# 武术套路论文范文大全8篇

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-05-14

*武术套路论文范文大全 第一篇正蹬腿属于典型的直线型腿法,运行轨迹较短,幅度较大,动作结构比较复杂,出腿预兆较大,易被对方察觉,不好直接命中对手,但是正蹬腿也有自身独有的特点,就是因为出腿运行轨迹较短,所以正蹬腿比其他直线型腿法有更快的打击速...*

**武术套路论文范文大全 第一篇**

正蹬腿属于典型的直线型腿法,运行轨迹较短,幅度较大,动作结构比较复杂,出腿预兆较大,易被对方察觉,不好直接命中对手,但是正蹬腿也有自身独有的特点,就是因为出腿运行轨迹较短,所以正蹬腿比其他直线型腿法有更快的打击速度和力度,在比赛场上一般不直接使用,在拳法或者别的技术的掩护下在使用可以提高命中的准确度,正蹬腿也容易与其他拳法技术、腿法技术、摔法技术配合使用,运用方法最多的都是阻击正蹬腿.

新规则与20\_年版相比较：新增加了“分开”口令：消极搂抱,取消了先后倒地；新增加了“背向逃跑”的处罚；消极8秒改为消极5秒等等.由此,可以看出散打运动的发展会更完善,更具有趣味性,实战性.

新规则在技战术方面跟201 0年全国武术散打冠军赛进行比较,第十二届全国运动会武术散打比赛中直线腿法,运动员主动进攻战术、强攻战术、下擂战术的使用次数明显增加,相对而言,缠抱摔法的运用明显下降,比赛中双方搂抱次数明显减少.

新规则的使用,使武术散打比赛中技战术的运用向简单、快捷、实用的方向发展,在比赛中直线型腿法的使用次数大大增加,激励了场上运动员主动进攻意识,增加了散打运动的观赏性.

新规则下加大腿法和腿技的训练,使得比赛的主动权牢牢控制在善于使用腿法的运动员身上,因为腿的攻击力量大,进攻距离长,攻守兼备,是致胜之根本,所以,注重腿法的训练越来越受到教练员的重视.

参考文献：

[1]杨永惠,中国武术散手教程[M],海口：南海出版公司,1998

[2]陈国荣,中国散打进程和发展趋势,第一散打论文范文专刊[J],

[3]国家体育总局武术运动管理中心,武术散打裁判法[M],

[4]《武术散手竞赛规则>,》20\_版

[5]《武术散手竞赛规则》 20\_版

总结：这是一篇与散打全国运动会论文范文相关的免费优秀学术论文范文资料,为你的论文写作提供参考。

论文范文散打锦标赛引用文献:

**武术套路论文范文大全 第二篇**

高校武术散打发展现状

武术散打课程的开设日趋专业化。根据研究，目前我国普通高校武术散打体育运动课程的开展现状可以分为三种类型的教育：（1）专业性教育；（2）半专业性教育；（3）业余性教育[2].其中专业体院，如武汉体育学院，包括这三种类型的教育，而且会定期举办交流比赛。在其他综合院校的体育学院也有开展专业的武术散打课，尤其是在警察院校，校方直接把武术散打列为学生的必修课。

武术散打师资队伍长期失衡。其中在各高校武术散打教师队伍中，男教师比女教师多，这种现象在武术散打这个项目的特点上是有利于教学的，但是教师的学历大部分是本科，而且执教经验年轻教师有待提高[3].虽然大部分老师是高水平运动员退役，教学技术过硬，但是在理论方面年轻老师有所欠缺。而大部分老师在与教学有关的其他业务能力仍然是个短板。在学校场地器材设施方面，走访了湖北地区部分高校，发现像武汉体育学院等专业体育院校，都有专门的训练场地，在其他综合院校，基本每个高校也有来自校社团或者营业性搏击俱乐部提供的场地。虽然在湖北地区的高校里武术散打训练的场地基本有所保障，但总体上来讲，由于很多高校的场地器材较为简陋，高校武术散打的发展从场地设施方面来讲相对比较落后。

