

四、教材成果

序号	教材名称	出版社	出版时间	印刷册数	对象(填写主持人/成员)	作者位次
1	弘武实用英语 (第一册)	复旦大学出版社	2020-09-10	5000	成员(2)	1
2	弘武实用英语 (第二册)	复旦大学出版社	2021-03-05	5000	成员(2)	1
3	弘武实用英语 (第三册)	复旦大学出版社	2023-01-15	5000	成员(2)	1
4	中华优秀传统文化与武术文化	化学工业出版社	2024-01-12	8000	成员(4)	2
5	少林拳法入门	河南人民出版社	2023-08-10	3000	成员(2)	1
6	少林功夫	河南人民出版社	2019-12-01	3000	成员(9)	2
7	跨文化交际案例简析	吉林大学出版社	2019-07-30	3000	成员 (15)	2



弘武英语系列教材

总主编◎刘少鹏 李红 主审◎杨广俊

中原文化外译与传播项目

弘武实用英语

Practical English with Wushu Features

第一册

本册主编 李红 贾英晓



复旦大学出版社



弘武英语系列教材

总主编◎刘少鹏 李红 主审◎杨广俊

中原文化外译与传播项目

弘武实用英语

Practical English with Wushu Features

第一册

本册主编 李红 贾英晓

副主编 赵君明 高杰 滕传英 李荣晓

编者 李红 贾英晓 赵君明 高杰

滕传英 李荣晓 杨玉涛 张春芬



复旦大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

弘武实用英语. 第一册/李红, 贾英晓本册主编. —上海: 复旦大学出版社, 2020. 9
(弘武英语系列教材/刘少鹏, 李红总主编)
ISBN 978-7-309-15268-5

I. ①弘… II. ①李… ②贾… III. ①武术-英语-教材 IV. ①G852

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2020)第 154563 号

弘武实用英语. 第一册
李 红 贾英晓 本册主编
责任编辑/郑梅侠

复旦大学出版社有限公司出版发行
上海市国权路 579 号 邮编: 200433
网址: fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>
门市零售: 86-21-65102580 团体订购: 86-21-65104505
外埠邮购: 86-21-65642846 出版部电话: 86-21-65642845
上海华业装潢印刷厂有限公司

开本 787 × 1092 1/16 印张 26.75 字数 586 千
2020 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-309-15268-5/G · 2147
定价: 69.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司出版部调换。
版权所有 侵权必究

