

# 《轮滑》

## 图书基本信息

书名：《轮滑》

13位ISBN编号：9787533531058

10位ISBN编号：7533531051

出版时间：2008-4

出版社：福建科技出版社

作者：周建林,胡玉芹,张耀光

页数：160

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](http://www.tushu000.com)

# 《轮滑》

## 内容概要

《轮滑》还配有与教程同步的示范光盘，为学习者的自学提供了随时随地的“活教员”。热爱运动、崇尚健康已成为人们普遍的生活追求。轮滑运动由于其独特的活动方式、运动体验，正好满足了当今人们的情趣需求。尤其在青少年中，参与该项运动不仅可以体现追崇时尚的特性，而且可以在滑行中享受飞一般的刺激，以及挑战高难动作的愉悦。

为了达到介绍轮滑运动的目的，《轮滑》采取了如下编排方法：首先，在学习步骤的安排上强调了系统性、渐进性，从而为学习者提供了一条潜移默化的学习之路；其次，在表述上力图借助与滑行路线相一致的生动的图解，结合准确简洁的说明，以达到帮助学习者对技术动作的有效理解；再者，以富有特色的学习要点和经验提示，精准地点拨了学习技巧、注意事项，起到了画龙点睛的效果。

# 《轮滑》

## 书籍目录

一、轮滑运动基本知识（一）轮滑运动的起源和发展（二）轮滑鞋的准备（三）轮滑的安全事项二、准备活动（一）关节活动（二）装备穿戴三、扶杆学习（一）扶杆站立（二）扶杆蹲起（三）扶杆踏步（四）扶杆单腿支撑（五）扶杆内压（六）扶杆外压（七）“T”字刹车四、原地学习（一）原地平衡体验（二）原地左右移动中心（三）压内刃体验（四）压外刃体验（五）原地蹲起（六）摔倒与站起五、前滑（一）“V”字站立（二）“V”字行走（三）向前蹬滑接“T”字刹车（四）“一”字步前滑（五）双脚平行前滑（六）内“八”字刹车（七）葫芦步前滑（八）前剪步滑行（九）玛丽步前滑（十）双脚前轮前滑（十一）蟹步滑行（十二）燕式平衡前滑六、倒滑（一）内“八”字站立（二）内“八”字倒走接“V”字刹车（三）倒滑（四）双脚平行倒滑（五）倒葫芦滑行（六）倒剪步滑行（七）弓步倒滑接“T”字后刹七、转弯滑行（一）两脚前后站立惯性转弯（二）“A”字转弯（三）蟹步转内弯（四）蟹步转外弯（五）双脚转“3”八、“S”滑行（一）双脚“S”前滑（二）单脚“s”前滑（三）蟹步“S”前滑（四）双脚“S”倒滑（五）单脚“s”倒滑九、绕桩练习（一）双鱼游水（二）玛丽步前绕桩（三）双脚尖独轮前绕桩（四）单脚前绕桩（五）蟹步绕桩（六）双脚倒绕桩（七）单脚倒绕桩（八）前剪步绕桩（九）蟹剪步绕桩（十）倒剪步绕桩（十一）横向进倒剪步绕桩（十二）攀藤