制约高校武术散打发展的因素

综上所述，高校武术散打运动在发展中存在颇多问题，经过讨论研究，总结出制约我国高校武术散打运动发展的因素有以下几点。

（1）武术散打运动在校园的宣传力度不够。一个项目的推广需有很多通道，但广告宣传起到的效果最大，众多大学生偏爱的球类等体育项目，在广告宣传上有很大的优势，球类运动项目首先就是各种室外室内比赛频繁，各种人群很容易参与到比赛中，观赏性比较强，观众的兴致也高。相对于传统的武术散打项目，由于训练场地受限，而且比赛较少，除了各种晚会或者电视上能够见到，大部分学生在生活中很难参与，导致很多学生都不是很了解武术散打这个项目。（2）武术散打课程教学不科学以及课程枯燥乏味。据调查，除了专业的体育院校或者各校体育学院的武术散打课程属于主修课程，很多学校属于选修课程，选修课程一般学校安排的时间不是很多，无法进行系统有效的训练，所以学生要想得到好成绩有点困难。有部分老师在教学时也没有重视教学过程，教学过程单调重复，枯燥乏味，采用的教学方法不够新意，对于学生的要求也是睁一只眼闭一只眼，久而久之，造成学生对武术散打课失去了兴趣。（3）有关高校学生的散打竞技比赛和武术晋级考证的机会少。在很多地区针对大学生的武术散打比赛比较少，全国锦标赛以及高校武术散打对抗赛由于专业性较强，很少有业余选手参与，因此除了在各种晚会表演外和各高校私下开展的交流比赛外，武术散打能派上用场的相对较少， 导致学生对武术的认知度不够高。同样，武术散打也进行等级考核，但是在考试内容上，它对于普通练习者来说就有难度，而且能够举行晋级考试的机构也相对较少。（4）武术散打训练的危险性较大，受伤几率较高。在众多运动中，格斗类体育运动受伤的比例相对于其他运动要高，武术散打运动在训练或者在比赛中需要进行激烈的对抗，相互对抗时发生受伤实属正常。但对于参与强身健体来愉悦身心的大学生来说，这些现象总会成为他们选择武术散打的障碍，所以很多人选择了放弃。

**武术套路论文范文大全 第三篇**

1武术的发展历史

中国武术之所以能成为中国的国粹，是先人们在几千年的文明过程中经过不断地改进和传承的结果，所以说中国传统武术有着悠久的历史。由原来的狩猎打猎到后来的保家卫国无不体现出武术的伟大功劳；“五四运动”以后，一些有志人士使民族传统的武术走进学校。武术开始有家传形式、师傅带徒弟的单独教育模式过渡为老师带学生的学校式的教育模式。xxx成立后，国家正式把武术确立为传统健身项目，武术开始从民间自发的行为成为国家正式开展的传统健身项目。源远流长的中华武术，是中华传统文化中的璀璨的明珠。在形成和发展过程中受中国传统文化、民族习俗和宗法思想的影响，并在民族文化的总体氛围中孕育、形成、发展，同时还融合儒、道、释等多家思想，在文化内涵方面，武术吸收中国阴阳易学、中国哲学、中医学、中国伦理道德学、中国美学、兵法学、养生保健学等多种中国文化思想和传统文化观念，逐渐形成了以高、难、精、美等形态特征为外沿的，注重内外兼修，具有鲜明民族特色和中华民族特色的武术文化。它内涵丰富，寓意深邃，既具备了人类运动强身健体特性，同时具有中华人民特有的哲理性和艺术性，是中国人民智慧的结晶。中国武术是一种“用心”习练的文化，一种内化的技击艺术。在习练中国武术的过程中由外到内，后由内而外，于无形中有形，最终回归无形的过程；通过对自然、宇宙和中国哲学理论的理解，从外表到内心，使精气神得到提升。

