

序

这本书是武华文同志在1988年国家教委在五台山办的“全国高等院校暑期气功讲习班”教功时使用的教材，功法简便易行，取得了一定的成效。现在编辑出版，并配合录像带发行，它作为气功百花齐放中的一枝，是值得高兴的。

国家教委办气功讲习班，从1985年就开始了，每年暑期办一期，已有几年了。1986年7月16日国家教委体卫司曾发过（86）教体司字038号文件，许多人还不晓得，现抄录于下：

关于印发《中国传统体育保健 研讨会会议纪要》及 有关材料的通知



各省、自治区、直辖市教育委员会、高教（教育）厅（局），有关高等院校：

一九八六年六月，在山西省太原市召开了“中国传统体育保健”研讨会，会议就加强“传统体育保健”教学与科研的有关问题进行了初步的研讨，提出了在学校中加强这方面工作的重要性、可行性、紧迫性

的意见和今后如何开展这方面工作的建议、设想。现将《中国传统体育保健研讨会会议纪要》及有关材料印发给你们，请各地、各院校有关部门认真研究，积极组织实验，并将你们的意见和实际情况及时告诉我司。

附件 一、“中国传统体育保健”研讨会会议纪要

二、高师体育专业“传统体育保健”教学纲要（征求意见稿）

三、普通高等院校“气功”专项课教学纲要（征求意见稿）

四、气功练习的效果观察

1987年7月16日国家教委又对六届全国人大五次会议第201号提案作了答复，（见（87）教办字128号文件，这个提案是中国人民解放军代表团第四小组提出的）全文如下：

您提出的关于从教育入手，开展气功科学的教学和科研的建议收悉。现答复如下：

诚如建议中所谈，从教育入手、开展气功科学的教学和科研，确有十分重要的意义。为了在各级学校中开展“保健气功”的教学和科研。近年来我们做了以下一些工作。

一、在有条件的高等院校成立了科研机构。在部分省市建立了研究会。如山西大学成立了“民族传统体育研究所”、华东师范大学成立了“学校体育研究所”等，他们把在学校开展气功教学等作为重要的研究课题。湖北等地还成立了研究会，加强了对气功的

研究。一九八六年六月，我委在山西大学召开了“中国传统体育保健研讨会”，不少在这方面有研究、有经验的学者、教授参加了会议。认真研讨了今后在学校广泛开展这方面工作的意见和建议。会后，我委向各地教育行政部门印发了会议纪要和有关材料。

二、提倡在各级学校（首先是高等学校）中开展“保健功”的教学与科研，把“保健气功”列为高等学校学生的体育专选课，并初步制订了“普通高等学校气功专项课教学纲要”。目前正在积极试点，总结经验，摸索规律，逐步推开。

三、抓紧师资培养和教材建设。一九八六年九月，我们在修订高等师范院校体育专业教学计划（试点方案）时，在必修课程中增开了“保健气功”课程，并在“体育保健”课程中增加了气功方面的理论知识。今年暑假，我委将委托安徽师范大学开办高校教师“保健气功讲习班”，培训在职教师。同时，有几所院校目前正在编写“保健气功”教材，争取尽快脱稿，并在部分学校中试用。

四、气功防治近视的工作也已开始摆上议事日程。在近几年来各地开展气功防治近视实验研究的基础上，为了总结经验，共同提高，以便条件成熟时在中小学校推广应用，我委已委托华东师范大学筹办全国气功防治青少年近视经验交流会议。

关于建议中所提到的几个具体问题，我们的意见如下：

1. 关于作出规划、培养人才问题。从培养教师

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>