

<<剑道>>

图书基本信息

书名：<<剑道>>

13位ISBN编号：9787810513425

10位ISBN编号：7810513427

出版时间：1998-10

出版时间：北京体育大学出版社

作者：何端

译者：董子红/等

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<剑道>>

书籍目录

目录

- 第一章 何谓剑道 [第1教程]
 - 一、剑道的目的
 - 二、剑道的效果
- 第二章 剑道的历史 [第2教程]
 - 一、剑道的开端
 - 二、剑道的发展
 - 三、明治时代以后的剑道
 - 四、剑道的复活
- 第三章 剑道基础知识
 - 一、学习剑道的知识 [第3教程]
 - 二、拍拍看, 击击看 [第4教程]
 - 三、竹剑挥动的途径 练习挥剑 [第5教程]
- 第四章 剑道基本动作的练习
 - 一、各种姿势 [第6教程]
 - 二、理解身体移动法 [第7教程]
 - 三、一人静止, 一人击打 [第8教程]
- 第五章 剑道准备阶段的练习
 - 一、一面移动, 一面击打 [第9教程]
 - 二、抓住对方的变化 [第10教程]
 - 三、左、右腹部的连续击(一) [第11教程]
 - 四、左、右腹部的连续击(二) [第12教程]
 - 五、左、右面部的击法 [第13教程]
- 第六章 剑道初级阶段的练习
 - 一、关于攻与击 [第14教程]
 - 二、对应对方变化的攻击法(二段连击) [第15教程]
 - 三、初步的拨击法 [第16教程]
 - 四、初步的擦击法 [第17教程]
 - 五、对应对方变化的攻击法(三段连击) [第18教程]
 - 六、初步的打击法(打击面、打击手) [第19教程]
 - 七、体碰、退击与追击法 [第20教程]
 - 八、出端法(出端面、出端手) [第21教程]
- 第七章 剑道中级阶段的练习
 - 一、中级擦击法(面擦击面, 擦击腹) [第22教程]
 - 二、中级回击法(面回击腹, 手回击手) [第23教程]
 - 三、打击法与连续击法的配合 [第24教程]
 - 四、体碰、退击腹与追击面的连续 [第25教程]
 - 五、高级连续击法 [第26教程]
- 第八章 剑道高级阶段的练习
 - 一、抓住对人表里进攻的变化 [第27教程]
 - 二、移动身体击打的高级对应技能 [第28教程]
 - 三、有攻势的对应技能 [第29教程]
 - 四、自上段的攻法 [第30教程]
 - 五、对上段的攻法 [第31教程]
 - 六、对上段的对应技能 [第32教程]

<<剑道>>

七、单手法 [第33教程]

八、挑击法 [第34教程]

九、无色无味的攻 [第35教程]

第九章 剑道实战技术

一、简单的进攻技术 [第36教程]

二、主动进攻技术 [第37教程]

三、格挡技术 [第38教程]

附一 剑道比赛规则

附二 剑道比赛裁判方法

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>