

## 第十五章

# 中国的体育健身

# 传统体育

# 传统体育

- \* 许多的民族传统体育项目，不仅能够锻炼身体，还有很高的艺术价值和丰富的娱乐、教育功能。
- \* 如武术、气功、中国式摔跤、中国象棋、围棋等。

# 武术

- \* 武术就是所说的“中国功夫”。
- \* 包括各种器械套路和对抗运动形式。
- \* 既能养生保健，又能自卫防身，还具有很强的观赏性。



# 气功

- \* 是一种独特的健身术，有着五千多年的历史。
- \* 气功包括形、气、理三方面内容，练功者通过控制意念、调整呼吸、实现身心和谐，达到锻炼身体、治疗疾病的目的。



# 赛龙舟

- \* 赛龙舟已经成为中国国家体育比赛项目，每年都会有“屈原杯”龙船赛。



# 放风筝

- \* 中国是风筝的故乡
- \* 又叫纸鸢、纸鹞
- \* 是中国古代的重要发明之一，被称为人类最早的飞行器。



NO:20101125175514057163

# 扭秧歌

- \* 是一种具有代表性的民间舞蹈，起源于农业生产劳动。
- \* 扭秧歌很适合不同年龄的人参与，尤其受到中老年妇女的喜爱。



# 围棋

- \* 围棋是一种智力游戏，起源于中国，后来流传到日本、韩国及欧美国家。
- \* 棋子分黑白两色，有黑子**181**个、白子**180**个。



# 当代体育

# 全民健身

- \* 为了增强人民体质、提高全民健康水平，中华人民共和国就成立了中华全国体育总会。



踢毽子



跳绳

# 竞技体育

- \* 乒乓球是中国最有群众基础，取得世界冠军最多的项目。
- \* 羽毛球、跳水、体操、举重、射击、排球等项目也都是中国体育的强项。



# 体育彩票

- \* 是一项社会公益事业，是为了加快体育事业的发展、弥补体育经费的不足而采取的一项活动。
- \* 中国的体育彩票有两种：即开型彩票和电脑彩票

# 普通投注



第20009期 01-20 20:00(周一) 截止投注

第20008期 开奖: 14 17 19 24 32 | 01 06

至少选择5个前区, 2个后区号码



01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	32	33	34	35

01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12		

历史  
中奖匹配



1注 2元

确定

## 体彩 超级大乐透

中国体育彩票

第18055期 2018年05月14日 开奖  
123456-789012-345678-901234 123456 /fwzMw

- 单式票 追加投注2倍 样票
- ① 03 09 18 20 35 + 01 05
  - ② 01 06 22 26 34 + 06 12
  - ③ 06 11 16 21 27 + 11 12
  - ④ 07 13 20 25 29 + 08 12
  - ⑤ 01 21 22 24 35 + 03 06

乐善码 01 06 22 24 34 + 08 12

感谢您为公益事业贡献 10.8元  
幸福里10号公益小区内

01-000005-106 00005 18/02/28 16:56:26



多期票不参与

四等奖2注  
奖金=50\*2

六等奖2注  
奖金=3\*2

追加参与, 倍投、  
胆拖、复式适用

六等奖2注  
奖金=3\*2

“乐善码”  
一票一号

# 中国与奥林匹克

- \* 北京获得了2008年第29届夏季奥运会的主办权。
- \* 2008年奥运会的吉祥物是“福娃”，一共有5个
- \* 他们的名字是贝贝、晶晶、欢欢、迎迎、妮妮，连在一起就是“北京欢迎你”。
- \* 国家体育场就是“鸟巢”，国家游泳中心就是“水立方”。

