



通知公告:

分享到:

当前位置: 网站首页 > 部门概况 > 师资队伍 > 正文

部门简介 现任领导 机构设置 **师资队伍** 委员会 联系我们

张旭



个人简介:

张旭, 1966年生, 体育教研部主任, 教授, 毕业于北京体育大学武术专业, 1989年进入我校工作至今, 承担公体课教学, 校武术、射艺队教练。

课程简介:

通过古老弹弓、箭弓技术的教学, 讲解“正身”“炼心”等中国传统修身文化, 让西大学生理解先祖们为什么强调“正”“中”“静”“仁”“德”“道”“礼”等概念, 从而提高修养, 为大学生走向社会打下修身养性的基础。

体会术和艺的区别:

本课程主要教授内容为中国弹弓术、传统射箭基本技术及相关理论, 课程教学以讲授、示范为主, 并结合中国传统文化与武术技艺进行中国传统射箭技艺的教学, 让学生通过弹弓与射箭技术的习练体悟射艺“正身”“炼心”等中国传统文化内容。