

<<单板滑雪>>

图书基本信息

书名：<<单板滑雪>>

13位ISBN编号：9787546314976

10位ISBN编号：7546314976

出版时间：1970-1

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：李明智 著

页数：98

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>

<<单板滑雪>>

内容概要

该书系能够顺应国家体育的大政方针，掌握时代脉搏，对指导大众健身，使大众掌握健身方法和手段有很好的促进作用。

吉林体育学院为指导广大群众科学健身做出了努力，为推进群众体育活动的科学化、生活化进程作出了贡献。

<<单板滑雪>>

书籍目录

第一章 概述第一节 起源与发展/002第二节 场地、器材和装备/005第二章 运动保健第一节 自我身体评价/010第二节 运动价值/014第三节 运动保护/019第三章 基本技术第一节 基本姿势/030第二节 导入技术/031第三节 滑降技术/047第四节 转弯技术/062第五节 自由式动作/069第六节 伤害及预防/083第四章 比赛规则第一节 比赛方法/090第二节 裁判方法/092

<<单板滑雪>>

章节摘录

版权页：插图：单板滑雪源于冲浪及滑板，而不是冬季的双板滑雪。

它产生于20世纪60年代美国的密歇根州。

当时有一位叫舍曼·波潘的美国人，他为了教自己的女儿练习滑雪，突发奇想，把两只雪板连接在一起，做成一块雪板，乘在这样的雪板上，可如同冲浪一样在山坡上自由滑下。

附近的孩子们惊奇地发现了这种可以冲起雪浪的雪板后，便争先让舍曼·波潘帮助制作，孩子们都十分喜爱这种雪板。

不久市场上便出现了安装把手的单板，雪板的前部还有了翘起，对滑下非常有利，这种单板被广泛运用于少年儿童娱乐之中。

孩子们在庭院里或山坡上乘单板滑下时笑声阵阵，享受着单板为他们的冬季生活增添的无限欢乐。

伴随着单板的不断改进和单板滑雪运动在世界范围的开展，单板滑雪运动吸引了当时的国际奥委会主席萨马兰奇的目光，他明确期望单板滑雪能够成为1998年长野冬奥会的正式比赛项目。

经过国际滑雪协会（FIS）的积极运作，在日本长野冬奥会上，单板滑雪的高山大回转和“U”形场地雪上单板技巧成为正式比赛项目。

<<单板滑雪>>

编辑推荐

《单板滑雪》是全民健身项目指导用书。

<<单板滑雪>>

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>