

《体育爱好者丛书》编辑委员会

主 编：江 声 丛明礼

副主编：魏雪平 梁庆法 白 艳

编辑委员：（按姓氏笔画顺序）王 洁 白 艳 丛明礼

江 声 李文英 周大强 郑小锋 梁庆法

魏雪平

出版说明

随着人民生活水平的提高，“生命在于运动”的道理，越来越为人们所理解，参加体育锻炼和关心体育运动的人越来越多。人们希望了解体育知识，要求懂得运动的科学道理和掌握锻炼身体的方法。基于此，我们组织编写了这套《体育爱好者丛书》。

体育运动的项目很多，内容丰富，为满足广大体育爱好者的不同需求，我们将分册出版这套丛书，力求做到内容深入浅出，通俗易懂，图文并茂，雅俗共赏。《中国式摔跤》是这套丛书中的一册，欢迎提出批评、建议。

前 言

摔跤运动是最古老的体育项目之一。由于地区差异、民族特点不同和摔法不一，所以摔跤的种类繁多。据不完全统计，在世界各民族中开展的摔跤活动有30多种。根据运动员的服装、允许使用的动作、决定胜负的标准等特点，可以把摔跤大致分为六类。

(一) 不许用腿使绊，不许抓握下肢的站立摔跤。如乌兹别克摔跤和我国的维吾尔族摔跤。

(二) 可以用腿使绊，但不许抓握下肢的站立摔跤。如我国蒙古族摔跤。

(三) 手腿使绊的站立摔跤。如中国式摔跤。

(四) 只能用上肢相互握抱，不许抓握下肢、不许用腿使绊的站立和跪撑摔跤。如古典式摔跤。

(五) 手腿使绊的站立和跪撑摔跤。如自由式摔跤、我国云南撒尼族摔跤。

(六) 手腿使绊和运用反关节技术的站立、跪撑摔跤。如柔道、桑搏。

虽然摔跤的种类很多，但在我国列为正式比赛项目的只有中国式摔跤、古典式摔跤、自由式摔跤以及柔道。

本书将中国式摔跤的发展情况，组织竞赛以及基本功、基本技术的练习方法编写成册，供广大摔跤爱好者参考。

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/>