

《冰壶》

图书基本信息

书名：《冰壶》

13位ISBN编号：9787807627586

10位ISBN编号：7807627581

出版时间：2008-8

出版社：吉林出版集团有限责任公司

页数：66

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

《冰壶》

内容概要

《冰壶》从青少年学生体育活动的实际出发，行文简明，结构合理，图文并茂，基本涵盖了青少年适合从事的体育活动的各个方面。重智育、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，就是号召和组织广大青少年学生走向操场、走进大自然、走到阳光下，积极参加体育锻炼，养成体育锻炼的良好习惯，提高体质健康水平。相信《冰壶》的出版，一定能够为阳光体育运动的广泛深入开展，起到积极的辅助作用，为帮助广大青少年进行体育锻炼，提供有益的帮助。

《冰壶》

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 投掷技术 第二节 刷冰技术 第三节 撞击技术 第四节 训练方法第五章 基础战术 第一节 战术思想与原则 第二节 根据投掷顺序安排战术 第三节 战术策略 第四节 位置选择第六章 比赛规则 第一节 程序 第二节 裁判

《冰壶》

章节摘录

第一章 概述第一节 起源与发展冰壶运动起源于16世纪的苏格兰地区，19、20世纪向世界各地广泛传播，它以独特的魅力吸引着越来越多的运动爱好者。

一、起源16世纪初，苏格兰人喜欢在冰上进行一种类似地滚球的游戏，他们用光滑的鹅卵石在冰上击打，用马鬃制成的扫帚刷扫冰面，这就是冰壶运动的雏形。1541年2月，第一次冰壶比赛在苏格兰的格拉斯哥举行，参赛者是修道院的两位修道士。1688年，第一个冰壶俱乐部在苏格兰的金罗斯郡成立。后来，冰壶运动从欧洲传到了北美洲。1807年，加拿大成立了冰壶俱乐部。1830年，美国也成立了冰壶俱乐部。1838年，苏格兰冰壶俱乐部制定了比赛规则。

二、发展（一）国际冰壶运动1924年，冰壶运动首次以表演项目的形式在奥运会上亮相。1955年，冰壶运动传入亚洲地区，目前在日本、韩国等国家非常流行。1959年，首届苏格兰威士忌杯冰壶赛举行。1986年，该赛事正式定名为世界冰壶赛。20世纪60年代，冰壶运动先后在北欧的瑞典、挪威、丹麦，以及德国、法国、意大利等国广泛开展。1966年，国际冰壶联合会成立。1991年，国际冰壶联合会改称世界冰壶联合会，并获得国际奥委会的承认。1998年，冰壶运动开始被列科冬奥会正式比赛项目。目前，冰壶运动已发展到50多个国家和地区，其中已有39个国家和地区加入了世界冰壶联合会。

《冰壶》

编辑推荐

《冰壶》为阳光体育运动丛书之一，由吉林出版集团有限责任公司出版。

《冰壶》

精彩短评

- 1、尽管是一本薄薄的小书，但是对于了解冰壶知识还是挺有帮助的，特别是我很喜欢其中介绍的准备活动及运动之后的放松。只是其中的个别内容跟我们在电视中看到的实际比赛时解说员解说的术语略有不同。
- 2、好棒！

《冰壶》

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