

<<太极拳剑标准教程>>

图书基本信息

书名：<<太极拳剑标准教程>>

13位ISBN编号：9787564404239

10位ISBN编号：756440423X

出版时间：2010-6

出版单位：北京体育大学

作者：李德印

页数：318

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>

<<太极拳剑标准教程>>

内容概要

本书共分7个章节，主要对太极拳剑的基础知识作了介绍，具体内容包括太极拳基本知识、太极拳的学练阶段与要点、太极拳的学练规范与提示、现代剑术概况、基本剑法介绍、太极剑学练要领等。该书可供各大专院校作为教材使用，也可供从事相关工作的人员作为参考用书使用。

<<太极拳剑标准教程>>

作者简介

李德印，1938年生，河北安新人。

出身武术世家，自幼受祖父李玉琳、叔父李天骥严格训练，擅长太极拳(杨式、孙式)、形意拳、八卦掌、少林拳、武当剑。

1961年中国人民大学毕业，留校任教，专职武术教学、研究工作。
多次担任国内外武术比赛及全国太极拳、剑、推手比赛

<<太极拳剑标准教程>>

书籍目录

太极拳概述 一、太极拳基本知识 二、太极拳的技术规格、要领 三、太极拳的学练阶段与要点 四、太极拳的学练规范与提示 五、太极拳的教学原则与方法
太极剑概述 一、剑术历史概述 二、现代剑术概况 三、剑的结构、握法 四、基本剑法介绍 五、太极剑的特点 六、太极剑学练要领
24式太极拳 32式太极剑 42式太极拳 42式太极剑 48式太极拳

<<太极拳剑标准教程>>

章节摘录

(二) 太极的名称 “太极”一词最早出现于三千年前的古书《周易》。这部书内容分“经”和“传”两部分：“经”的部分主要是占卜、说卦，以八卦符号组成六十四卦，每卦包括卦形、卦名、卦辞，用以判断吉凶祸福。相传为周文王之作；“传”是对“经”的解释说道，包括多篇文章，作者并非一人。他们在解说中释述了自己的哲学观点，表达了以阴阳学说为基础的世界观。

“太极”一词出自“传”部分的“系辞上”篇。其中写道：“易有太极，是生两仪，两仪生四象，四象生八卦，八卦定吉凶。吉凶生大业。”这里“太极”是指变化的源头，派生万物的原体，最高的存在范畴。中国历代学者纷纷以太极阴阳学说解释世界，表达哲学观点。如有人提出“天地未分之前，元气混而为一。即是太初、太一”。

(唐·孔颖达)太极是天地形成前的“浑沌清虚之气”。

(明·王廷相)“太极动而生阳，动极而静。静而生阴，静极复动。一动一静，互为其根，分阴分阳，两仪立焉。阳变阴合而生水、火、木、金、土，五气顺布，四时行焉。五行一阴阳也，阴阳一太极也”。

(宋·周敦颐)还有人认为“总天下万物之理便是太极”。

(宋·朱熹)“心为太极”、“道为太极”(宋·邵雍)等等。

太极阴阳学说在中国古代哲学中占有重要地位，构成了古代哲学的理论基础。但是以“太极”命名一种拳术，却是近代的事。

最初的太极拳有很多名称，有的叫“十三势”(指主要的八法五步)，有的叫“长拳”(指套路很长，滔滔不断)，还有“软拳”、“柔拳”、“沾绵拳”等名称。直到民国初年发现了清代民间武术家王宗岳写的《太极拳论》一文，太极拳的名称才正式确定下来。王宗岳以太极阴阳学说命名太极拳，主要表明这种拳法理通天地，天人合一；也表示太极拳充满变化，虚实莫测，刚柔相济，无比奇妙。

(三) 穴板拳与武术、气功的关系 太极拳是一项以松柔绵缓为特色的武术运动，也是一种老弱皆宜，适应广泛，对多种慢性疾病有着显著疗效的健身康复体育活动。

<<太极拳剑标准教程>>

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>