

少年武术

SHAONIAN WUSHU

陈占奎等编著



金盾出版社

少年武术

SHAWNEE UNIVERSITY

青少年武术



中国武术

少年武术

陈占奎 庄建国
王德明 王丽雯 编著

金盾出版社

内 容 提 要

这是一本专门为6岁~17岁的少年、儿童编写的武术普及读物。主要内容包括:武术运动发展概况、少年武术基本功、少年武术操、少年长拳和少年刀术、剑术和棍术套路等七个部分,涉及少年武术的方方面面。其目的在于使少年朋友学习掌握武术的基本技能,提高技击技术,培养攻防格斗能力,全面增强身体素质。书中对少年武术各个项目的动作招势,都配有精美彩图和插图,有详细的动作说明和练习要点。本书内容丰富,技术可靠,好学易懂,实用性强,适合广大少年朋友学习运用,也可供有关院校、辅导站、训练班教学参考。

图书在版编目(CIP)数据

少年武术/陈占奎等编著. —北京:金盾出版社,1998.8
ISBN 7-5082-0664-9

I. 少… II. 陈… III. 少年儿童-武术-基本知识-中国
IV. G852

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 68218137

传真:68276683 电挂:0234

彩色印刷:北京2207工厂

黑白印刷:北京天宇星印刷厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:9.5 彩页:24 字数:212千字

