

《做自己的冠军》

图书基本信息

书名：《做自己的冠军》

13位ISBN编号：9787549585652

出版时间：2016-9

作者：陈一冰

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《做自己的冠军》

内容概要

奥运精神中的“相互理解”，是通过体育运动，让不同国籍、不同民族的人相识、交往、了解，消除彼此的误解，最终成为朋友。

孩子在成长的过程中，也需要与不同的人打交道。在交友的过程中，可能会遇到志同道合的知己，也可能跟他人产生误会。在本书中，作者讲述了在运动场上发生的关于宽容、理解的故事，让读者学会接受别人与自己的不同、学会在协作中求同存异，以真诚、宽容的心去对待他人。

《做自己的冠军》

作者简介

陈一冰，前中国男子体操队队长、世界冠军、全国五四青年奖章获得者、全国劳动模范、全国先进个人。于1989年开始体操训练，在自己的首次奥运之旅——2008年北京奥运会中，就站上了最高领奖台，因其在吊环项目上有极佳的表现，被誉为“吊环王”。良好的运动天赋、出色的心理素质、稳定的现场发挥，让陈一冰在体操世界大赛中屡创佳绩。24年的体操生涯中，陈一冰几乎横扫所有重大赛事的金牌。截至2013年退役时，共获得了29项冠军头衔。同年，获得北京师范大学体育运动心理学硕士学位。2014年9月17日陈一冰正式升级为奶爸。不同于不少名人得女后的激动，陈一冰却在女儿出生后接受上海某媒体采访时首先放话：“体育教育一定要有！”2015年创立“型动体育”，立志“更好地为服务全民体育多做实事”。

书籍目录

第一部分 从了解到理解，拓展人类对世界的爱 1

首届奥运：好奇与爱 2

冬奥会：寒冷挡不住热情 12

残奥会：上帝打开的另一扇窗 22

申办奥运：让别人看到你才精彩 32

足球比赛：立项比进球还难 42

第二部分 超越自我，在相互拼搏中共同进步 53

百米短跑：挑战速度的极限 54

铁人三项：一场耐力的考验 64

举重：举起世界的勇气 74

拳击：擂台上的征服之旅 83

自由体操：不断完善的力与美 93

第三部分 接受和包容，延续彼此的精彩 103

男子单杠：不断突破自我 104

田径比赛：用梦想丈量世界 113

伦敦奥运会：多元化的开幕式 123

奥运吉祥物：东西方文化的交融 133

百年奥运回归：分享与伟大 141

第四部分 从竞技到和谐，共享和平盛会 151

奥运项目：以变应变 152

奥运科技：越来越炫的竞技舞台 162

奥运城市：奥运让城市更美好 173

国际奥委会：因为奥运，我们走到一起 182

奥运事业：在进步中感受和谐 191

陈一冰老师给孩子的运动建议 201

《做自己的冠军》

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:www.tushu000.com