

新西部 NEW WEST

杂志介绍

机构设置

联系我们

期刊证书

系 统 | 举报信
公 告 | 再告作者

举报信
再告作者

Windows Vista + Windows Live
数字生活 要出彩



本期上半月刊

本期下半月刊

下半月刊
中国学术类

科学发展 | 热点聚焦 | 西部论坛 | 财政金融 | 区域经济 | 领导决策 | 哲学美学
经济论坛 | 经营管理 | 公共管理 | 文史纵横 | 党史党建 | 教育探索 | 和谐社会
环境能源 | 信息科技 | 影视传媒 | 心理健康 | 博硕园地 | 他山之石 | 法制建设

新西部 > 文史纵横 > 正文

浅谈中国武术的价值与发展

作者: 康定民族师范高等专科学校 刘进彬 胡玖英 2009-01-18 查看次数: 371 期刊时间: 2008年10月

【摘要】中国武术的价值不仅体现在具有健身价值、文化价值、经济价值上,还体现在武术的技击性特点与功能上。发展中国武术必须完善武术产业市场,奠定武术发展的经济基础;必须继承其本质特征,保留武术固有的风格和特色;必须重视武术科研,挖掘武术的深层价值,创建科学完善的理论体系,奠定武术发展的理论基础。

【关键词】民族传统体育; 中国武术; 价值

随着体育事业的不断发展,武术作为民族传统体育中的一颗奇葩,以自己多元的价值功能,在全民健身运动以及竞技体育中发挥着越来越重要的作用。但是在武术的发展中,还面临着许多问题,需要我们站在宏观的角度、民族传统体育的角度制定武术的发展战略,以引导武术在继承民族文化的基础上更好的发展。

一、 武术的价值功能

1、 健身价值

武术作为一种健身手段,它和中国传统的导引养生术有着密切的关系。这不仅体现在武术的运动方法、动作与呼吸的配合方面,而且也体现在武术的理论与导引养生术理论有许多相同的地方。中国的导引术讲究吐故纳新,武术也同样讲究调息运气。武术的修养方法讲究内外兼修,即注重筋骨的锻炼,又强调心神义气的结合。无论是“提、沉、聚、托”,还是气沉丹田、以气催力、心与意合等都说明呼吸与动作的结合,不仅使动作的完成更加合理,而且通过呼吸增强了对内脏器官的锻炼,同时对人的精神、情感、以及心理健康又有特殊的调节作用。

2、 武术的技击性特点与功能

在当今世界体育项目中,技击性特点并非武术独有。但武术有自身的独特之处,主要体现在:一是武术技击讲求以巧破千斤,讲究方法巧、运用妙、丰富多变,与西方技击的快狠,技法简单,重体能、体力、打击效应的特点迥然不同;二是重德,在传统武术中多强调以练功为主,二人比试点到为止,做到打拳人不知,出手不伤人。习武者在对抗中切磋技艺,相互提高,以愉悦身心,提高武学境界;三是武术的思维模式最注重直觉感悟,靠亲身实践去体验内在的意蕴之深、技巧之妙、意境之美,追求理想境界。不论浅层结构的运动技术,还是深层结构的文化形态,都需要去学,练和揣摩,学会一个武术动作似乎没有太大的难度,深入之后,那上下内外的高度协调,劲力技巧的体现、心神意的配合,以及它所赋予的哲理,则需要人无止境地地去体悟修炼方能心领神会。武术是以运动实践来体悟中国文化的一种途径。

3、 武术的文化价值

文化是“人类创造物质和精神财富的社会历史实践过程及其结果”。而创造的文化都具有民族性。武术的形成和发展恰恰证明了这一点。武术在华夏土地上绵亘了数千年,中华民族在长期的生产斗争、阶级斗争的浩瀚历史长河中,创造了武术这一独特的文化形式,从而形成了具有浓厚民族色彩的体育运动项目。武术作为文化的载体不论在理论和技法上都渗透着中国传统哲学、美学、伦理学、兵法学、中医学、宗教的精髓,集中地反映着民族精神、民族气质以及独特的民族思维方式、行为方式、审美观念、心态模式、价值取向、人生观和宇宙观。对人际关系的和谐颇有启迪,它注重性命双修,



西部政要访谈

动态新闻 更多>>

- 敬告作者
- 新西部杂志社踊跃向四川灾区捐款

最新招聘 更多>>



相关文章

暂时没有相关的文章!

[在线交流](#) | [更多评论信息 >>](#)

会员帐号: 帐号密码: 匿名发表

验证码:

b 9 f c

[新西部杂志社简介](#) | [招聘信息](#) | [联系方式](#)

西部开发网精品栏目: [西部招商引资](#) [西部旅游](#) [西部人物](#) [西部文化](#) [西部概况](#) [西部房产](#) [西部大开发优惠政策](#) [西部美食](#)
[违法不良信息举报中心](#) [不良信息举报信箱](#) 客服电话: 029-82301998 举报电话: 029-82302829 主编信箱: zhubian@cnwest.cc

[About CnWest](#) - [西开简介](#) - [网站地图](#) - [联系我们](#) - [招聘信息](#) - [客户服务](#) - [广告服务](#) - [网络营销](#) - [帮助中心](#)
中国西部开发网版权所有 增值电信业务经营许可证编号: 陕B2-20050078 陕ICP备06005707号 服务电话: 029-82301997

本站所有文章、数据仅供参考,使用前务请仔细阅读免责声明,风险自负。