## 章节摘录

一、轮滑运动基本知识（一）轮滑运动的起源和发展轮滑运动是从滑冰运动发展而来的，在我国民间有“旱冰”、“滚轴溜冰”之称，目前根据国际通用名称统一称为“轮滑”。关于轮滑运动的起源有几种不同的说法，较为认同的是18世纪初荷兰的一位运动员为了能在夏季进行滑冰训练，将木线轴安装在皮鞋底下滑行，由此而成功地创造了用轮子鞋“滑冰”的历史。他的举动引起了人们的兴趣。从此轮滑运动在欧洲首先得以开展起来。轮滑运动的发展并不一帆风顺。据记载，1760年比利时的乐器师约瑟夫·默林手工打造了一双轮滑鞋，但当时的媒体只是作为种冒险的新闻予以报道。1815年法国人加尔森创造了轮式轮滑鞋，虽然在法国新奇一时，但由于这种新的游戏带来了不少事故，于是人们的兴趣逐渐减弱。1818年旱冰运动在柏林的一家芭蕾舞舞台上出现，观众开始把轮滑看成是一种时尚。随后相继出现了法国人用木头、金属和象牙制成的轮滑鞋，澳大利亚人制成的“品”字形三轮轮滑鞋等，可是这些轮滑鞋都未能得到广泛的推广。1863年美国人詹姆斯·普利姆普顿发明了旱冰鞋的转动装置，开创性使用金属轮子代替木质轮子，将滚珠轴承运用到了轮滑鞋中，并于1866年在纽约开办了第一个室内轮滑场，组织了纽约轮滑运动会。他的一系列举动为轮滑运动的发展起到了积极的推动作用。当历史走到1980年时，美国的冰球运动员斯考特·奥林和布莱恩·奥林兄弟首次使用了单排轮滑鞋。单排轮滑运动的发明问世，以其广泛的适应性，随即受到广大青少年的欢迎，并迅速向世界各地扩展开来。

## 编辑推荐

《轮滑》由福建科学技术出版社出版。

## 精彩短评

- 1、入门的可以看一下，不过不怎么样
- 2、两本书都挺好，很满意，但半个多月才到的货，时间太长！
- 3、东西不错，就是快递稍微慢了有点
- 4、这次一共买了四本轮滑书，这是第二本，此书比较适合初学者自学，里面的图解为彩色，解释还可以。图书附赠的光盘没有旁白，配有80年代的流行歌曲进行配乐。除了这个，里面有男生进行动作的演示，是一整套动作，无分解动作，总的来说书的质量很不错，比较适合初学者入门，初学者可以无考虑购买，高手就不必了！！
- 5、纸好图好,就是太简单咯
- 6、小孩学轮滑，买来做参考。
- 7、很适合初学者，但为什么VCD放不出来？该怎么解决呢？！
- 8、虽然比较简单，但买来给小孩看正合适
- 9、基础很全面，还配光碟，就是单项过于简单，光看插图的话很难理解全套动作。
- 10、先去溜冰场实践下，再回来看，会比较有感触，能够学的更快。唯一的缺点是视频教学太短
- 11、只是一些基础的，不过适合初学者。
- 12、如果你没有基础，看看这本书和光盘应该是不错的选择。从最初的站立平衡到后面的基本动作，很清楚。可能书中图片有的看不太明白，但结合光盘应该可以弄清了。
- 13、质量不错，很系统，有光盘
- 14、最近在学习作为参考资料看
- 15、只看碟没看书，学会很多招
- 16、多图，循序渐进，较适合初学
- 17、《轮滑》一书图文并茂，而且附赠光盘（可惜卖家在该书说明资料当中，没有单独注明，或者会影响销量，我也是在买家的评论中，发现该书有附赠同步光盘，才决定购买的）该书对轮滑入门者有很大的参考和帮助作用，对比同类轮滑书籍，该书内容特别适合初学者，而且书本内容与光盘同步，性价比明显优于其他轮滑书籍。
- 18、给孩子买的，刚开始学轮滑，不错。
- 19、很久前学轮滑看的一本书
- 20、买后只能说大失所望，并不是书的质量印刷等问题，是所对应的读者群，简介居然没有指出，打开书一看有种在读儿童刊物的感觉，当然我认为这本书是极适合孩子的，书里配的光盘录制的也很粗制滥造，看了一会就束之高阁了，郁闷
- 21、帮朋友买的书，在看，孩子似乎对书不感兴趣
- 22、里面图画比较多，很明白的书
- 23、还好吧，适合初学者看一下
- 24、内容很粗糙，一点读不详细。

# 《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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)