

<<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>

## &lt;&lt;剑道&gt;&gt;

## 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>