

<<轮滑技巧图解>>

图书基本信息

书名：<<轮滑技巧图解>>

13位ISBN编号：9787811004564

10位ISBN编号：7811004569

出版时间：2007-1

出版时间：体育大学出版社

作者：韦见凡

页数：150

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>

<<轮滑技巧图解>>

前言

轮滑运动对我们的身体、心理和社会都能起到十分积极的作用。它以极大的魅力吸引着越来越多的人对它产生兴趣并参与其中。目前，许许多多的大、中、小学相继建设了轮滑运动场地，开设了轮滑课；街头、社区广场和公园里随处可见不同年龄的轮滑爱好者在飞驰。规模和等级不同的轮滑竞赛和表演频频登场。

笔者不能将这一项目的极大魅力和作用以一言而说明，但参加轮滑运动确有诸多益处，不仅其技术动作给人以轻盈、飘逸的美感；它还能使我们的机体得到充分、全面地锻炼，使我们的身体机能得以改善，多项身体素质得到提高；通过技艺的掌握和不断提

<<轮滑技巧图解>>

内容概要

本书的特点是将轮滑运动按必须掌握的每一个技术动作和练习，以“动作名称、练习目的、动作要领”、判断练习是否正确的“自我检查”，以及判断是否掌握了该技术、是否可以进行下一项技术练习的“自我过关测试”等方面分题讲解，并配之以大量展示技术动作的图片。希望能对广大轮滑初学者有所指导。

<<轮滑技巧图解>>

作者简介

韦见凡，1987年毕业于北京体育大学，2005年获北京体育大学运动训练学硕士学位，现任北京工商大学体育教研室副主任、副教授。

早年从事专业竞技体育运动时，就对轮滑运动产生了浓厚兴趣，并利用业余时间练就了出色的轮滑技术。

在从事专业训练和大学期间，曾多次取得大型速度滑冰和轮滑竞赛的优异成绩。

自1992年北京工商大学开设轮滑教学课以来，一直从事轮滑教学和训练工作。在多年的教学和训练中，对轮滑运动及其技术的发展进行了深入地研究，经验十分丰富。曾著有《跟专家练轮滑》一书，发表了多篇有关轮滑运动技术和教学训练方面的科研论文，编写了有关轮滑运动的高校教材，在国内轮滑界、体育教育界广受好评。

<<轮滑技巧图解>>

书籍目录

第一章 认识轮滑 第一节 轮滑技术的原则 第二节 轮滑鞋的性能 第三节 轮滑运动的术语 第四节 轮滑运动的装备第二章 预备技术 第一节 预备练习 第二节 站立 第三节 非滑行技术第三章 基础技术 第一节 被动滑行 第二节 基础滑行 第三节 转弯 第四节 制动第四章 速度轮滑基础 第一节 起跑姿势 第二节 直道滑行 第三节 弯道滑行 第四节 起跑 第五节 冲刺第五章 花样轮滑技术 第一节 基础技术 第二节 初级规定图形滑行 第三节 初级旋转技术 第四节 初级跳跃技术第六章 休闲技巧 第一节 绕障滑行 第二节 “8”字型滑行 第三节 旋转 第四节 跳越障碍

<<轮滑技巧图解>>

章节摘录

认识轮滑 轮滑运动是一项融健身、竞技、艺术和惊险于一体的体育运动项目。它使用的器材便于携带，技术动作富有美感，能全面协调和综合发展人的速度、力量、耐力、灵敏、柔韧等多种素质，使参与者体魄强健、精力充沛、意志坚强，并达到完善自我的目的。

轮滑真正成为一项体育运动项目是从18世纪中叶欧洲开始的。

1866年，世界上最早的轮滑运动组织——纽约轮滑运动协会在美国成立后，1924年国际轮滑联合会成立。

以后，随着人们强健体魄意识的不断增强，轮滑运动以它独特的魅力吸引了越来越多的人参加此项运动；赖于社会科学技术的不断进步，轮滑运动器材和设备不断创新，日臻完善，为轮滑技术的不断革新和水平的不断提高创造了理想的物质条件。

今天，世界上已有包括我国在内的超过80个国家和地区成为了国际轮滑联合会的会员。

轮滑运动按项目特征的不同，分为休闲健身轮滑和竞技轮滑两大类；按参加者表现自我和控制比赛对手方式的不同，又可分为健身轮滑、休闲轮滑、轮滑技巧表演、速度轮滑、花样轮滑、极限轮滑和轮滑球等等。

<<轮滑技巧图解>>

编辑推荐

轮滑（Roller skating）又称滚轴溜冰、滑旱冰，是穿着带滚轮的特制鞋在坚硬的场地上滑行的运动。今日多数的滚轴溜冰者主要都使用直排轮，又称刷刷，（直排旱冰爱好者对这项运动的别称，来源于溜冰中轮子和地面摩擦时所发出的声音，同时也称溜冰鞋为“刷子”，称在马路上溜冰为“刷街”）。因此直排轮也几乎成为了轮滑运动的代名词。

轮滑是一项休闲运动，但同时也是竞技项目，随着它的不断完善，目前已形成多项轮滑竞技项目，目前的奥运会已出现轮滑的身影了。

轮滑项目主要有：双排花样轮滑、单排花样轮滑、速度轮滑（直排）、轮滑球（直排为主）、极限轮滑（街区和U池）、轮舞、自由轮滑FSK（休闲与野街）、平地花式（速度过桩、花式过桩、平地刹停）、速降、跳高（平地、抛台）。

在世界各地的参与者中，有热衷于其中一项的，也有参与其中几项的。

虽说都是轮滑，但不同项目给参与者带来的感觉是不同。

《轮滑技巧图解》主要介绍了一些轮滑技巧，图书内容翔实，便于阅读。

<<轮滑技巧图解>>

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>