2传统武术文化

传统武术是中国武术的母体，有自身独特的文化体系。传统武术不仅有掌握人体攻防原理的技击防身价值，竞技游戏价值，身体锻炼价值，还具有民俗民艺的娱乐价值，促进民间交流、增强民族凝聚力的社会价值等。其深厚的文化内涵，使习武修炼者可以培养中华民族“自力更生”的进取精神，“厚德载物”宽容的性格。攻击和防御的传统武术原理防御技能，不仅使人掌握竞技游戏带来的成就感和竞争意识，可以锻炼、培养青少年的武术精神。传统武术中的武德教育不仅注重培养习武者尊师重道、讲礼守信、舍己从人等个人修为，还对修炼者人格的培养、以及社会的稳定有着积极的影响。不论是技术层面、制度层面还是精神层面上，武术的核心价值观总是符合中华民族传统文化的精髓。武术的核心是攻防、没有攻防的武术只是一个花架子，武术文化是武术的内涵，没有文化的武术是莽夫，武术精神是武术的灵魂，没有武术精神的武术只能是行尸走肉别人的拳脚，武术套路是武术传播的载体，并且是最有效的连接方式，是各种族流派拳种特点的重要标志。传统武术技术内容丰富多彩、形式多样，不同的拳种和流派适应当地区人民的生理特点和生活习惯，失去了武术的技击形式和内容，传统武术只能纸上谈兵，传统武术也会成为无源之水；未来的传统武术拳种派系称谓不削弱，因为它是不同流派的典型代表，属于一种微型系统的历史和文化。

3学校传统武术教育的现状

武术教学必须改变原有的只教武术技术的教育理念，在今后的武术教学过程中不仅教武术技术以实现健康第一的概念，同时还要传授传统武术文化，使武术技能和武术文化的概念两个之间达到完美的结合。国家教育主管部门应该负责把武术课程设置为各级各类学校的必修课程。提升武术在广大中国公民心中的地位，使中国武术能够得到更广泛的传播，并制定相关的规章制度，以确保武术类在各级各类学校被各级各类学生广泛接受。武术既然是中国传统文化的重要部分，就要让它得到应有的传承和发展，在传承和发展的过程中最理想最有有效的场所就是学校，因此我们更需要把传统体育文化推广到学校当中。武术不仅具有健身功能，与此同时，作为一种文化的载体，更能客观反映出该系统的完整性，也反映出在中国传统美德的个人修为的发展和完善，还能显现出社会文化教育功能。武术越来越受到外国人的欢迎，新加坡将武术作为中小学体育教育的必要内容。武术被称为“中国文化的瑰宝”和中国传统的体育锻炼方式被国人忽视，这不得不引起我们的反思。我们在学校开展一个武术课程为了更好地发展中华民族的爱国教育，目的是继承优秀的传统文化。武术课程在各级各类学校作为学校教育必修课程，并得到各级各类学校的认可使其制度化，在实施教学时面对所有的学生，慢慢成为学生的素质教育的一个主要方向。

武术技能教育的现状

中国是武术文化及技能的发源地，在中国学校武术活动应该是中国学校教育的一大特色，但事实并非如此。长期受应试教育的影响，形成了学生重文轻武的风气。正是由于国人对学生的轻视体育的现象存在使的武术教学活动在我国各级各类学校中的开展，产生雷声大雨点小甚至有雷声没雨点的怪现状，实质上近乎名存实亡。但是中国政策和相关的法律法规重视中小学武术教学。1956年到20\_年教育部颁布了几个教学大纲中都涉及到武术的教学部分。同时在20\_年xxx和教育部联合出台文件要求学校从新学期开始要加开武术课的教学时数。以上一系列的文件都说明武术已经被列入到教学大纲。