以**弘扬**中华文化为宗旨

以**实用**、够用为原则



弘武 英语系列教材

以**武术**为特色

融**思政**教育于英语学习

多维度**赋能**相关学习者

1. 扫码安装
“弘学”App



2. 打开App扫此码
获取本书音频



责任编辑 郑梅侠
封面设计 杨雪婷





弘武 英语系列教材

总主编 刘少鹏 李红 主审 杨广俊

中原文化外译与传播项目

弘武 实用英语

Practical English with Wushu Features

第二册

本册主编 李红 汤莹华



复旦大学出版社



弘武英语系列教材

总主编◎刘少鹏 李红 主审◎杨广俊

中原文化外译与传播项目

弘武实用英语

Practical English with Wushu Features

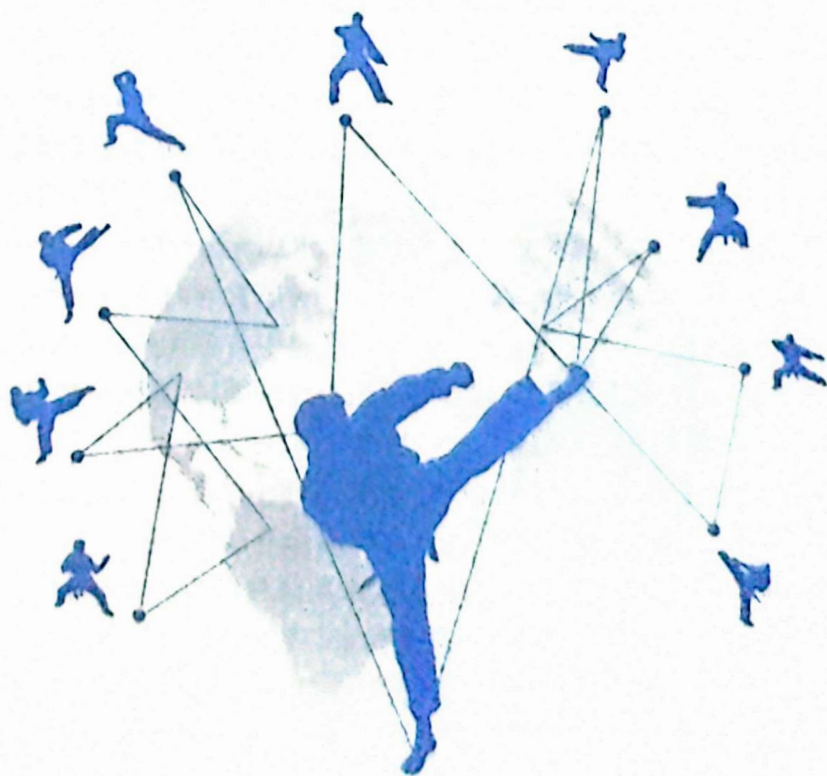
第二册

本册主编 李 红 汤莹华

副主编 李小慧 何梦丽 付晶晶 蔡胜凯

编 者 李 红 汤莹华 李小慧 何梦丽

付晶晶 蔡胜凯 李晓静 彭滢妃



复旦大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

弘武实用英语. 第二册/李红, 汤莹华本册主编. —上海: 复旦大学出版社, 2021. 3
(弘武英语系列教材/刘少鹏, 李红总主编)
ISBN 978-7-309-15470-2

I. ①弘… II. ①李… ②汤… III. ①武术-英语-教材 IV. ①G852

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2021)第 020347 号

弘武实用英语. 第二册
李 红 汤莹华 本册主编
责任编辑/郑梅侠

复旦大学出版社有限公司出版发行
上海市国权路 579 号 邮编: 200433
网址: fupnet@fudanpress.com http://www.fudanpress.com
门市零售: 86-21-65102580 团体订购: 86-21-65104505
外埠邮购: 86-21-65642846 出版部电话: 86-21-65642845
上海华业装潢印刷厂有限公司

开本 787 × 1092 1/16 印张 29.25 字数 640 千
2021 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-309-15470-2/G · 2199
定价: 73.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司出版部调换。
版权所有 侵权必究

