

武术竞赛系列丛书

中国武术研究院 中国武术协会 审定

刀术

竞赛套路



人民体育出版社

武术竞赛系列丛书

刀术

竞赛套路

——中国武术研究院——中国武术协会 审定

人民体育出版社

(京)新登字 040 号

图书在版编目(CIP)数据

刀术竞赛套路/中国武术研究院, 中国武术协会审定. - 2 版. - 北京:人民体育出版社, 1998

(武术竞赛系列丛书)

ISBN 7-5009-1711-2

I. 刀… II. ①中… ②中… III. 刀术(武术) - 运动竞赛 - 套路(武术) - 中国 IV. G852.22

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 38451 号

*

人民体育出版社出版发行

昌平环球印刷厂印刷

新华书店经销

*

880×720 毫米 32 开本 5.875 印张 57 千字

1989 年 2 月第 1 版 1999 年 2 月第 2 版第 2 次印刷

印数:1—10,100 册

*

ISBN 7-5009-1711-2/G·1610

定价:8.00 元

社址:北京市崇文区体育馆路 8 号(天坛公园东门)

电话:67143708(发行处) 邮编:100061

传真:67116129 电挂:9474

(购买本社图书,如遇有缺损页可与发行处联系)

出版说明

近年来,国内外武术运动蓬勃发展,各种形式的竞赛活动日益频繁,迫切需要规范化的竞赛套路。为此,中国武术研究院、中国武术协会组织了国内著名的教练员、太极拳名家和部分优秀运动员,编制了长拳、南拳、南刀、南棍、太极拳、太极剑、刀术、剑术、棍术、枪术等竞赛套路。

竞赛套路保留了有关拳术、器械的风格特点,反映了当今武术的技术水平。不仅内容充实、动作规范、结构严谨、布局合理,而且动作数量、组别和时间等均符合竞赛规则的要求。它们是国内外武术比赛也是 1990 年亚运会武术比赛的内容。

竞赛套路已经中国武术研究院审定,现编绘成书出版发行,并将摄制教学录像带广

泛发行。我们相信，竞赛套路的推广，将对武术竞赛的规范化、对武术的普及和提高起到积极的促进作用。

参加长拳、南拳、刀术、剑术、棍术、枪术竞赛套路的编写人员有（以姓氏笔画为序）：邓昌立、王洁、白文祥、刘玉萍、张山、张广德、李文英、陈莉红、庞林太、赵长军、原文庆、黄建刚、傅全智、彭英。参加太极拳竞赛套路的编写人员有：门惠丰、计月娥、张山、李天骥、李德印。

本书的执笔人是：白文祥、李文英。

目 录

动作名称.....(1)

动作说明.....(5)

动作名称

第一段

1. 预备势 (5)
2. 抱刀右冲拳 (6)
3. 抱刀分手亮掌 (8)
4. 单拍脚 (14)
5. 翻腰拍地 (17)
6. 剪腕花左右扎刀... (21)
7. 转身缠头刀 (27)
8. 撩刀回身平扫 (32)

9. 剪腕花分手点刀…(36)
10. 缠头旋风脚 …… (40)
11. 马步藏刀 …… (45)
12. 并步斩刀 …… (46)
13. 缠头刀 …… (49)
14. 剪腕花上扎刀 … (51)
15. 弓步崩刀 …… (54)

第二段

16. 左挂刀 …… (57)
-
17. 上步撩刀 …… (60)
18. 剪腕花分手扎刀 (61)
19. 回身上撩刀 …… (64)
20. 抽身带刀 …… (65)
21. 错步扎刀 …… (66)
22. 后推刀 …… (67)
23. 纵步下截刀 …… (69)
24. 腾空左右扎刀 … (75)
25. 插步下截刀 …… (79)

26. 转身云刀 (81)

27. 弓步分手扎刀 ... (86)

第三段

28. 缠头刀 (87)

29. 前点步错刀 (89)

30. 左右抡劈刀 (92)

31. 翻身抡劈刀 (95)

32. 回身上扎刀 (99)

33. 旋转格刀 (103)

34. 弓步藏刀推掌... (106)

35. 插步分手扎刀... (108)

36. 回身点刀 (110)

37. 扫刀旋子 (112)

38. 云刀仰身推刀... (118)

39. 转身缠头刀 (123)

40. 裹脑平抹刀 (127)

41. 换跳步扎刀 (130)

