

周六中文课讲义

# 运动到底有多酷

(第六讲：一动一静)

2021/10/02 流年

(课件图片均来自网络)

# 中国武术

中国武术是传统体育项目之一，南方人称其为“功夫”。其起源可以追溯到原始时期。商周时期，利用“武舞”来训练兵士；春秋时期，齐恒公用“角试”来选拔勇士；秦汉时期，盛行角力与击剑，有宴乐兴舞的习俗；汉代以后，各种枪法开始出现。民国时期称武术为“国术”。中国武术主要有少林、武当、峨眉、南拳四派。



止戈为武，天人合一

[《中秋奇妙游》——太极 - YouTube](#)

[《中秋奇妙游》——武术舞蹈《少林功夫》 - YouTube](#)

# 故事里的功夫



## 鸿门宴 (项庄舞剑意在沛公)

## 十八般武艺样样精通

[中华文明之美：鸿门宴（上） - YouTube](#) [中华文明之美：十八般兵器 - YouTube](#)

[中华文明之美：鸿门宴（下） - YouTube](#) [中华文明之美：兵器的历史——剑 - YouTube](#)

[中华文明之美：兵器的历史——棍棒 - YouTube](#)

[中华文明之美：兵器的历史——刀枪 - YouTube](#)

# 棋行天下

围棋，古代称之为奕，诞生于四千多年前，并延续至今，久盛不衰。它是中国四大传统艺术形式“琴、棋、书、画”中的棋。象棋，具体产生于何处，现不可考证，但在中国普及度较围棋更广的一种棋类活动，它与国际象棋有诸多相似之处。



观棋不语，落棋无悔

[《中华文明之美》：下棋 - YouTube](#)

[《中华文明之美》：看现代体育运动的前身- YouTube](#)

# 棋文化

“琴棋书画”  
古琴、围棋、  
书法、绘画。



[《中华文明之美》：中国象棋的起源和发展bilibili](#)

[《中华文明之美》：看现代体育运动的前身-YouTube](#)