以**弘扬**中华文化为宗旨

以**实用**、够用为原则



弘武 英语系列教材

以**武术**为特色

融**思政**教育于英语学习

多维度**赋能**相关学习者

1. 扫码安装
“弘学”App



2. 打开App扫此码
获取本书音频



责任编辑 郑梅侠
封面设计 杨雪婷

ISBN 978-7-309-15268-5



9 787309 152685
(含学习指导)
定价: 69.00元

www.fudanpress.com.cn



弘武 英语系列教材

总主编 刘少鹏 李红 主审 杨广俊



中原文化外译与传播项目

弘武 实用英语

Practical English with Wushu Features

第三册

本册主编 于翠叶 高原



复旦大学出版社



弘武英语系列教材

总主编◎刘少鹏 李红 主审◎杨广俊

中原文化外译与传播项目

弘武实用英语

Practical English with Wushu Features

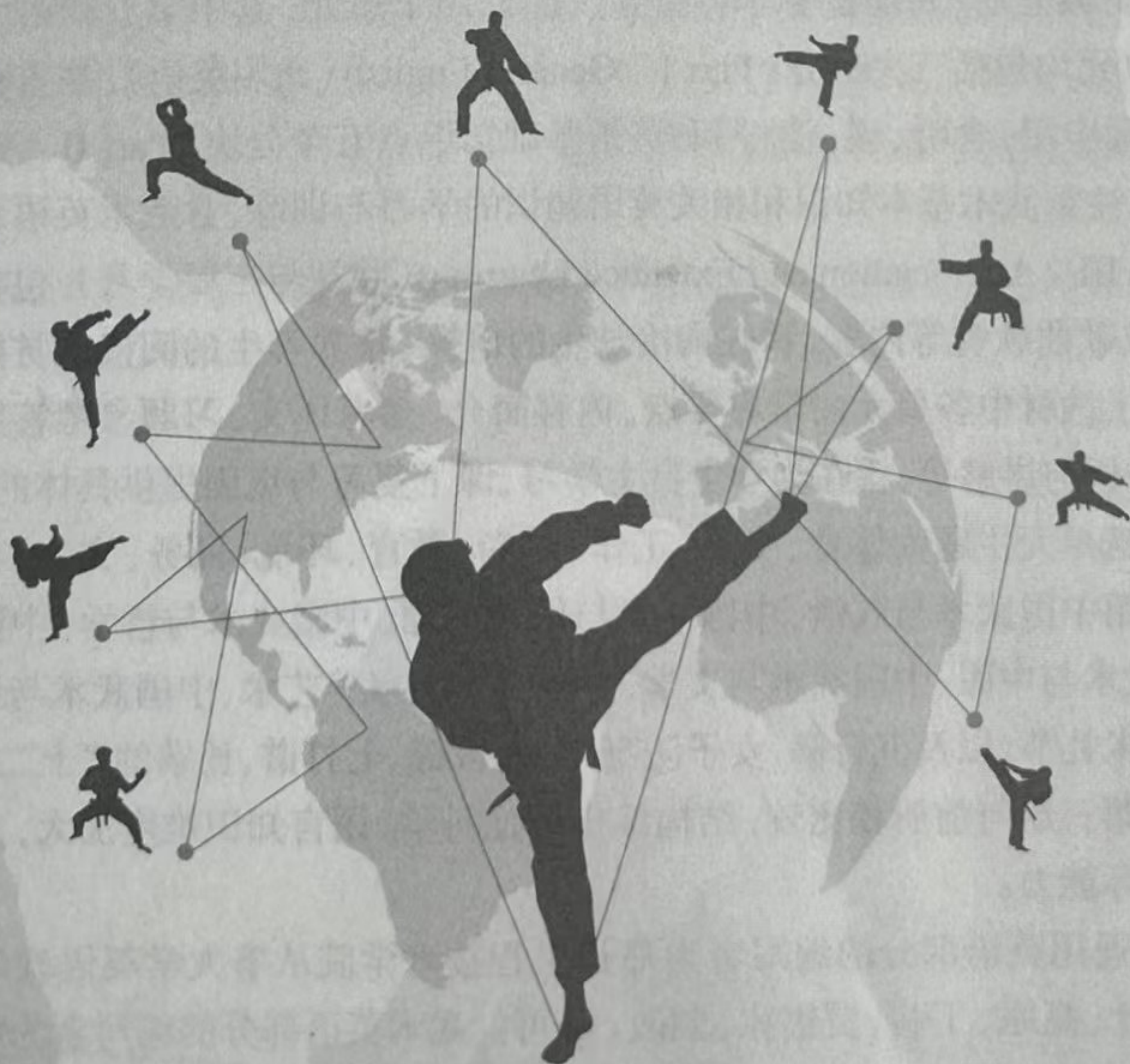
第三册

本册主编 于翠叶 高原

副主编 姚亚行 丁莉 刘改 贾银冰

编者 于翠叶 高原 姚亚行 丁莉

刘改 贾银冰 陈可



复旦大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

弘武实用英语. 第三册/于翠叶,高原本册主编. —上海:复旦大学出版社, 2023. 1
(弘武英语系列教材/刘少鹏,李红总主编)
ISBN 978-7-309-16382-7

I. ①弘… II. ①于… ②高… III. ①武术-英语-教材 IV. ①G852

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2022)第 155777 号

弘武实用英语(第三册)

