

<<定向运动>>

图书基本信息

书名：<<定向运动>>

13位ISBN编号：9787040148558

10位ISBN编号：7040148552

出版时间：2004-10

出版时间：高等教育出版社

作者：诸葛伟民，朱建清 主编

页数：1

字数：163000

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>

## <<定向运动>>

### 内容概要

本书以国家教育部2002年颁发的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的主要内容和基本要求为依据编写，经全国高等学校体育教学指导委员会审定。

全书理论联系实际，深入浅出地介绍了定向运动的基本知识、基本技术、训练方法和比赛案例。本书既可作为普通高等院校及高职高专学生的体育教材，也可作为体育爱好者的自学用书。

## &lt;&lt;定向运动&gt;&gt;

## 书籍目录

基础篇 第一章 定向运动的概述 第一节 什么是定向运动 第二节 定向运动的分类 第三节 定向运动在中国 第四节 定向运动的价值 第二章 定向运动的知识 第一节 定向运动的地图 第二节 定向运动器材和装备 第三章 定向运动基本技术 第一节 指南针使用 第二节 地图的使用 第三节 选择路线 第四章 定向运动安全及常见损伤的预防与处理 第一节 定向运动的安全问题 第二节 定向运动常见损伤的预防与处理提高篇 第五章 地貌的识别方法 第一节 利用等高线显示地貌的方法 第二节 利用等高线研究地貌的方法 第六章 定向运动的能力培养 第一节 定向运动员的基本能力 第二节 定向运动员的身体素质训练 第三节 定向运动员的心理素质培养 第七章 定向运动地图的制作 第一节 定向运动地图制作的基本步骤 第二节 定向运动地图的后期制作 (OCAD) 第八章 定向运动的组织及参赛指南 第一节 大学生定向运动的组织 第二节 参赛指南 第三节 定向运动规则简介参考文献附录 自我测试

## &lt;&lt;定向运动&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 定向运动的概述 本章导读：20世纪定向运动在世界范围内的蓬勃兴起，不得不引起我们思考：定向运动是什么？

它和其他运动项目相比有何独特的魅力？

在人类呼吁回归自然的今天，定向运动的兴起绝不是一种历史的巧合。

通过本章学习，能对定向运动的起源、发展及价值等知识有一个初步了解。

第一节 什么是定向运动 定向运动是指利用地图和指南针，依据组织者预先设计在地图上的目标和次序，选择路线，努力在最短时间内完成寻找目标任务的体育运动。

定向运动起源于瑞典。

最初只是一项军事体育活动，是军队训练军人提高战斗力的手段。

“定向”二个字在1886年被首次使用，意思是：在地图和指南针的帮助下，越过不被人所知的地带。

19世纪末、20世纪初，欧洲北部斯堪的纳维亚半岛独特的地理、地貌为定向运动的诞生提供了得天独厚的条件。

最早的定向比赛是出现在1895年瑞典斯德哥尔摩和挪威奥斯陆的军营区。

1919年，斯德哥尔摩南部奈卡（Nacka）举行的定向运动比赛被视为定向运动作为一种正式体育比赛项目诞生的标志，时任瑞典斯德哥尔摩体育联合会主席吉兰特（Ernst Killander）被誉为现代“定向运动之父”。

由于北欧的特定历史文化背景和定向运动自身具备的独特魅力和价值，使得定向运动在这一地区迅速发展，并很快地普及到世界各地。

例如，在瑞典，800万人中就有150万人积极参与的定向运动员和150万业余爱好者。

全国有700多个定向运动俱乐部，每年组织1000多场正式定向运动比赛。

瑞典国王是定向运动最权威的支持者和保护者。

众多政界要人、商业巨头、媒体名人多为定向运动的爱好者和积极参与者。

7所有瑞典学校学生及军队服役人员必须学习定向运动，定向运动是一门必修课程，是教育和训练的一部分。

对许多瑞典人来说，定向运动已成为一种生活方式。

随着定向运动的迅速传播和普及，1932年举行了第一次世界定向运动比赛。

1961年5月，国际定向运动联合会（International Orienteering Federation，缩写为IOF）在丹麦首都哥本哈根成立，为定向运动在世界范围内的科学化、规范化、标准化发展奠定了基础。

.....

<<定向运动>>

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>