

<<速度滑冰>>

图书基本信息

书名：<<速度滑冰>>

13位ISBN编号：9787807209522

10位ISBN编号：7807209526

出版时间：2008-1

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：张强 编

页数：74

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>

<<速度滑冰>>

内容概要

重智商、轻体育，重营养、轻锻炼的倾向，将严重阻碍青少年素质的全面发展。

开展阳光体育运动的目的，就是号召青少年学生走向操场、走进大自然、走到阳光下，并以奥运为契机，以全民健身为背景，促使青少年养成体育锻炼的良好习惯。

本书是“阳光体育运动丛书”之《速度滑冰》，该书的出版，能为各级各类学校开展阳光体育运动辅以指导和帮助。

<<速度滑冰>>

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、器材和装备 第一节 场地 第二节 器材 第三节 装备第四章 基本技术 第一节 陆地模仿 第二节 熟悉冰性 第三节 直道技术 第四节 弯道技术 第五节 起跑与冲刺技术第五章 基础战术 第一节 短道速滑战术 第二节 接力战术第六章 比赛规则 第一节 程序 第二节 裁判

<<速度滑冰>>

章节摘录

第一章 概述 第一节 起源与发展 随着社会经济的快速发展和人民群众对文化生活水平要求的不断提高，速滑运动越来越成为青少年喜爱的运动项目之一。

一、起源在欧洲，关于滑冰最早的记述，是有一位荷兰滑冰者于公元936年在冰上遇害。后来在伦敦某地，人们曾挖掘出古代滑冰遗物——滑木，更证实了关于滑冰有很早起源的记载。欧洲13世纪的绘画上，也出现过穿着用木头或骨头制的冰刀（见图1—1—1）在滑行的人像。

大约在1572年，北美地区的一个铁匠制成了第一副铁制冰刀，这种冰刀有锋利的内刃、外刃和弯曲的刀尖。

1850年，钢制冰刀问世，从此滑冰运动开始得到飞速的发展。

1902年，挪威人鲍尔森和哈根发明了长而锋利的速滑冰刀——跑刀。

这种冰刀在管状冰刀问世前，曾被广泛使用过。

后来，挪威人在冰刀上加了一个刀管，这就基本上形成了今天普通的管状式速滑跑刀。

挪威人这项发明对速滑技术的改进及成绩的提高有很大的帮助。

.....

<<速度滑冰>>

编辑推荐

《速度滑冰》是由吉林出版社出版的。

<<速度滑冰>>

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>