于翠叶 高原 本册主编
责任编辑/郑梅侠

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编: 200433

网址: fupnet@fudanpress.com http://www.fudanpress.com

门市零售: 86-21-65102580 团体订购: 86-21-65104505

出版部电话: 86-21-65642845

上海华业装潢印刷厂有限公司

开本 787 × 1092 1/16 印张 33 字数 722 千

2023 年 1 月第 1 版

2023 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-309-16382-7/G · 2403

定价: 66.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司出版部调换。

版权所有 侵权必究

以**弘扬**中华文化为宗旨

以**实用**、够用为原则



弘武 英语系列教材

以**武术**为特色

融**思政**教育于英语学习

多维度**赋能**相关学习者

1. 扫码安装
“i学” App



2. 打开App扫此码
获取本书音频



责任编辑 郑梅侠
封面设计 杨雪婷

ISBN 978-7-309-16382-7



9 787309 163827 >

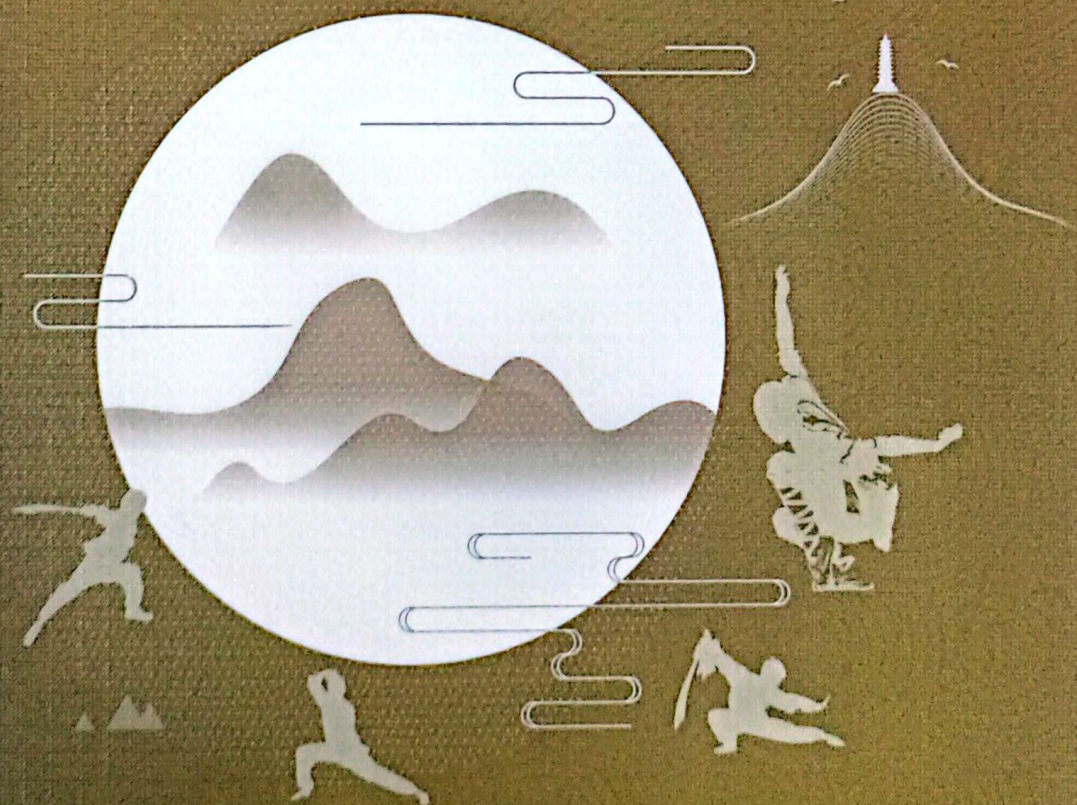
(含学习指导)

定价: 66.00元

www.fudanpress.com.cn

中华优秀传统文化 与武术文化

刘海钦 主编



扫描二维码
获取数字资源



化学工业出版社



中华优秀传统文化 与武术文化

刘海钦 主编



化学工业出版社

· 北京 ·



内容简介

本书内容分为上下两编，全景式呈现了博大精深的中华优秀传统文化，并聚焦于种类繁多、内涵丰富的武术文化。上编通过认识我们的文化——博大精深的精神文化、浩如烟海的物质文化、应运而生的制度文化、风韵绵长的风俗文化、中华优秀传统文化的中外交流六章，概述中华优秀传统文化之美；下编通过认识武术、武术的流派和种类、中华优秀传统文化与传统武术、武术的境界与文化内涵四章，以武术文化为载体进一步加强对学生的传统文化教育，助推学生人文素养、职业素养和专业素养的全面发展。

本书既可以作为一本了解中华优秀传统文化和武术文化的职业教育教材，也可作为感受中华优秀传统文化和武术文化特色的通俗读物。

图书在版编目（CIP）数据

中华优秀传统文化与武术文化/刘海钦主编. —北京：化学工业出版社，2024.2
ISBN 978-7-122-44830-9

I. ①中… II. ①刘… III. ①武术-文化研究-中国
IV. ①G852

中国国家版本馆CIP数据核字（2024）第000742号

责任编辑：张雨璐 迟 蕾 李彦玲 文字编辑：谢晓馨 刘 璐
责任校对：李雨函 装帧设计：王晓宇

出版发行：化学工业出版社
（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）
印 装：河北鑫兆源印刷有限公司
787mm×1092mm 1/16 印张15³/₄ 字数250千字
2024年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888 售后服务：010-64518899
网 址：<http://www.cip.com.cn>
凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：49.80元

版权所有 违者必究



编写人员名单

主 编 刘海钦

副主编 李 光 张志莹 李 晨 戴 缘

编 委 武丹丹 刘少勇 刘少烨 杜思黎



前言

国民之魂，文以化之；国家之神，文以铸之。中华优秀传统文化对当代青少年来说是一笔宝贵的精神财富，也是一个气象万千的知识宝库。我们学习中华优秀传统文化、传承优秀传统文化，可以丰富自己的精神世界。心中中华优秀传统文化的精髓越多，现代化的眼光就越深邃，责任感和使命感就越强烈。

