

## <<力拔千斤>>

### 图书基本信息

书名：<<力拔千斤>>

13位ISBN编号：9787510028335

10位ISBN编号：7510028337

出版时间：2011-4

出版时间：张五平、杨世勇、《力拔千斤:重竞技运动》编写组、等 中国出版集团，世界图书出版公司 (2011-04出版)

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>

## <<力拔千斤>>

### 内容概要

《力拔千斤:重竞技运动》主要内容简介:当今时代,人人都明白“科技是第一生产力”“知识就是财富”,但是,千万不能因此就忽略了对青少年健康体质的培养。

青少年时期是身心健康和各项身体素质发展的关键时期。

青少年的体质健康水平不仅关系个人健康成长和幸福生活,而且关系整个民族健康素质,关系我国人才培养的质量。

为此,《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》强调“增强青少年体质、促进青少年健康成长,是关系国家和民族未来的大事。

”“广大青少年身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力,是一个民族旺盛生命力的体现,是社会文明进步的标志,是国家综合实力的重要方面。

”

## <<力拔千斤>>

### 作者简介

杨世勇（1959.10-），男，硕士，成都体育学院教授，硕士研究生导师。

国际举重联合会A级裁判员，第五届中国举重协会委员、科研委员会副主任。

先后撰写并出版研究著作25余部，在国内外发表论文150余篇，承担八项各类研究课题，先后20次获国家级、省部级、院级科研教学成果奖和优秀论文奖，并参加了2000年、2004年奥运会科学大会和2008年北京奥运会的科研工作。

曾任马来西亚PERAK举重队主教练，率队参加马来西亚全国运动会、全国锦标赛和英联邦运动会，获得金牌、银牌、铜牌31枚。

张婕（1986.6-），女，硕士研究生，运动训练学研究方向。

举重一级运动员，国家级举重裁判。

先后参与多项国家级、省部级课题研究，在《中国体育科技》等核心及非核心期刊发表论文多篇，曾参与重竞技项目有关教材、著作的编写工作。

## &lt;&lt;力拔千斤&gt;&gt;

## 书籍目录

拳击篇第一章 概述第一节 拳击的起源及其在奥运会的发展史第二节 拳击的特点与价值第三节 拳击比赛设项及开展概况第二章 拳击的综合知识第一节 重要赛事第二节 比赛场地、护具与器材第三节 拳击所需的专项身体素质及入门训练法第四节 我国在拳击项目所取得的成绩第五节 拳击运动欣赏与名人简介第三章 主要规则要点第一节 拳击比赛简介第二节 拳击比赛主要技术规则第三节 主要裁判工作第四节 观赛礼仪第五节 拳击运动伤病的防治附录 拳击主要术语中英文对照举重篇第一章 概述第一节 举重的起源及其在奥运会的发展史第二节 举重的特点与价值第三节 举重比赛设项及开展状况第二章 举重的综合知识第一节 重要赛事第二节 举重的比赛场地、设备、器材第三节 举重运动所需专项身体素质及入门训练第四节 我国在举重运动项目中取得的突破第五节 举重运动欣赏与名人简介第三章 主要规则要点第一节 两种举式通则第二节 犯规动作第三节 举重比赛中的主要规则第四节 观赛礼仪第五节 举重运动伤病的防治附录 举重主要术语中英文对照击剑篇第一章 概述.....摔跤篇

## &lt;&lt;力拔千斤&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：摔跤形式的形成，可追溯到人类社会的形成时期。

远古先民为了生存，平日本能地进行嬉戏、角斗等活动，以增强体质，提高搏斗技能。

虽然这些原始本能的攻守技能还处于低级阶段，但是所谓的摔跤运动，已经在悄悄地酝酿和萌生。

这就是摔跤运动的雏形。

世界各国都有其民族特点的摔跤形式和方法。

中国的摔跤，前苏联的桑勃，日本的柔道和相扑，以及古典式角力、自由式角力等均属摔跤范畴。

很多国家都有自己独特形式的摔法和比赛规则。

希腊，中国、日本以及埃及等国家的古代文献中就有相关的文字记载。

公元前3000年，巴比伦王朝的历史文物中已有描绘摔跤的造型艺术作品；在埃及尼罗河的古城别尼，哈桑古墓中也有连续描绘摔跤的壁画；在日本古老的神话故事中电有众多的人同神进行摔跤比赛的传说。

现代摔跤运动起源于希腊。

古希腊人非常崇尚摔跤运动。

相传雅典民主奠基人捷谢伊从雅典女神那里学来了摔跤规则，从而发展了摔跤运动。

当时希腊有许多著名的哲学家、诗人和军事将领都是摔跤手，如古希腊著名的唯心主义哲学家柏拉图，就是当时的摔跤名将。

## <<力拔千斤>>

### 编辑推荐

《力拔千斤:重竞技运动》为青少年阳光快乐体育丛书之一。

<<力拔千斤>>

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>