

<<美绘名人馆>>

图书基本信息

书名：<<美绘名人馆>>

13位ISBN编号：9787534271090

10位ISBN编号：7534271096

出版时间：2013-1

出版时间：浙江少年儿童出版社

作者：铁皮人美术

页数：160

字数：96000

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>

<<美绘名人馆>>

内容概要

1981年以来。
卡尔·刘易斯每年都会被许多国家的通讯社和体育报刊评为世界十名最佳运动员之一。

他成为继欧文斯之后。
又一位在一届奥运会上连夺4枚金牌的田径英雄人物，被人们惊誉为“神奇小子”。
一起来翻阅《天才运动员》吧！

<<美绘名人馆>>

书籍目录

不屈的黑色闪电——欧丈斯
田径飞将——刘易斯
足坛超级王者——贝利
潇洒的“万人迷”贝克汉姆
足球天才——罗纳尔多
一代拳王——阿里
传奇体操公主——科马内奇
体操王子——李宁
篮坛空中飞人——齐丹
小飞侠——科比
F1车神——舒马赫
环法之王——阿姆斯特朗
乒乓皇后——邓亚萍
跳水女皇——伏明霞
网球天王——费德勒
红土之王——纳达尔
游泳奇才——菲尔普斯
中国飞人——刘翔
高尔夫“虎王”——伍兹

章节摘录

1981年以来。

卡尔·刘易斯每年都会被许多国家的通讯社和体育报刊评为世界十名最佳运动员之一。

他成为继欧文斯之后。

又一位在一届奥运会上连夺4枚金牌的田径英雄人物，被人们惊誉为“神奇小子”。

除了奥运会以外，还有各种各样的体育比赛，这些赛事对于一个运动员来说同样重要。

在一次世锦赛上，刘易斯绊了一跤，左脚受了伤，这对于刘易斯来说是一个很大的打击。

世锦赛结束后，刘易斯天天都把自己关在家里，谁也不理。

刘易斯的爸爸看见刘易斯这样也很着急，于是他来到刘易斯的房门前让刘易斯开门，说要带他去看一样东西。

当刘易斯把门打开后，爸爸看见刘易斯瘦了很多，完全找不到以前自信的样子。

爸爸感到很心疼。

爸爸把刘易斯带到了马路边，看见一只流浪狗在垃圾堆里找食物，而且还断了一条腿。

刘易斯望着爸爸，爸爸说道：“虽然这只狗被主人抛弃了，而且还断了一条腿，但是它没有放弃自己的生命，它依旧坚强地活着。

其实不是别人抛弃你，而是你自己抛弃了你自己，你要学会坚强！

”刘易斯把这只流浪狗带回家养了起来，告诫自己不要随便放弃梦想。

刘易斯不断地改进和创新自己的跑跳技术，在第26届亚特兰大奥运会上。

35岁的刘易斯再次获得金牌，堪称奇迹。

按照目前科学的运动医学来衡量，运动员需要摄入大量的高热量食物才能保持良好的身体状况。

人们无法想象运动员在不吃肉食的前提下，能够在赛场上取得良好的成绩。

但屡创佳绩的卡尔·刘易斯却是一个素食主义者。

卡尔·刘易斯从小在新泽西州长大，他受到母亲的影响，很喜欢吃蔬菜。

而当时欧美人都是以肉食为主。

为控制体重，他采取的办法是经常不吃早餐，午餐也吃得很少，只在晚上才饱餐一顿。

但随后他发现，这种做法相当愚蠢。

后来，他参照医学博士约翰·麦克杜加尔的建议，改善了饮食习惯，虽仍以素食为主，但饮食更为合理和科学。

此后，刘易斯创造了最好的成绩——1991年在东京田径世锦赛上，获得100米和4×100米接力冠军，并以9秒86的成绩打破了100米世界纪录。

P18-21

编辑推荐

生命在于运动，运动可以让人保持健康，身心变得强健。

而竞技运动是对人类极限的挑战。

“更快、更高、更强”是奥运会的宗旨，也是无数运动员的追求。

为了实现这个目标，他们刻苦训练，在运动场上奋力拼搏，不断创造着新的纪录。

你想知道他们的事迹吗？

打开铁皮人美术编绘的《天才运动员》，和我们一起去了解这些天才运动员吧。

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>