中华优秀传统文化中，武术文化是一个奇葩。它多样丰富，文化深厚，世界独有；它历史悠久，至今活力依旧，引人注目。笔者把它单独列出来，让热爱武术、向往武术的人可以更深入地了解武术文化。

学习中华优秀传统文化，读书是先导。读书的同时还应加上思考、体验、实践。思考是指我们要在读书的同时，想一想中华优秀传统文化为什么能传承至今？还有哪些传统文化已成为历史？中华优秀传统文化要不要现代化？怎样才能现代化？体验是指中华优秀传统文化依然存在于我们的历史和现实生活中，我们要去了解它，感受它。到博物馆去，到古城去，到北方的草原、大漠去，到南方的山林、村寨去，考察和体验鲜活的中华优秀传统文化。实践是指真正把握传统文化的真谛必须通过实践，特别是武术文化。武术习练中，内外兼修，用心体悟，悟出精气神，悟出文化内涵，才能达到形神兼备的武术高境界。

教育部印发的《完善中华优秀传统文化教育指导纲要》呼吁青少年朋友要认真汲取中华优秀传统文化的思想精华和道德精髓，大力弘扬以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神，继承阐发中华优秀传统文化讲仁爱、重民本、守诚信、崇正义、尚和合、求大同的时代价值，争做中华优秀传统文化的守护者、传承者、践行者，为展示中国文化，诠释中国文明，弘扬中国精神，彰显中国力量，展现当代青少年的风采。

攀登中华优秀传统文化精神巅峰，登高望远，于个人，可以拓展自己的人生长度和宽度；于民族，可以夯实精神厚度，提升发展韧度。我们走自己的路，具有无比广阔的舞台，具有无比深厚的历史底蕴，具有无比强大的前进定力。中国人民应该有这个信心，每一个中国人都应该有这个信心。

编者

2023年12月



● 上编 中华优秀传统文化 001

第一章 认识我们的文化 002

第一节 文化与文明 004

第二节 中华优秀传统文化与中华优秀传统文化 008

第二章 博大精深的精神文化 018

第一节 中华优秀传统文化典籍 020

第二节 中华传统审美文化 033

第三章 浩如烟海的物质文化 051

第一节 中国古代天文历法 053

第二节 中国传统医学文化 058

第三节 中国古代科学技术 062

第四节 中国古代生活文化 075

第五节 中国传统园林建筑 088

第四章 应运而生的制度文化 095

第一节 历史悠久的宗法制度 096

第二节 尊师重道的教育制度 100

第三节 相对公平的科举制度 111

第四节 经久不衰的古代实科教育 114

第五章 风韵绵长的民俗文化 119

第一节 中国古代礼仪文化 121

第二节 中国古代礼仪 124

第三节 中国传统节日文化 135



第四节	各具特色的地域风俗	150
第六章	中华优秀传统文化的中外交流	160
第一节	古代中外文化交流的主要通道	161
第二节	古代中外文化交流的演变	165
第三节	中华优秀传统文化在世界的传播	168
● 下编	武术文化	175
第七章	认识武术	176
第一节	武术的概述	177
第二节	武术的起源与发展	180
第八章	武术的流派和分类	194
第一节	古代武术的流派	195
第二节	现代武术的分类	206
第九章	中华优秀传统文化与传统武术	215
第一节	武术与儒、释、道	216
第二节	武术与中医养生	220
第三节	武术与军事	225
第四节	武术与文学艺术	227
第十章	武术的境界与文化内涵	235
第一节	武术的境界	237
第二节	武术的文化特征	238
第三节	武术的素养	240
	参考文献	244



中华优秀传统文化
与武术文化

销售分类建议：文化/武术

ISBN 978-7-122-44830-9



定价：49.80元



河南省人民政府外事办公室 总策划
FOREIGN AFFAIRS OFFICE
THE PEOPLE'S GOVERNMENT OF HENAN PROVINCE



中华源·河南故事
CHINESE CIVILIZATION
Stories from Henan

少林功夫 SHAOLIN KUNGFU

主编 万正峰
EDITOR-IN-CHIEF: WAN ZHENG FENG



河南大学出版社
HENAN UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

中华源·河南故事·少林功夫 / 万正峰主编. — 郑州 :
河南大学出版社, 2019.3

ISBN 978-7-5649-2663-2

I. ①中… II. ①万… III. ①地方文化—河南—通俗读物
②少林武术—通俗读物 IV. ①G127.61-49 ②G852-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 047023 号