传统武术文化的教育现状

同时在各类大纲中所出现的武术教学内容，是把武术作为纯技术性体育项目进行教学与推广，不是把武术作为一种传统文化进行教育教学。但是大部分武术教师在武术教学中，仅仅把武术当做纯技术性体育项目进行动作的教学，武术传统文化的内容涉及太少甚至根本就没有提起过。造成中国的武术传统文化在我国青少年心目中变得很模糊、好像很生疏、可有可无的味道。因此，传统武术文化在我国大多数青少年心目中的意识变得非常浅薄。《中小学开展弘扬和培育民族精神教育实施纲要》要求中小学体育课适量增加中国武术等内容，主要是让青少年了解到武术是中华民族传统体育项目；并通过武术的武德教育和武术礼仪的学习让学生懂得中国的传统美德、知道谦让和礼仪；通过武术技术教学，培养学生的身体机制；还有利于加强爱国主义教育。在20\_年上半年，教育部研究体育教材的变化，希望一些简单的武术操、武术基本组合、简单三段以内的动作套路到中小学的教科书中成为必修课程。这一举措更说明国家对传统武术文化在学校教育中传承得到国家有关部门的高度重视。

**武术套路论文范文大全 第四篇**

通过对散打腿法单项进攻技术总体情况表2可以看出,鞭腿、踹腿、蹬腿是腿法进攻技术的主要组成部分,20\_年第十二届全国运动会散打比赛决赛在60场比赛中鞭腿主动进攻运用次数846次,运用率68%,成功次数403次,成功率48%,平均每局使用次；踹腿主动进攻运用次数204次,运用率15%,成功次数114次,成功率56%,平均每局使用次；蹬腿主动进攻运用次数155次,运用率12%,成功次数72次,成功率47%,平均每局使用次；其他腿法主动进攻运用次数32次,运用率2%,成功次数8次,成功率25%,平均每局使用次；201 0年全国散打冠军赛在60场比赛中鞭腿主动进攻运用次数782次,运用率85%,成功次数423次,成功率54%,平均每局使用次；踹腿主动进攻运用次数72次,运用率7%,成功次数28次,成功率39%,平均每局使用次；蹬腿主动进攻运用次数44次,运用率4%,成功次数16次,成功率36%,平均每局使用次；其他腿法主动进攻运用次数17次,运用率1%,成功次数4次,成功率23%,平均每局使用次.

通过图1、2、3,在运用次数上,鞭腿的运用次数最高,在20\_年第十二届全国运动会散打比赛决赛上占整个腿法技术的68%,在20\_年全匡l散打冠军赛上占整个腿法技术的850,踹腿的运用次数次之,在20\_年第十二届全国运动会散打比赛决赛上占整个腿法技术的15%,在20\_年全国散打冠军赛上占整个腿法技术的7%,蹬腿的运用次数排在踹腿之后,在20\_年第十二届全国运动会散打比赛决赛上占整个腿法技术的12%,在20\_年全国散打冠军赛上占整个腿法技术的4%,其他腿法用的最少,在20\_年第十二届全国运动会散打比赛决赛上占整个腿法技术的2%,在20\_年全国散打冠军赛上占整个腿法技术的1%,通过以上数据可以看出,在散打腿法进攻技术中运用次数最多的是鞭腿,有着不可替代的地位,而侧踹腿和正蹬腿的运用次数不是很多,其他腿法则运用得更少.

**武术套路论文范文大全 第五篇**

武术的动作是攻防结合的基本技能之一，其目的就是在攻击压制的基础上，防御自己与进攻对方，使自己的危险降低地倒最低限度，并取得制胜的效果。

力量技术

武术动作的力量技术有两个层面：一是，大小的技术层面。以武术运动者自身力量的大小为基本要素，包括爆发力、耐力、握力、臂力、腰部力量、肩部力量、腿部力量，甚至几个项目对手指力量与颈部力量的要求等。在武术对抗中，自身的绝对性的力量体能是确保致胜的根本法宝之一。因此，动作力量的大小在一定程度上，直接绝对了打的胜算率。二是，智慧的技术层面。指在武术打斗的过程中，如何利用自身的优势与对方暴露出的缺陷或失误等，使自己的力量发挥到最大限度的因时制宜的发挥，包括借力打力、四两拨千斤、以柔克刚等等，既能化解自己绝对力量体能方面的不足，也能让自己处在安全并为制胜做好准备。另外，动作中的力量技术，还体现在主动进攻方的自我保护能力等，例如在对方实力远超己方的情况下，动作的力量控制情况直接决定着自我受损程度，自己使出的击打力量越大，自己可能受到的伤害越严重，反之则轻。

