

武术



[武术_下载链接1](#)

著者:王福法

出版者:山东大学出版社

出版时间:2003-8

装帧:

isbn:9787560722900

本书共有九章，包括理论和技术两部分。理论部分包括：武术概述、技术分析、教学与训练、竞赛的组织与裁判、武术图解知识等。技术部分包括适合体育教育专业武术教学需要的基本功和基本动作以及棍、剑、拳和套路练习，并对每个动作的做法、动作规格、要求与要点、教学提示、易犯错误和纠正法都作了文字叙述。

本教材为体育专业本、专得通用教材也适用于教育学院、电子普通师范体育专业使用，还可供在职的中师和初中体

作者介绍:

目录: 第一章 武术概述
第一节 武术的产生和发展
第二节 武术的特点和作用
第三节 武术的内容和分类
第二章 长拳与太极拳技术要求
第一节 长拳技术要求

第二节 术极拳技术要求
第三章 武术教学与训练
第一节 武术教学的原则与特点
第二节 武术教学的阶段与步骤
第三节 武术教学方法
第四节 武术训练
第四章 武术竞
· · · · · (收起)

[武术_下载链接1](#)

标签

评论

[武术_下载链接1](#)

书评

[武术_下载链接1](#)