

# 《门球》

## 图书基本信息

书名：《门球》

13位ISBN编号：9787807628606

10位ISBN编号：780762860X

出版时间：2008-8

出版社：吉林出版集团有限责任公司

页数：73

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)

# 《门球》

## 内容概要

《门球》：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。

《门球》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。相信《门球》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。

# 《门球》

## 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 场地和器材 第一节 场地 第二节 器材第四章 基本技术 第一节 基本姿势 第二节 击球技术 第三节 撞击技术 第四节 闪击技术 第五节 双杆球第五章 基础战术 第一节 战术原则 第二节 一门战术 第三节 过一门后战术 第四节 过二门后战术 第五节 过三门后战术 第六节 撞击终点柱战术第六章 比赛规则 第一节 程序 第二节 裁判

## 章节摘录

第一节 起源与发展 门球运动发端于20世纪的日本，由“槌球”运动衍生而来，而“槌球”运动起源于13世纪的法国。所以，门球运动既有悠久的历史底蕴，又散发着时代气息，深受人们喜爱。

一、起源 门球运动的前身“槌球”运动起源于13世纪的法国，随后传入英国。17世纪以后，“槌球”运动相继传入北美洲和欧洲南部等地，之后逐渐传到世界各地。20世纪40年代，“槌球”运动传入日本，北海道一位叫铃木和绅的人对这项运动做了改进和精简，把球队队员改为5人，球门改为3个，场地长20~25米、宽15~20米，中心点设1个终点柱，现代门球运动由此创立。

门球运动在日本推出后，就受到许多人的喜爱和赞许，后来又以女子高中学生及公务员为推广、奖励的对象，结果同样受到欢迎。由于这项运动占地少，花费不大，又可作为健身运动，所以很受欢迎，据保守估计，迄今日本已拥有700万的门球运动爱好者。

二、发展 中国的门球运动是从日本传入的。1983年5月，日本“门球使节团”来北京访问，做了比赛表演，传授门球技艺，并赠送了门球器材。由于这项运动得到体育界人士的重视和支持，很快得以立项，并由国家体委群体司负责开展和普及工作。

20世纪80年代后期，门球运动首先在老年人中开展，由于这项运动设施简单，打球不抢不夺，消耗体力不大，且通俗易懂，文明礼让，安全可行，时过不久就被大家所认同，参与者越来越多。

目前，中国门球协会以及各地方门球协会每年都要举办各种规模的门球比赛，同时各行业的比赛也常年不断，这些丰富多彩的赛事为门球运动的普及提供了广泛的群众基础，有力地促进了门球运动的发展。……

# 《门球》

## 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)