部位技术

由于人体部位在人体中起到的作用不同，因此，在武术击打中所产生的效果也不同。结合武术动作的目的，部位技术有两种：一是，要害部位击打技术。主要是指手臂、腿、背部、肩部、臀部等，一些在承受某种力量强度的打击后，不至于直接丧失反抗能力或受重伤甚至丧命的部位击打技术，其技术重点在于让对方在短时间内失去反抗能力，或降低自己的抵御和进攻能力，为己方创造更大的制胜机会和几率。二是，要害部位击打技术。指头部、心脏部位、肝脾肾部位、男性裆部等，在击打后容易直接导致重伤害甚至直接出现生命危险的部位，控制在适当的力度下，既让对方丧失短暂的抵抗力，又不至于导致伤害的产生，是力量技术、部位技术的巧妙结合。结合中国武术动作的实践，一些关键的关节、穴位等，也是打的重要部位，既能让对手瞬间被控制，也能确保省时省力的情况下制胜。例如在武术对抗实践中，针对对手膝关节的打击，能让其处于身高和身体力量重心的失衡状态中，为己方取胜创造最佳的连续击打契机，甚至是直接获胜。

**武术套路论文范文大全 第六篇**

在当前法治社会，武术打斗的伤害功能逐渐退化，武术动作的艺术和技术功能逐渐提升。尤其在武术艺术化和武术表演经济的带动下，武术动作的技术性向着观赏性的艺术层面提升，是群众健身、群众健美、群众娱乐与群众综艺活动的时代需求。

极限挑战性的艺术创新

极限挑战性的艺术创新，可以以武术运动者的身体某硬度、肢体柔韧性、身体力量，以及击打的速度等为载体，在通过某种专业训练以后，在特定安全条件下去挑战以往的相关记录，如出拳速度、拳击打的瞬间力量大小等。能为其他的武术学习者或爱好者等，提供训练方式方法、训练技术方面的参考价值。

健身性艺术的创新

健身性艺术的创新，可以以当前比较普遍受群众欢迎武术运动项目为主，如武术健身操、武术健美舞等，这类的武术活动以简便易行和喜闻乐见的方式，实现了武术动作向着艺术方向的转化，把原本具有攻击性的动作，改造为了具有健身作用的舞“打”动作，还有一些适合老年人的武术项目，例如太极剑、太极舞、太极扇，以及日常健身气功的训练等。

表演性艺术的创新

表演性艺术的创新，可以根据各种舞台表演的需要，以某种武术项目作为核心项目，对武术动作进行舞台化、艺术化、表演化与观赏性的改编，使武术动作能以更好的造型美、节奏美、队列队形美、个人姿态美等，为观众和武术运动者自身提供美的运动享受。例如每年中央电视台的春节联欢晚会上的武术节目，就属于这种武术动作的典型艺术化。

**武术套路论文范文大全 第七篇**

1苗族传统武术传承的山地特征

首先，苗族人民由于山地的原因，居住环境呈现出大杂居小聚居的局面，导致居住较为分散，居民之间的交流一般只是局限于家族间的交流，导致武术文化不能得到很好地相互交融。其次，苗族人民当时的发展情况并不算文明进步，因此受到传统封建思想的影响比较大，再加上山地地貌无法改变，就导致传承武术的范围只局限于家族之间，并且在封建宗法的影响下，传男不传女的思想根深蒂固，这就大大限制了苗族传统武术的传承与发展。最后，山地是天然的屏障，再加上明清两朝所修建的苗疆边墙，使得苗族人民的生产生活受到了严重的封闭式的影响。这些对武术文化也不例外。由于无法吸收外来的先进的武术文化，导致苗族传统武术只能呈现重复性的循环发展，这些都是由于山地的闭塞性而导致的。

