文化第一节 中国武术与传统文化主流形态的内在联系第二节 中国武术与传统养生第三节 少数民族武术文化第三章 武术套路的创编、图解知识和自学武术的方法第一节 创编武术套路的有关知识和要求第二节 创编武术套路的过程和注意事项第三节 武术图解知识第四节 自学武术的方法第四章 武术教学与训练第一节 武术教学第二节 武术训练第三节 功力训练第五章 武术基础技术练习第一节 武术基本功第二节 拳术基本技术第三节 武术器械基本技术第六章 武术教学套路第一节 拳术第二节 器械第七章 武术散打第一节 武术散打概述第二节 武术散打的基本技术第八章 武术运动常见损伤的防治第一节 武术运动中的常见损伤与预防第二节 武术运动损伤的处理第三节 武术运动损伤的急救第四节 武术运动损伤后的常用中医疗法第九章 大学生自卫防身技能第一节 大众防身术第二节 女子防身术参考文献

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>