第四段

- 42. 平分刀 (131)
- 43. 云托按刀 (134)
- 44. 插步绞刀 (140)
- 45. 跪步推刀 (142)
- 46. 纵步下截刀 (143)
- 47. 上步扎刀 (148)
- 48. 撩腕花跳崩刀 ... (149)
- 49. 分手点刀 (153)

- 50. 剪腕花并步扎刀 (155)
- 51. 崩刀前点 (159)
- 52. 转身缠头刀 (162)
- 53. 仆步下截刀 (166)
- 54. 旋转缠脖刀 (169)
- 55. 接刀弓步推掌 ... (172)
- 56. 左虚步切掌 (176)
- 57. 并步按掌 (178)
- 58. 并步收势 (181)



图 1

动作说明

第一段

1. 预备势

两脚并立；左手抱刀垂于身体左侧，右臂自然垂于身体右侧；目视前方。（图 1）

注：图中实线表示下一动右手、右脚的运行路线，虚线表示左手、左脚的运行路线；运动员的服装，应按规定穿着。下同。

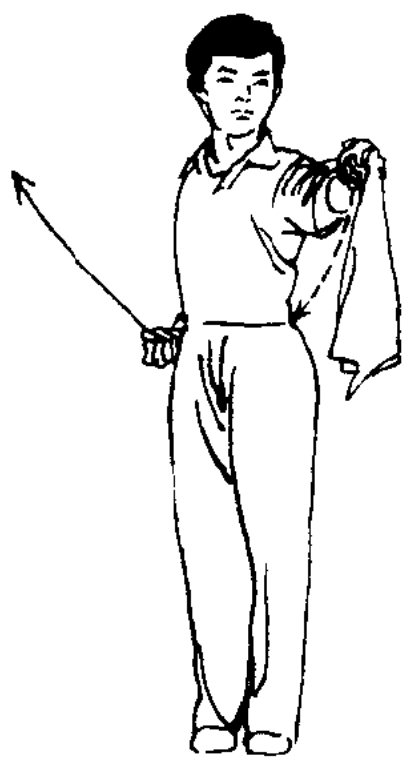


图 2 ①

第一段

2. 抱刀右冲拳

①左手抱刀向前直臂摆起，右手握拳收于腰部右侧，拳心向上。

(图 2 ①)



