

<<攀岩运动>>

图书基本信息

书名：<<攀岩运动>>

13位ISBN编号：9787562525172

10位ISBN编号：756252517X

出版时间：2010-7

出版时间：中国地质大学

作者：何敬恩 编

页数：132

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>

<<攀岩运动>>

前言

欣闻《攀岩运动——机遇与挑战》一书即将出版，我感到由衷的高兴，谨此致以热烈祝贺！

《攀岩运动——机遇与挑战》是一批优秀教师、教练对多年来坚持在一线教学、实践、研究的经验概括和知识总结，对学校体育教学和热爱攀岩运动的群体具有重要的指导意义和参考价值。

这些成果的展示让更多从事攀岩教学、训练工作的教师共享，也将促进更多从事攀岩运动的教师开展科教结合，从而推动攀岩运动向更高层次发展。

攀岩运动自1987年进入中国以来，经过了20多年的发展，参与的人群越来越多，规模越来越大，尤其是受到很多青年学生的喜爱。

为了给青年学生创造一种良好的学习攀岩环境，提高攀岩技能的平台，给各高校营造一种校际之间加强交流的氛围，在中国大学生体育协会的领导和支持下，中国大学生体育协会攀岩分会于2003年成立，至今已有8年了。

在此期间，攀岩分会坚持每年举办一届全国大学生攀岩锦标赛，努力推广和发展攀岩运动。

首届大学生攀岩锦标赛参赛队伍只有26个，此后锦标赛参赛队伍逐年增加，现在已经扩大到近50所高校选派运动队参加角逐。

参加锦标赛的高校越来越踊跃、参与的学生运动员越来越多，比赛中竞争更趋激烈，竞技水平越来越高。

<<攀岩运动>>

内容概要

攀岩运动被称为人类挑战极限的运动之一。

该项运动首先在欧洲盛行，其后迅速传遍世界各地，并且在亚洲获得快速的发展。

随着一个又一个室内人工攀岩墙的落成，这项起源于野外攀登的自我挑战运动，经过不断演变，已经由户外场地移至室内进行，该转变间接地改变了攀登活动的本质。

现代的攀岩运动远较野外进行更安全，比赛路线的组合与设计结合人类智能而显得千变万化，比赛亦因此集竞赛与健身、智力与耐力、自信与坚毅为一体。

攀岩运动自1987年引入国内后一直备受注目，并得到迅速发展。

各高等院校相继在校内兴建人工岩场以发展攀岩运动。

经多年来组织比赛、训练、参与国际性攀岩盛事等活动，攀岩运动成绩渐见佳绩。

为提升大学生攀岩运动水平及提供交流平台，自2003年11月开始按年定期举办全国大学生攀岩比赛，第一届全国大学生攀岩锦标赛由中国地质大学（武汉）举办，其后，每一届皆由不同的院校承办，以达到推广效果。

2009年第七届全国大学生攀岩锦标赛经国务院核准，在澳门大学举行，除开创特别行政区举办全国大学生赛事先例，还藉此作为庆祝澳门回归十周年庆典。

<<攀岩运动>>

书籍目录

高校攀岩运动我国高校攀岩项目现状及发展策略探索对我国高校攀岩运动现状与发展的对策研究湖北省高校攀岩运动的发展现状及对策研究大学生攀岩课程教学实践研究——以中国地质大学(武汉)为例攀岩运动在高校体育教学中的重要作用研究攀岩与教育攀岩运动的教育功能新探析攀岩运动对现代高校学生的智力和心理影响的研究攀岩运动与教育取向攀岩休闲事业与社会发展我国攀岩项目特征与展望攀岩技术训练与提升攀岩运动基本技术要点及训练方法分析高校攀岩运动员不同训练方法效果的实验研究速度攀岩运动员快速力量训练理论与方法初探速度攀岩的人体动力学分析我国高水平速度攀岩运动员核心力量训练实践研究浅谈攀岩运动员的节奏训练对攀岩运动员的赛前紧张和焦虑的认识与分析浅谈攀岩运动员赛前心理状态的分析及调控方法

<<攀岩运动>>

章节摘录

插图：1.攀岩运动是实施素质教育的有效途径和渠道《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》的提出，使素质教育全面开展起来。

高校实施素质教育，就要全面贯彻党的教育方针，以培养德育教育为核心，以培养学生创新精神和实践能力为重点，造就德、智、体、美全面发展和知识、能力、素质综合协调发展的适应社会需要的高级专门人才。

素质教育是指一种以提高受教育者诸方面素质为目标的教育模式，它重视人的思想道德素质、能力培养、个性发展、身体健康和心理健康教育。

攀岩运动作为一种挑战自我、超越自我、发展自我潜能的极限运动项目，在培养大学生身体健康和心理健康等方面有着积极的作用，与素质教育的目标相吻合。

将攀岩运动和大学生心理素质拓展结合起来，引入发展性教育，使身体和心理和谐健康发展，培养全面发展的合格人才。

2.攀岩课程体现体育课程改革的理念，有利于深化体育课程改革进入21世纪，我国大学体育课程在健康第一，素质教育及终身体育的思想指导下，特别在2002年《全国普通高校体育课程教学指导纲要》要求培养具有健壮的体魄和良好的心理素质，养成健康的审美情趣和生活方式，成为“四有”新人的颁布与实施以来，全国普通高校掀起了体育课程新一轮改革的热潮，大学体育课程改革发展趋势已成为高校体育领域最引人关注的问题。

攀岩作为一项新兴的体育运动项目引进高校的时机日趋成熟。

攀岩是一项以实践为主的运动，攀岩的教学过程注重教师与学生积极互动、共同发展，培养学生的独立性和自主性，引导学生在实践中主动地富有个性化的学习，激发学生学习的主动性，培养大学生自主锻炼和体育生活的健康的、高雅的生活方式。

因此，高校体育改革为湖北省高校攀岩运动的普及和推广提供了现实土壤。

（二）国内外发展概况攀岩运动在国外深受青少年朋友的喜爱，并得以快速的发展和普及。

据统计，从20世纪90年代开始，美国的登山攀岩爱好者以每年53%的速度剧增，成为一种日益蓬勃的发展状态。

在国外，攀岩运动是所有学生和军人的必修训练课程。

对很多喜爱攀岩运动的人来说，攀岩已经成为一种生活方式。

我国攀岩运动开展于1987年。

根据国际登山运动的发展趋势，最早由中国登山协会派出8名教练员、运动员到日本长野县系统学习攀岩技术。

之后，攀岩运动在我国经过20多年的发展，规模发生了质的变化，群众基础逐渐雄厚，参与的人数越来越多，参加者的职业越来越广泛，年龄也不局限于青年学生，发展前景十分可喜。

<<攀岩运动>>

编辑推荐

《攀岩运动:机遇与挑战》是由中国地质大学出版社出版的。

<<攀岩运动>>

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>