

<<剑术运动>>

图书基本信息

书名：<<剑术运动>>

13位ISBN编号：9787500943006

10位ISBN编号：7500943008

出版时间：2013-2

出版时间：人民体育出版社

作者：蔡龙云

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>

<<剑术运动>>

书籍目录

第一章 剑术的起源和发展 第一节 剑器的形成时期 第二节 周秦时期的剑术运动 第三节 两汉时期的剑术运动 第四节 晋代以来的剑术运动 第五节 唐代时期的剑术运动 第六节 宋代时期的剑术运动 第七节 元明以来的剑术运动 第八节 近代的剑术运动第二章 剑术的基本把法与剑法 第一节 剑器各部位的名称 第二节 剑术的基本把法 第三节 剑术的基本剑法第三章 剑术练习 第一节 太极剑（绵剑体） 第二节 七星剑（工剑体） 第三节 盘龙剑（工剑体） 第四节 峨嵋剑（工剑体） 第五节 纯阳醉剑（醉剑体） 第六节 飞虹双剑（行剑体） 第七节 三合对剑（工剑体）第四章 怎样练习剑术

<<剑术运动>>

编辑推荐

中国的剑术历史悠久，人民群众把它作为体育运动也已有悠久的历史。

在我国历史的发展过程中，中国的剑术形成了相击的格斗运动和舞练的套路运动。

格斗运动的剑术能够培养人们进攻和防守的技巧，培养人们的注意力和迅速辨认情况的能力。

由于进行剑术格斗时情况总是变化不定，人们需要及时地辨清情况并相机进行进攻，这就要求人们的中枢神经系统的反应能力和视觉、感觉等机能感受非常敏锐，因此剑术格斗运动能进一步锻炼和提高人们的神经系统对外界刺激的反应功能。

随着武术运动的普及，广大群众除了练习拳脚之外，也还提出了学习剑术的要求，希望得到一些剑术方面的书本。

作者蔡龙云自幼习武，喜爱剑术。

为了满足广大群众喜练剑术的需要，1982年曾选择了4种体势的单练和对练的剑术共7项撰写成《剑术运动》一书，献给了爱好剑术的读者们。

<<剑术运动>>

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>