责任编辑 马元珍

责任校对 时 娇

封面设计 翟淼淼

出版发行 河南大学出版社

地址: 郑州市郑东新区商务外环中华大厦2401号 邮编: 450046

电话: 0371-86059701 (营销部) 0371-86059753 (大众读物分公司)

网址: www.hupress.henu.edu.cn

排 版 河南博雅彩印有限公司

印 刷 河南博雅彩印有限公司

版 次 2019年12月第1版

印 次 2019年12月第1次印刷

开 本 710 mm × 1010 mm 1/16

印 张 12.75

字 数 183千字

定 价 63.00元

版权所有侵权必究

本书如有印装质量问题, 请与河南大学出版社营销部联系调换

“中华源·河南故事”系列丛书编委会

顾 问 黄友义 杨 平 范大祺
名誉主任 穆为民 何金平
主 任 付 静
副 主 任 陈志伟 刁玉华 李向前 李 镇 梁留科
刘金锋 孔留安 史永庆 田 凯 许二平
万正峰 杨建伟 杨玮斌 王建修 王自文
张改平 张松文 赵卫东

主 编 付 静
执行主编 杨玮斌
编 委 陈 玮 丁 锐 高 阳 徐恒振

中华源·河南故事·少林功夫

主 编 万正峰
副 主 编 康红阳 吕宏军 刘国仕(英文)
中文撰稿 吕宏军 吕道玉
英文译者 焦 丹 刘红强 张 翼 李世锋
英文审校 [美] Donald Richard Weck
摄 影 和来贵 刘彦辉

ISBN 978-7-5649-2663-2



9 787564 926632 >

定价：63.00 元

河南省人民政府外事办公室 编
FOREIGN AFFAIRS OFFICE
THE PEOPLE'S GOVERNMENT OF HENAN PROVINCE



中华源·河南故事
CHINESE CIVILIZATION
Stories from Henan

少林拳法入门

AN INTRODUCTION TO SHAOLIN QUAN

主编 刘少鹏
EDITOR-IN-CHIEF LIU SHAOPENG



 河南大学出版社
HENAN UNIVERSITY PRESS

中华源·河南故事
CHINESE CIVILIZATION
Stories from Henan

少林拳法入门

AN INTRODUCTION TO SHAOLIN QUAN



河南省人民政府外事办公室 编

 河南大学出版社
HENAN UNIVERSITY PRESS

· 郑州 ·

图书在版编目(CIP)数据

中华源·河南故事. 少林拳法入门: 汉英对照 / 河南省人民政府外事办公室编. — 郑州: 河南大学出版社, 2023. 8

ISBN 978-7-5649-5657-8

I. ①中… II. ①河… III. ①地方文化—河南—通俗读物—汉、英②少林拳—通俗读物—汉、英 IV.

① G127.61-49 ② G852.15-49

中国国家版本馆 CIP 数据核字 (2023) 第 197567 号

少林拳法入门

SHAOLIN QUANFA RUMEN

责任编辑 杨光辉

责任校对 屈琳玉

封面设计 翟森森

版式设计 郭 灿

出版发行 河南大学出版社

地址: 郑州市郑东新区商务外环中华大厦2401号 邮编: 450046

电话: 0371-86059701 (营销部)

0371-86059750 (高等教育与职业教育分公司)

网址: hupress.henu.edu.cn

排 版 河南大学出版社设计排版部

印 刷 河南华彩实业有限公司

版 次 2023年8月第1版

印 次 2023年8月第1次印刷

开 本 710 mm × 1010 mm 1/16

印 张 11.75

字 数 248千字

定 价 58.00元

版权所有, 侵权必究

本书如有印装质量问题, 请与河南大学出版社营销部联系调换。

“中华源·河南故事”系列丛书编委会

顾 问 黄友义 杨 平 范大祺
主 任 梁杰一
副 主 任 卞 科 陈 岩 陈志伟 刁玉华 方启雄 韩国河
惠 康 焦开举 介晓磊 孔留安 李冰冰 李 俊
刘炯天 李向前 李 镇 梁留科 刘金锋 马萧林
牛书成 牛卫国 屈凌波 屈鹏飞 史永庆 田 凯
万正峰 王建修 王清义 王自文 许二平 杨建伟
杨玮斌 俞海洛 张改平 张俊峰 张明超 张松文
赵卫东

