

<<柔道>>

图书基本信息

书名：<<柔道>>

13位ISBN编号：9787807209263

10位ISBN编号：7807209267

出版时间：2008-8

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：张少伟，亓永顺 著

页数：86

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>

内容概要

“ 盛世奥运举国同辉。
北京奥运会来临之际，教育部、国家体育总局、共青团中央联合启动“ 全国亿万青少年学生阳光体育运动 ”。
这是我国新时期加强青少年体育锻炼、增强青少年体质的战略举措。
为配合阳光体育运动的开展，吉林出版集团组织有关专家和一线体育工作者，共同编著了这套《阳光体育运动丛书》。
希望本丛书的出版，能为各级各类学校开展阳光体育运动辅以指导和帮助。
”

<<柔道>>

书籍目录

第一章 概述第一节 起源与发展第二节 特点与价值第二章 运动保护第一节 生理卫生第二节 运动前准备
第三节 运动后放松第四节 恢复养护第三章 场地和装备第一节 场地第二节 装备第四章 基本技术第一节
基本姿势第二节 基本步法第三节 手摔法第四节 腰摔法第五节 足摔法第五章 基础战术第一节 场地运用
第二节 取得裁判员认同第三节 降体重参赛第六章 比赛规则 第一节 程序 第二节 裁判

章节摘录

第一章 概述第一节 起源与发展柔道于1964年被列入奥运会正式比赛项目，成为一项世界性的体育项目。

在日本，柔道八段者约有150万人，世界上有超过2000万人习练柔道。

一、起源柔道起源于日本，嘉纳治五郎创建讲道馆以后，柔道在日本很快普及。

1949年，由讲道馆倡议组建了全日本柔道联盟。

第二次世界大战以后，欧美国家的许多柔道爱好者来到讲道馆学习，掀起了一股柔道热潮。这些人艺成回国后，便极力推广并传授柔道技术，使柔道在世界范围内广泛传播。

二、发展国际柔道联盟于1952年成立。

1956年5月3日，在柔道的发源地日本东京举行了第1届世界柔道锦标赛，有21个国家参加。

1964年，在日本东京举行的第18届奥运会上，柔道运动被列为奥林匹克正式比赛项目。

1992年，第25届巴塞罗那奥运会将女子柔道列为正式比赛项目。

柔道在世界上已有100多年的历史，具有广泛的群众基础。

它在近10年发展迅速，已有180多个国家或地区成为国际柔联会员国。

柔道运动技战术的不断变化和提高了，使柔道运动不断向前发展。

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>