# 福娃 Friendlies



福娃贝贝  
Beibei



福娃晶晶  
Jingjing



福娃欢欢  
Huanhuan



福娃迎迎  
Yingying



福娃妮妮  
Nini



# 太极拳、象棋与麻将

# 太极拳

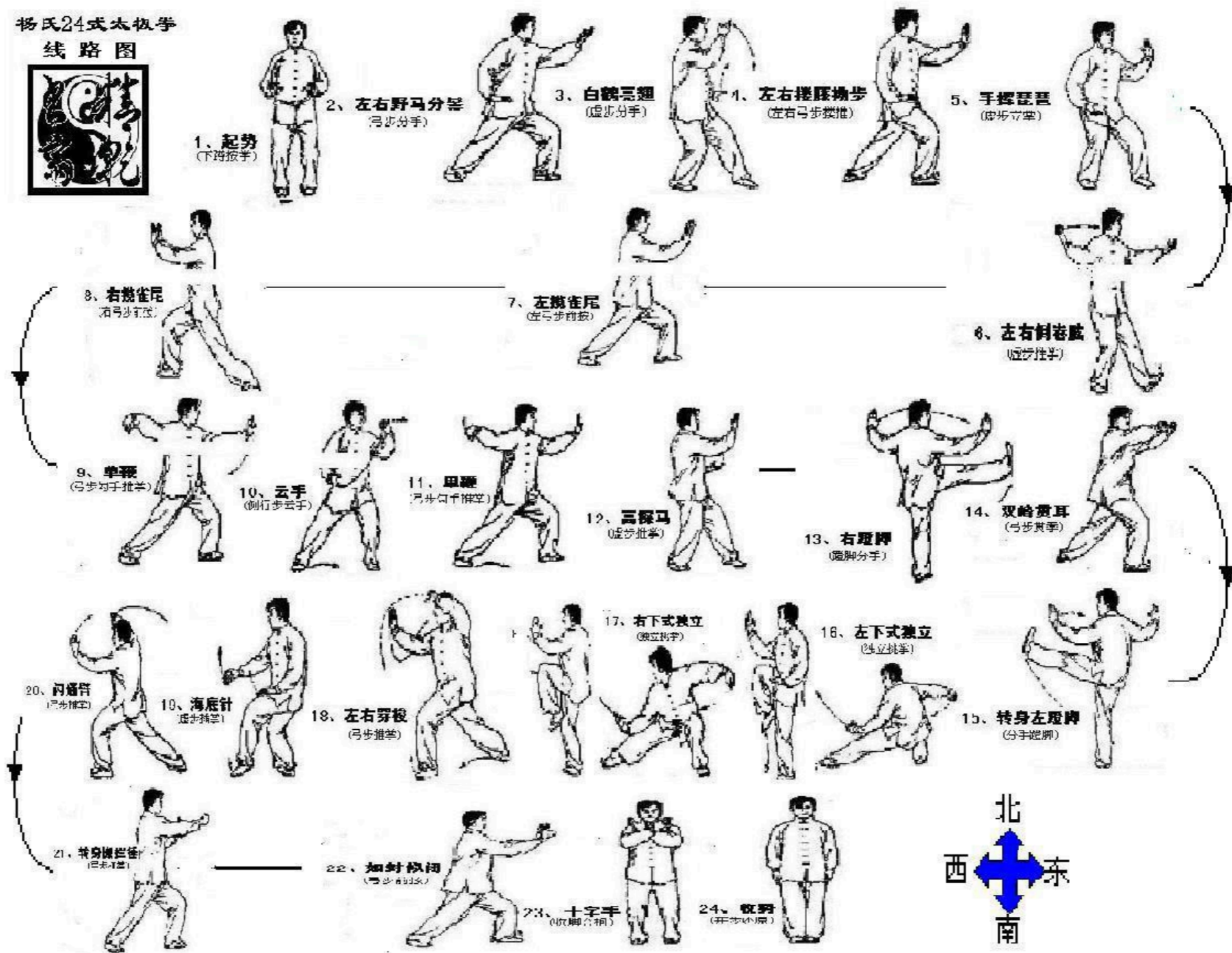
- \* 是中国武术的代表之一，属于内家拳法。
- \* 太极拳有多种流派。
- \* 陈氏太极拳是最古老的拳种之一。

# 学太极拳



庆源太极拳馆

杨氏24式太极拳  
线路图



# 象棋

- \* 是属于二人对抗性游戏的一种。
- \* 有32枚棋子，一般是黑红两色。



# 麻将

- \* 是四人骨牌游戏，原本是皇家贵族的游戏。
- \* 不同地区的游戏规则稍有不同。



图片来源：视觉中国 www.vcg.com



下次再见👋!