主 编 梁杰一
副 主 编 李冰冰
编 委 陈国良 陈 玮 丁 锐 高 阳 徐恒振 郑延保
游 嫔 郭 远

中华源·河南故事·少林拳法入门

主 编 刘少鹏
副 主 编 刘少菲 田 冲 张志莹
中文撰稿 田 冲 张志莹 冯俊杰 姚亚行 张献科
英文翻译 梅 冰 杨书霞 杨广俊 方金丹 于雪梅
英文审校 [美]Rex Troumbley

The Editorial Committee
Chinese Civilization
Stories from Henan

Consultants	Huang Youyi Yang Ping Fan Daqi
Director	Liang Jieyi
Deputy Directors	Bian Ke Chen Yan Chen Zhiwei Diao Yuhua Fang Qixiong Han Guohe Hui Kang Jiao Kaiju Jie Xiaolei Kong Liu'an Li Bingbing Li Jun Liu Jiongtian Li Xiangqian Li Zhen Liang Liuke Liu Jinfeng Ma Xiaolin Niu Shucheng Niu Weiguo Qu Lingbo Qu Pengfei Shi Yongqing Tian Kai Wan Zhengfeng Wang Jianxiu Wang Qingyi Wang Ziwen Xu Erping Yang Jianwei Yang Weibin Yu Hailuo Zhang Gaiping Zhang Junfeng Zhang Mingchao Zhang Songwen Zhao Weidong

Chief Editor	Liang Jieyi
Deputy Chief Editor	Li Bingbing
Editors	Chen Guoliang Chen Wei Ding Rui Gao Yang Xu Hengzhen Zheng Yanbao You Hua Guo Yuan

Chinese Civilization
Stories from Henan
An Introduction to Shaolin Quan

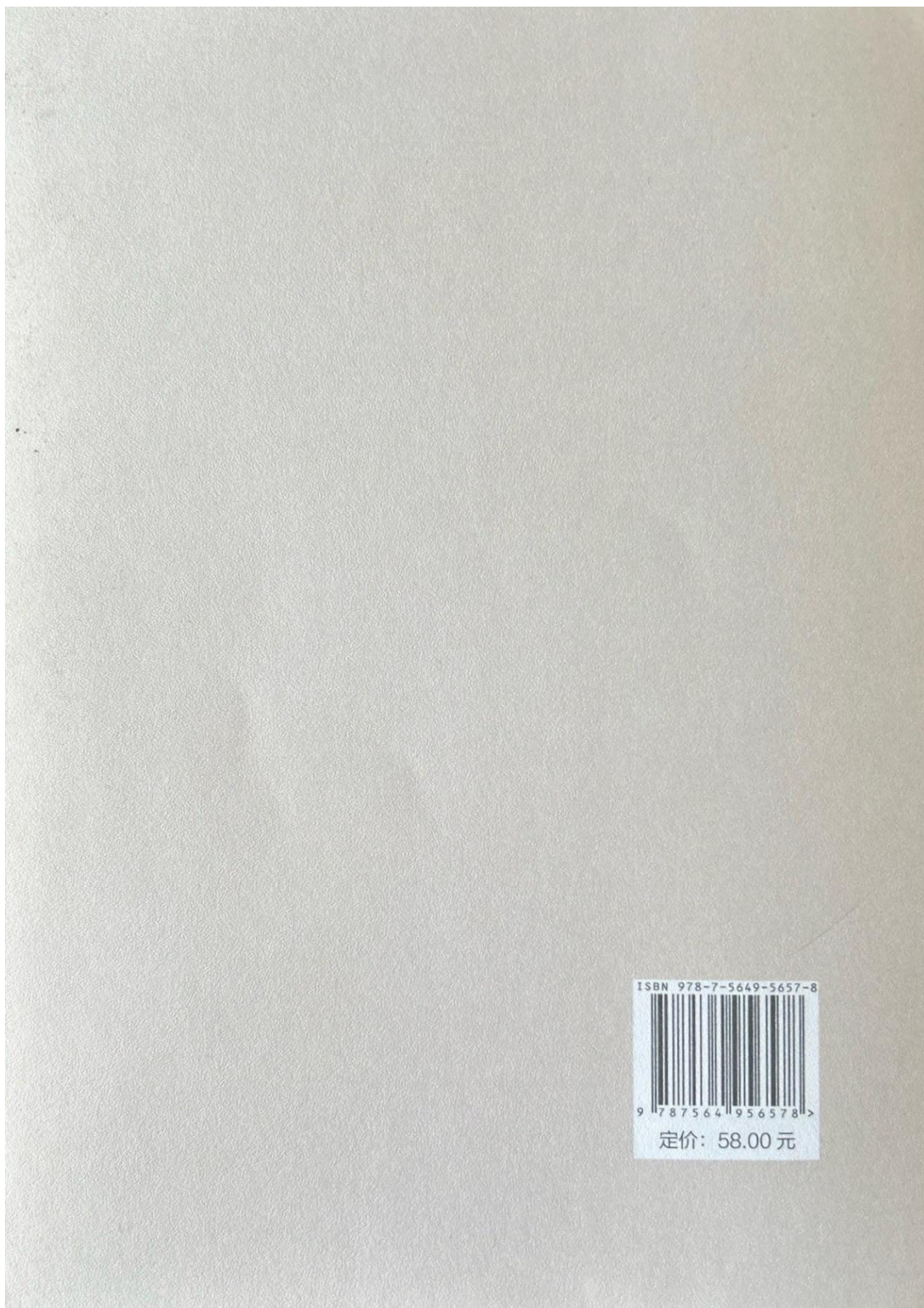
Editor-in-Chief	Liu Shaopeng
Associate Editors-in-Chief	Liu Shaofei Tian Chong Zhang Zhiying
Writers	Tian Chong Zhang Zhiying Feng Junjie Yao Yaxing Zhang Xianke
Translators	Mei Bing Yang Shuxia Yang Guangjun Fang Jindan Yu Xuemei
Translation Proofreader	Rex Troumbley(U. S.)