1998年8月第1版 1998年8月第1次印刷

印数:1—21000册 定价:12.50元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



集体拳术之一——提膝亮掌

集体拳术之二——弓步冲拳

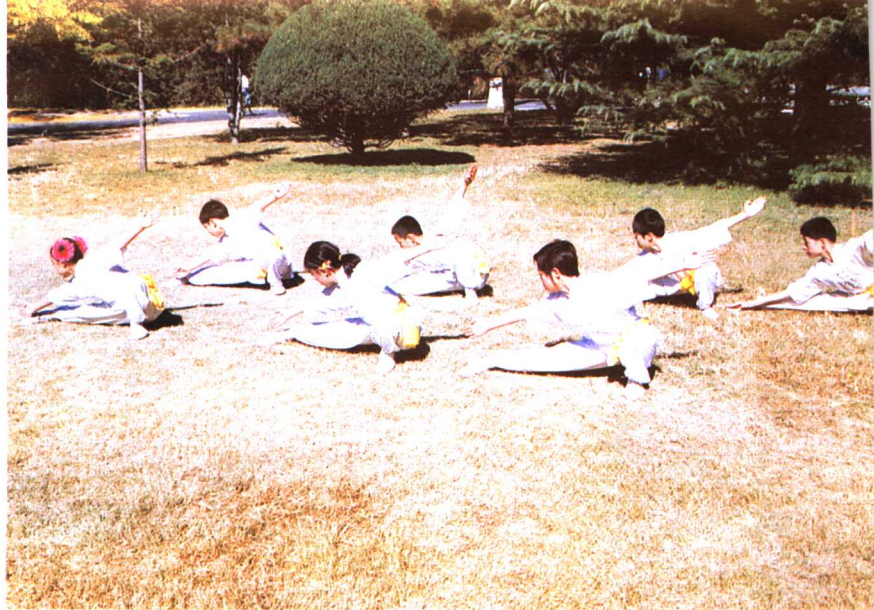




集体拳术之三——弹腿冲拳

集体拳术之四——打虎势





集体拳术之五——仆步穿掌

集体拳术之六——马步架掌



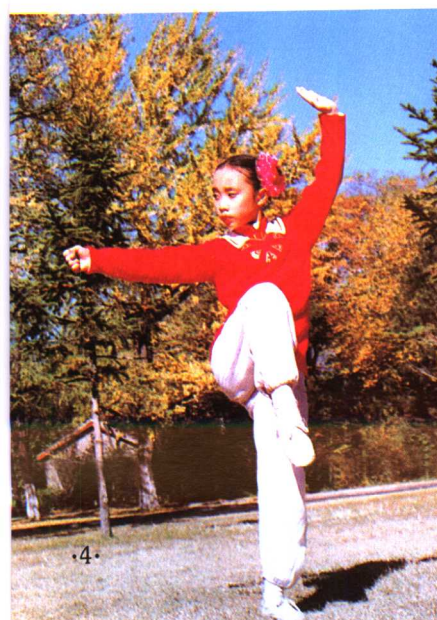


长拳动作之一——马步架掌

长拳动作之二——虚步推掌

长拳动作之三——提膝架掌

长拳动作之四——提膝推掌





长拳动作之五——弓步顶肘

长拳动作之六——歇步亮掌





长拳动作
之七 ——
劈腿架掌



南拳
动作之一

南拳
动作之二



南拳
动作之三



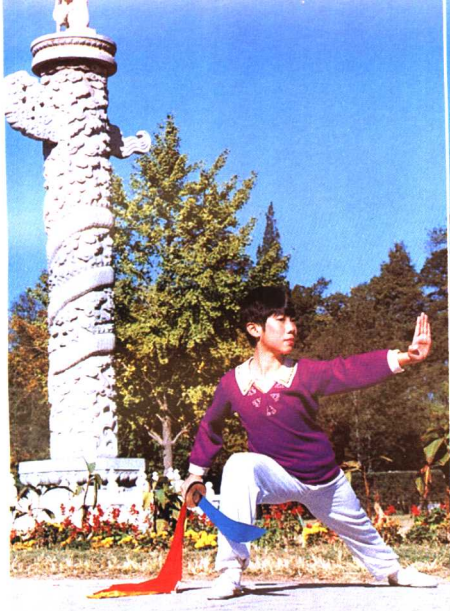


南拳动作之四

刀术动作之一——丁步夹刀亮掌

刀术动作之二——虚步抱刀亮掌





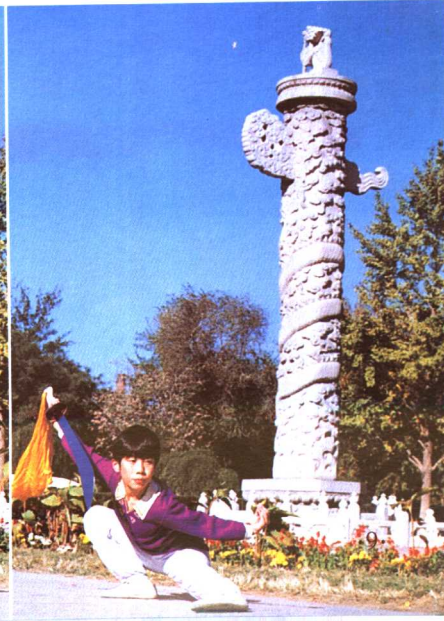
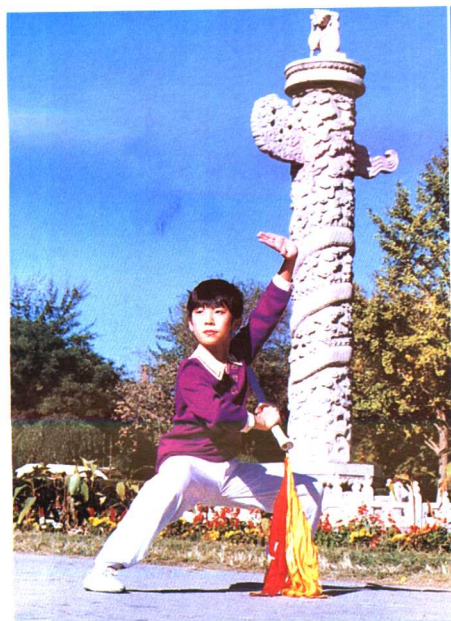
刀术动作之三——弓步藏刀



刀术动作之四——仆步横斩

刀术动作之五——马步藏刀

刀术动作之六——仆步领刀





刀术动作之七——劈叉扎刀

刀术动作之八——仆步下扎刀





剑术动作之一——仆步点剑

剑术动作之二——望月平衡

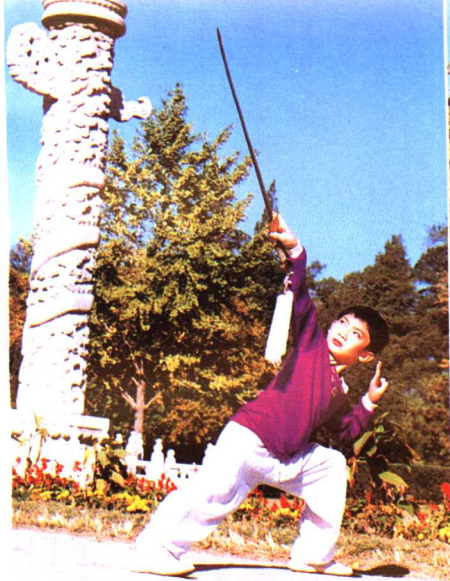




剑术动作之三——虚步持剑

剑术动作之四——仆步亮剑





剑术动作之五——弓步反撩

剑术动作之七——虚步举剑



剑术动作之六——望月挑剑

剑术动作之八——提膝抱剑

