

<<沙滩排球>>

图书基本信息

书名：<<沙滩排球>>

13位ISBN编号：9787546314259

10位ISBN编号：7546314259

出版时间：1970-1

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：李学恒 著

页数：122

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>

<<沙滩排球>>

内容概要

《沙滩排球》从策划、编写到出版经过了近一年的时间，编写组成员以吉林体育学院的专家学者为主，同时吸纳了北京、上海、天津、大连、广州等其他高校的60名学者。

《沙滩排球》图文并茂，实用性强，分为球类运动、体操健身运动、传统武术、冰雪运动、水上运动、体育舞蹈、休闲运动、格斗运动、民间体育活动和极限运动等10大类项目，计100分册，按照统一的体例，力争有所创新。

每册的具体内容为该项目的起源与发展、运动保健、基本技术、运动技巧、比赛规则等，使读者在学习过程中，不仅能够学会运动健身的方法，同时还能够学到保健方面的基本知识。

经国务院批准，自2009年起，将每年的8月8日定为“全民健身日”。

《全民健身项目指导用书》的出版，必将为开展全民健身活动起到积极的推动和指导作用。

<<沙滩排球>>

书籍目录

第一章 概述第一节 起源与发展第二节 场地、器材和装备第二章 运动保健第一节 自我身体评价第二节 运动价值第三节 运动保护第三章 基本技术第一节 准备姿势与移动第二节 发球第三节 垫球第四节 传球第五节 扣球第六节 拦网第四章 基础战术第一节 发球战术第二节 传球战术第三节 其他战术第五章 基本规则第一节 比赛方法第二节 裁判方法

<<沙滩排球>>

章节摘录

版权页：插图：沙滩排球运动最早出现在20世纪20年代美国的加利福尼亚州。

当时它只是一项海边休闲娱乐活动。

1947年，加利福尼亚州第1次出现2人制的正式沙滩排球比赛。

1976年，第1届世界沙滩排球锦标赛在美国举行，比赛设5000美元的奖金，这是职业化沙滩排球的开始

。

由于打沙滩排球只需球网、排球和泳装等简单的运动器材和装备，并且在比赛的同时又能充分享受阳光、沙滩和海水，可以减轻人们的工作和生活压力，因此沙滩排球运动很快在美国兴起并流行开来。

沙滩排球运动诞生之后很快在世界各地传播开来。

随着技术的进步、规则的完善，以及国际赛事的举办，沙滩排球运动逐步走上规范化道路，并成为全民健身运动的有机组成部分。

沙滩排球运动于1927年开始穿越大西洋传入法国，进入捷克斯洛伐克，并逐渐风靡美洲的巴西、阿根廷以及大洋洲的澳大利亚和新西兰等国。

20世纪80年代，国际排联开始在世界范围内宣传、普及沙滩排球这一崭新的排球运动形式。

<<沙滩排球>>

编辑推荐

《沙滩排球》是全民健身项目指导用书。

<<沙滩排球>>

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>