2苗族传统武术文化的发展路径

苗族传统武术简介

苗族武术源远流长，距今已经有几百年之久。苗拳中的“蚩尤拳”据传诞生于公元前25世纪以前的蚩尤时代。苗族武术是中华武术大系中的重要组成部分。苗族武术几经演变，不断地吸收民族文化涵养，逐渐形成了内涵丰富的苗族传统武术文化，具有浓郁的民族特色和淳朴的乡土气息。而其实，苗族传统武术的出现与发展，与苗族人民的反抗斗争历史有密切的关系。

苗族传统武术的发展

且不说苗族武术萌芽于原始社会，主要始于原始民族与恶劣的自然环境的斗争。当时的苗族人民为了生存，采用击打等方式与野兽进行搏斗。而现在历经千百年的积累和演变之后的苗族武术，就不得不追溯到明清两代时期。当时的明朝是战火纷飞的年代，明军政府与苗族人民的军事冲突日益加剧，其损失简直不可估量。在这种与苗疆地区大规模军事的冲突过程中的损失让政府无法负担，因此政府终于下定决心大规模修建苗疆边墙，对苗疆地区采取了隔离与区分的方式。清政府更为残酷，使用了以苗制苗的策略，挑拨不同地区苗族人民之间的关系，利用xxx的激化来达到自身侵略和占有的目的。但是在这种强硬的压迫之下，更加激起了苗族人民与日俱增的反抗情绪。在这种被垄断的情况下，苗族人民不可抑制地激发出了更加强烈的反抗斗志。随着这样一股热血的斗志，与此相对应的出现在苗族人民之间的，必定是武力的大幅度提升。可以看出，苗族历来是封建统治者征讨的对象，因为苗族人民生性不畏xxx、崇尚武力，具有十分良好的反抗精神。因此，在苗族边疆地区，不管男女老少，几乎每人都懂得技击的常识和几手过硬的武功。这种武术的普及程度在中国是十分罕见的。明清时期的苗族人民对于封建统治者的压迫、侵略和歧视所持有的态度不是忍气吞声，而是一波又一波的反抗高潮。这种奋起反抗的现象让当时的封建统治者无可适从，因此，战争就成为当时不可避免的主题。从历史上看，苗族是中国众多偏远地区少数民族与封建统治者发生反侵略战争最频繁的民族。从这一点上，我们可以得知，苗族武术起源的主要原因是战争。在这个过程中，苗族人民的反抗意识不但没有磨灭殆尽，反而日益增长，保护自己家园的强烈愿望促使人们开始提升自己的格斗、械斗的技能和技巧。苗族人民的习武过程深受苗族传统文化的影响，那种不抗威严、面不改色、拼死xxx的态度占领着苗族习武者的内心。这些内心的思想活动也出现在武术当中。苗族武术的主要形式就是搏杀，以军事战争为目的进行习武训练。其价值功能就是在军事战争中能够在最短的时间内击毙敌人。为了实现这种军事目的，苗族人民开始寻找一些方法与形式，锻炼自己的体格，这就是苗族武术出现的主要原因。而随着社会历史进程的推进和发展，社会需要也逐渐发生了变化。不同时期的人民有着不同的需求，这种需求也逐渐展现在对于武术文化的需求方面。虽说武力冲突和战争是民族传统武术文化出现的外部因素之一，但是不可否认的是，强身健体、保家卫国的高涨情绪是苗族传统武术得以生存和发展的内部强大推动力。正如上文所说，明清两朝的压迫促使了苗族传统武术的发展，在封建统治者土崩瓦解之后，随着苗族人民与汉族人民日益和谐，文化交融进一步加深之后，苗族传统武术也开始吸收和接纳来自中国大地各大武术系别的精华，如少林寺武功、武当派武术等，使得苗族传统武术的拳种更加丰富多彩，武术系别更加精细。随着时代的发展，在现在中国社会主义和谐社会的背景之下，战争已经成为不再提起的话题，民族关系也日益和谐，xxx也相对缓和，民族冲突逐渐淡出了人们的视线。在这种情况下，以前以搏斗技能为主要价值导向和追求目标的苗族传统武术文化也逐渐发生了一些变化。现今的苗族传统武术文化内涵已经囊括了强身健体、文化娱乐、竞技体育等多方面因素和需求，这些都与社会发展和社会的和谐程度有关。由于人们现在生活富足，安居乐业，在日常生活中所用到的苗族传统武术更多的要朝着表演性、娱乐性的方向进行发展。现在的苗族武术中还增添了舞龙舞狮的内容，这些都是为了顺应时代发展的潮流而使得苗族传统武术文化发生的文化价值导向的变化。现在的各种苗族武术活动已经成为健身娱乐的必要选择之一，并且在节日的庆典、祭祀联欢活动中也经常看到苗族传统武术的身影。在时代的引领之下，现在的苗族传统武术文化已经有了崭新的内涵，具有了十分特殊的文化意义和文化价值。

