

<<枪术>>

图书基本信息

书名：<<枪术>>

13位ISBN编号：9787807209713

10位ISBN编号：7807209712

出版时间：2008-1

出版时间：吉林出版社

作者：杨雨龙 主编

页数：82

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>

<<枪术>>

内容概要

盛世奥运，举国同辉。

北京奥运会来临之际，教育部、国家体育总局、共青团中央联合启动“全国亿万青少年学生阳光体育运动”。

这是我国新时期加强青少年体育锻炼、增强青少年体质的战略举措。

本书介绍了枪术的有关知识。

<<枪术>>

书籍目录

第一章 概述 第一节 起源与发展 第二节 特点与价值第二章 运动保护 第一节 生理卫生 第二节 运动前准备 第三节 运动后放松 第四节 恢复养护第三章 场地、器材和装备 第一节 场地 第二节 器材 第三节 装备第四章 基本技术 第一节 握枪 第二节 扎枪 第三节 拦枪与拿枪 第四节 劈枪与挑枪 第五节 点枪 第六节 崩枪 第七节 穿枪 第八节 舞花枪第五章 初级套路 第一节 预备动作 第二节 第一段 第三节 第二段 第四节 第三段 第五节 第四段 第六节 收势第六章 比赛规则 第一节 程序 第二节 裁判

<<枪术>>

章节摘录

插图：第一章 概述第一节 起源与发展枪术起源于远古时代，在夏、商、周得到初步发展，在春秋战国时期就具有多种社会功能。

经过秦、汉、三国、两晋、南北朝、隋、唐、五代的不断丰富，宋代枪术初步形成体系，明、清时期不同风格的枪术和器械得到大发展，流派林立，呈现繁荣景象。

进入近代，枪术逐渐成为近代中国体育的有机组成部分。

新中国成立后，枪术得到蓬勃发展，并逐步走向世界。

一、起源枪是一种古代的兵器，由矛演变而来。

枪术作为武术项目的一种，带有鲜明的技击性。

这一基本特征使枪术与军事有着密不可分的联系。

《吕氏春秋》记载：“未有蚩尤之时，民固剥林木以战矣”，这表明木棍、木矛在远古时期就是兵器的一种。

商、周时代出现了“夷矛”、“酋矛”。

秦汉时代长矛已演变成长枪。

三国时期出现了铁头长枪。

晋代，枪的枪头变得短而锋利。

五代时枪已成了战场上重要的作战武器。

隋代出现了枪的套路练法。

唐代的枪有木枪、白杆枪、漆枪、朴枪等。

<<枪术>>

编辑推荐

《枪术》由吉林出版集团有限责任公司出版。

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>