

<<滑板>>

图书基本信息

书名：<<滑板>>

13位ISBN编号：9787807627708

10位ISBN编号：7807627700

出版时间：2008-8

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：吉林体育学院阳光体育运动丛书编写组 编

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，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<滑板>>

内容概要

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。

本书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。

相信本书的出版，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。

<<滑板>>

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 第五节 安全注意事项第三章 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 滑行 第二节 翘 第三节 下坎与上坎 第四节 旋转 第五节 跳 第六节 脚上技巧第五章 花样滑板 第一节 Ollie技术 第二节 转体180度Ollie技术 第三节 脚尖翻技术 第四节 滑双桥技术 第五节 滑入U池第六章 比赛规则 第一节 程序 第二节 裁判

章节摘录

第一章 概述第一节 起源与发展滑板运动是一项新兴的体育项目，起源于20世纪60年代，由于它动作炫目、刺激，很快就得到广大青少年的喜爱。

一、起源滑板运动是冲浪运动在陆地上的延伸。

20世纪50年代初，美国西海岸是冲浪爱好者的天堂。

人们使用普通木头和价格昂贵的轻木制成冲浪板，在风口浪尖上寻找乐趣。

20世纪50年代中期，用模压聚氨酯泡沫和玻璃纤维制作的冲浪板取代了木制冲浪板，这些新型冲浪板的机动性和耐用性使得冲浪运动在50年代末大为流行。

然而，冲浪运动受到地理环境和气候条件的限制，使人们无法随时随地享受这种运动的乐趣。

20世纪60年代，一些极富想象力的年轻人受到冲浪板的启发，将滑轮的支架安装到一块厚木板上，然后再装上轮子，就制成了最初的滑板。

滑板运动自问世以来发展迅速，器材不断更新换代，技术动作也日益丰富。

（一）滑板器材更新换代1．第一代滑板第一代滑板的制作方法非常简单——一块木板（50厘米×50厘米）固定在轮滑的铁轮子上。

即使是这样一个简单的运动器械，由于能够给人们带来跟冲浪一样的心理感受，也受到了广泛的关注。

2．第二代滑板第二代滑板诞生于1962年，是由15厘米×60厘米的板面（由橡木多层板压制而成）、轮滑转向桥和塑料轮子组成的。

……

<<滑板>>

编辑推荐

《滑板》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。

<<滑板>>

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>