3结语

苗族传统武术也是中华武术文化中重要的组成部分，苗族武术的发展也为中华武术的发展起到了一定的推动作用。本文根据苗族传统文化的生存环境，从苗族传统武术的发展路径和山地特征入手，对苗族武术文化进行了简要的分析，以期能够为苗族传统武术的传承和发展做出贡献。

**武术套路论文范文大全 第八篇**

精湛的技术是武术中取胜的基本条件，而以武术的体育科学视角分析，武术的动作则是运动者动作肢体动作配合下艺术美的创造。

造型艺术

造型美是武术艺术性的最直观表现之一。无论是徒手的各个派别的拳，还是运用十八般兵器的相关武术，每个类别或拳种中都有具有标识性的造型，使其既能展现相关拳术的特点，又能具有更高的艺术魅力。根据武术运动的实践可以分为两种：一是，独立性技能造型艺术。即在武术表演或武术格斗中，能把准备动作和预备进攻动作相统一的造型，如白蛇吐信、鹤飞九天、白鹤亮翅、金鸡独立等，运动者通过这种造型的完美表现，既能展现出个人的武术基本功和实力，也能以更优美、更英勇的气势，去震慑对方或感染观众等。二是，复合技能造型艺术。即在经过几个准备性的技能动作展示后所做出的武术造型，且此造型起到了攻防兼备的功能，如拗步拉弓、八方藏刀势等，既能起到舒活身心，也能把运动者的最佳技击状态激活。这种造型艺术，以一种静态的美呈现出来，把武术的观赏性充分挖掘和提炼，使其以更多样性的魅力，为运动者的健身、健美和极限挑战服务。

动态艺术

武术作为一种动态的民族传统体育项目，动态艺术是其基本的艺术要素和艺术元素的统一。从体育艺术的视角，表现为两种形式：一是，单造型技能的动态艺术。即某一种技能动作在连续性运用下，形成的力量美、速度美与动态造型美，如扫荡腿、旋风脚、流星拳等，以某种高的速度和大的力量呈现出来，便创造了武术的艺术美，观赏性和技击实用性便统一起来。二是，技能动作变化的动态艺术。武术作为以系列技能动作编排的套路体育项目，其完整项目表现是以特征性技能动作之间的衔接和变化来体现，其技能规律性的变化自身也是一种艺术，如太极拳就是挤、按、捋、采、靠等系类动作的变化中，呈现出了动静相宜、以柔克刚的艺术美。当然，武术动作的动态艺术还体现在节奏感、人与器械的和谐、人与环境的和谐、人与服装的和谐，以及人与现场音乐、现场活动主题的和谐等，以一种文化氛围的\'美、激情集中展现出来。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！