

<<滑冰 轮滑>>

图书基本信息

书名：<<滑冰 轮滑>>

13位ISBN编号：9787563329861

10位ISBN编号：7563329862

出版时间：2005-7

出版时间：广西师范大学出版社

作者：张强，于明涛，王立国 著

页数：197

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>

<<滑冰 轮滑>>

内容概要

本教材是根据教育部新公布的《全国普通高等学校体育教育本科专业课程方案》的主要内容和基本要求编写而成的。

本教材分为“滑冰”和“轮滑”两篇，共14章。

第一篇“滑冰”主要包括：速度滑冰的概述、基本技术、教学与训练、竞赛规则与裁判工作方法，以及场地、器材、服装和用具；第二篇“轮滑”主要包括：速度轮滑的概述、初学者的练习法、技术、教学、训练、场地及服装用具，另外还简要地介绍了轮滑运动的安全与卫生常识、轮滑游戏、速度轮滑项目与规则。

本教材可用于高等院校体育教育专业开设冰上运动选修课程教材，也可作为其他院校冬季体育课教学的参考用书。

<<滑冰 轮滑>>

书籍目录

第一篇 滑冰第一章 概述第一节 速度滑冰运动的锻炼价值第二节 速度滑冰运动的起源与发展第三节 我国速度滑冰运动的发展简介第二章 速度滑冰的基本技术第一节 速度滑冰的力学特点第二节 直道和弯道的滑跑技术第三节 起跑和终点冲刺技术第三章 速度滑冰的教学与训练第一节 速度滑冰的教学任务与特点第二节 速度滑冰的主要教学方法第三节 速度滑冰的教学步骤与手段第四节 速度滑冰的主要训练内容第五节 速度滑冰的主要训练方法第四章 速度滑冰竞赛规则与裁判工作方法第一节 速度滑冰比赛的主要规则第二节 速度滑冰竞赛的筹备与组织工作第三节 速度滑冰竞赛中的裁判工作第五章 速度滑冰场地、器材、服装与用具第一节 速度滑冰的场地与器材第二节 速度滑冰的服装与用具

第二篇 轮滑第一章 概述第一节 轮滑运动的锻炼价值第二节 轮滑运动的起源与发展第三节 我国轮滑运动的发展简介第二章 速度轮滑初学者的练习法第一节 初学者的练习法第二节 速度轮滑的滑跑练习法第三章 速度轮滑的技术第一节 直道滑跑技术分析第二节 弯道滑跑技术分析第三节 起跑技术分析第四节 冲刺技术第五节 速度轮滑比赛的战术第六节 速度轮滑双推技术动作简介第四章 速度轮滑的教学第一节 速度轮滑教学的组织与方法第二节 技术教学顺序与陆上素质教学内容第五章 速度轮滑的训练第一节 竞技状态与训练的周期性第二节 训练方法与手段第六章 速度轮滑场地与服装用具第一节 速度轮滑比赛场地第二节 轮滑服装与用具第三节 速度轮滑鞋的选用与维修第七章 轮滑运动安全与卫生常识第一节 速度轮滑的安全措施第二节 速度轮滑的卫生常识第八章 轮滑游戏第一节 轮滑游戏的意义与作用第二节 轮滑游戏的组织与教学第三节 速度轮滑游戏的内容与方法第九章 速度轮滑项目与规则第一节 速度轮滑项目与规则第二节 比赛器材、场地的规定第三节 裁判人员的职责与权力第四节 速度轮滑比赛用表参考文献

<<滑冰 轮滑>>

编辑推荐

该系列教材介绍的运动项目具有广泛的社会参与性和很好的健身价值，是方向选修课程的重点。这些教材对不同专项运动的理论知识与运动技术、技能的介绍科学、简练，图解绘制形象、准确，具有较强的实践指导作用。

<<滑冰 轮滑>>

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>