目 录

Contents

第一章 少林拳概述	001
一、少林寺与少林拳	002
二、少林拳的历史渊源	002
三、少林拳的技法要领	008
四、学拳旨要	014
Chapter 1 Overview of Shaolin Quan	001
I .The Shaolin Temple and Shaolin Quan	003
II .Historical Origins of Shaolin Quan	005
III.Key Techniques of Shaolin Quan	009
IV.Essentials for Learning Shaolin Quan	015
第二章 少林拳基础技术技法	021
一、少林拳基本手型与步型	022
二、少林拳基本技法	032
Chapter 2 Basic Techniques and Skills in Shaolin Quan	021
I .Basic Hand and Foot Techniques of Shaolin Quan	023
II .Basic Techniques of Shaolin Quan	033
第三章 少林拳基础练习	051
一、面壁功	052
二、椅子桩	052
三、丁步桩	054
四、弓步斜行	054

五、马步单鞭	056
六、虚步挑掌	058
七、仆步切掌	060
八、歇步冲拳	060
九、转身推掌	062
Chapter 3 Practice of Basics in Shaolin Quan	051
I. Wall-facing Practice	053
II. Chair-shaped Half-squat Stance	053
III. T-shaped Half-squat Stance	053
IV. Diagonal Bow Stance	055
V. Horse Stance with Single Whip	057
VI. Empty Stance with Uplift Palm	057
VII. Flat Stance with Slicing Palm	059
VIII. Rest Stance with Punch Fist	061
IX. Turning Body with Pushing Palm	061
第四章 少林拳套路	065
一、少林罗汉十八手	066
二、连环拳	086
Chapter 4 Shaolin Quan Routines	065
I. Arhat Eighteen Hands	067
II. Interlinked Fist	087



跨文化

交际案例简析

贾晓蕾 著



吉林大学出版社

跨文化交际案例简析

贾晓蕾 著

张君凤 武丹丹 副主编

④ 吉林大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

跨文化交际案例简析 / 贾晓蕾著. — 长春 : 吉林大学出版社, 2019. 7

ISBN 978-7-5692-5223-1

I. ①跨… II. ①贾… III. ①文化交流—案例 IV. ①G115

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第156470号

书 名 跨文化交际案例简析
KUA WENHUA JIAOJI ANLI JIANXI

作 者 贾晓蕾 著
策划编辑 张维波
责任编辑 樊俊恒
责任校对 陶 冉
装帧设计 陈 卫
出版发行 吉林大学出版社
社 址 长春市人民大街4059号
邮政编码 130021
发行电话 0431-89580028/29/21
网 址 <http://www.jlup.com.cn>
电子邮箱 jdebs@jlu.edu.cn
印 刷 吉林省恒盛印刷有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 11.75
字 数 240千字
版 次 2019年7月 第1版
印 次 2019年7月 第1版
书 号 ISBN 978-7-5692-5223-1
定 价 45.00元

版权所有 翻印必究

策划编辑 张维波
责任编辑 樊俊恒
责任校对 陶 冉
装帧设计 陈 卫

跨文化
交际案例简析