图 2 ②

第一段

②左臂屈肘收回，抱刀停于腰部左侧，右拳向右前方平拳冲出，拳与肩同高；目视右前方。（图 2 ②）

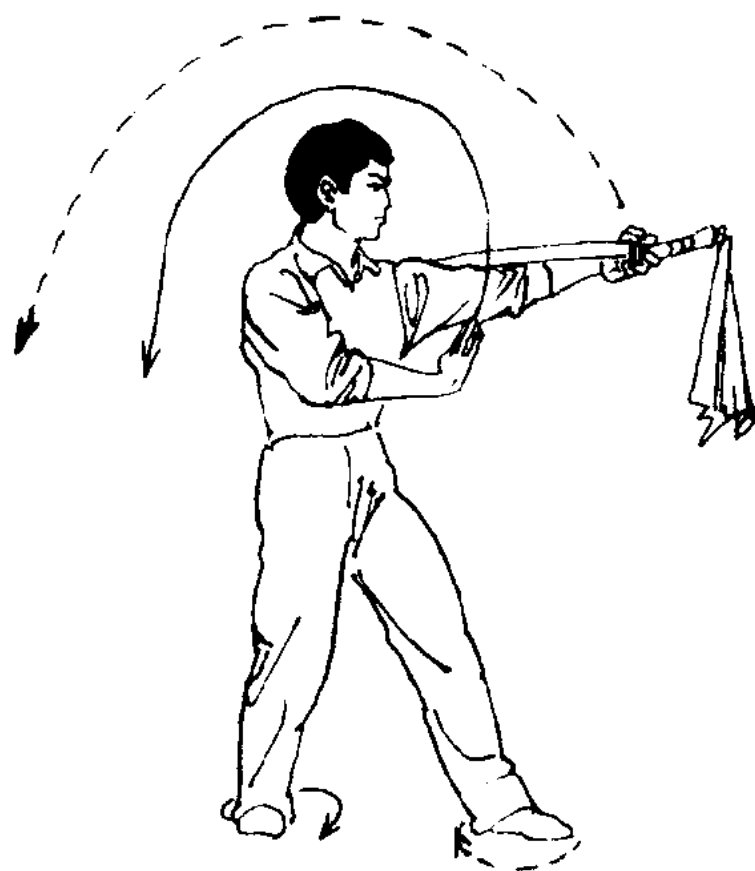


图 3 ①

第一段

3. 抱刀分手亮掌

①左脚向左迈出半步；左手抱刀向左后侧摆起，右拳变掌向下经腹前向左摆至右上臂下方成立掌；目视左前方。（图 3 ①）

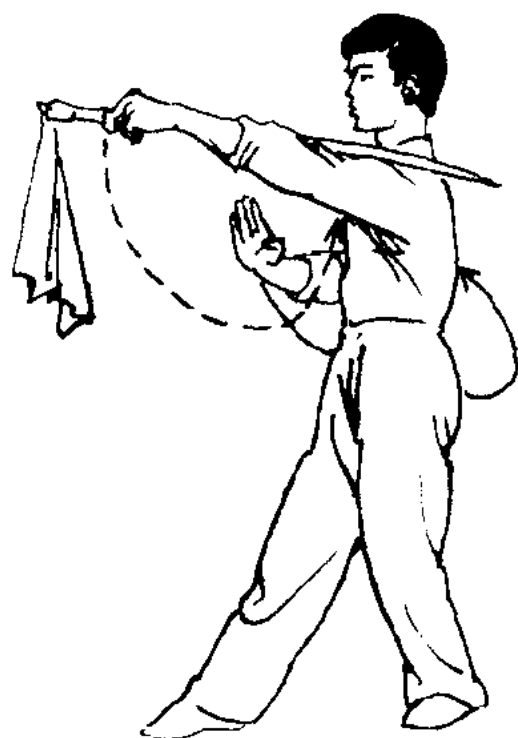


图 3 ②

第一段

②上体右转，重心移至左腿，右脚尖点地；两手向上经头前上方弧形摆至身体右前方，左手抱刀平伸，右手落至左臂内侧，掌心向左；目视右前方。(图 3 ②)

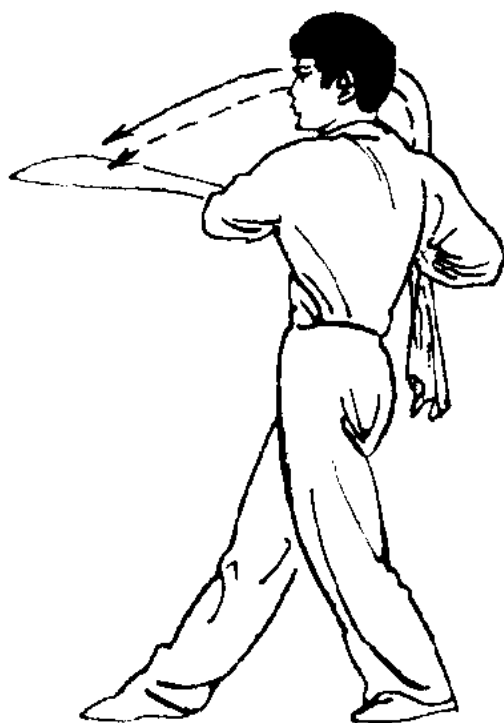
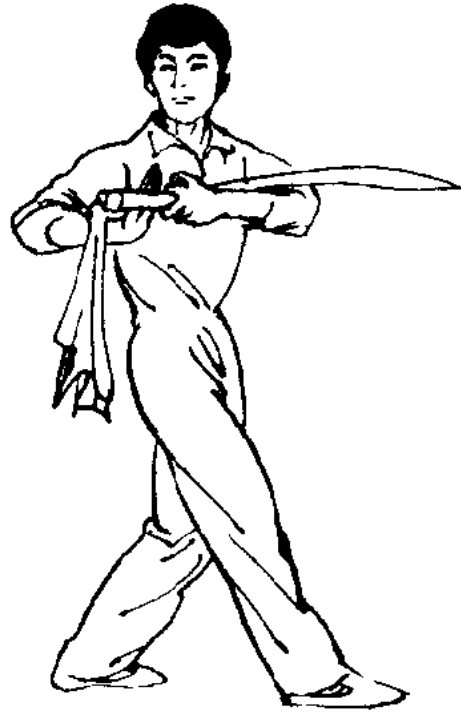


图 3 ③

第一段

③上体向右拧转，两手随之向下、向右摆动，左臂屈肘抱刀收于



附图 3 ③

第一段

右胸前，右手按于刀柄上；目视右前方。(图 3 ③、附 3 ③)