

<<学校户外运动安全指导>>

图书基本信息

书名：<<学校户外运动安全指导>>

13位ISBN编号：9787561442005

10位ISBN编号：7561442009

出版时间：2008-12

出版时间：四川大学出版社

作者：郑正

页数：274

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>

## <<学校户外运动安全指导>>

### 前言

户外运动作为我国新兴的体育项目，已被大众普遍接受。

1989年4月1日北京大学登山队“山鹰社”成立，这是全国首个以登山、攀岩为主要活动的学生社团组织，标志着户外运动开始走进校园。

2002年暑期，国家教育部将国家课题瞄准大学生野外生存训练，来自7所高校的180余位学生分别在湖北神农架、黑龙江帽儿山和浙江大明山3个基地进行了为期1周左右的野外生存训练，这也是教育部“大学生野外生存生活训练实验研究”总课题组的实验的开始。

北京和南方部分高校甚至将野外生存、攀岩、拓展训练、定向越野列为了必修课，使户外运动课程走进了院校。

2005年4月，山地户外运动又被国家体育总局批准成为我国正式的体育运动，标志着这项运动从自发萌芽阶段走上了规范发展的新道路。

随之而来的就是户外运动的安全性。

1998年1月21日，云南昆明市3名中学生在轿子雪山不幸遇难；1999年8月1日，北京大学女子登山队队员周慧霞在攀登四川岷山主峰时不幸遇难；2001年7月28日，南开大学1名学生攀登太白山时不幸遇难；2002年8月13日，北京大学登山队“山鹰社”在攀登希夏邦马峰西峰过程中，5名学生遇难……据不完全统计，截止2007年，学校户外运动导致的意外已有23起（包含探险性登山），死亡15人。

为了避免意外的发生，《学校户外运动安全指导》从较为宏观的角度，列举了各项户外运动的预防措施，以及如何应对意外情况。

必须强调的是《学校户外运动安全指导》绝非详尽无遗，其目的主要在于加强教师对户外运动的认识和安全意识。

## <<学校户外运动安全指导>>

### 内容概要

本书为野营、攀岩、潜水、帆船、拓展等户外运动提供了一些安全建议，并介绍了开展山地户外运动的一些方法和技巧，希望在帮助人们亲近自然的同时避免一些意外的发生。

本书从较为宏观的角度，列举了各项户外运动的预防措施，以及如何应对意外情况。

必须强调的是本书绝非详尽无遗，其目的主要在于加强教师对户外运动的认识和安全意识。

读者应运用自己的常识作出判断，尽量运用本身的经验及知识，而不应单是依循本书所述的安全措施

。

学校筹办专门的户外运动时，除参考本书的内容外，还须咨询具有相关资格的专业机构，向他们寻求更详尽的活动方案。

只有让校园户外活动在安全的环境下快乐、科学、文明、环保地开展，才能保证其健康、持续地发展

。

## <<学校户外运动安全指导>>

### 作者简介

郑正，主要从事山地户外运动、体育工程学、拓展训练、攀岩运动等领域的教学及研究。编著了《攀岩运动教程》，参与翻译了《山地救援》等书；发表体育产业、拓展训练、山地户外运动等相关论文十余篇。

## <<学校户外运动安全指导>>

### 书籍目录

前言绪论陆地项目 第一章 徒步 第二章 野外生存体验 第三章 定向越野 第四章 健身性登山  
第五章 滑雪 第六章 攀岩与下降 第七章 拓展训练 第八章 自行车 第九章 马术 第十章 探  
险性登山水上项目 第十一章 自然水域游泳 第十二章 帆船 第十三章 龙舟 第十四章 皮划艇与  
划艇 第十五章 漂流 第十六章 潜水空中项目 第十七章 滑翔伞 第十八章 高空拓展项目户外运  
动基本常识 第十九章 户外运动装备使用守则 第二十章 活动方案附录一 学校风险评估管理表(范  
本)附录二 家长同意书(范本)附录三 户外运动意外事件报告(范本)附录四 紧急联系卡(范本)  
附录五 我国部分户外类协会联系方式参考文献后记

## <<学校户外运动安全指导>>

### 章节摘录

插图：第一章 徒步第一节 项目介绍一、徒步旅行徒步旅行是指靠双脚跋山涉水，分为远足和远征训练。

远足通常指一组人为了消闲而进行的短途旅行；远征训练是有特定目的而举办的陆上或海上的行程，主要是激发参加者的冒险及探索精神。

二、徒步穿越徒步穿越是指在徒步区域里主要靠徒步行完成起点到终点的穿越里程。

中间可能要跨越山岭、丛林、沙漠、雪原、溪流、峡谷等地貌的一种户外运动。

其野外综合技能要求较高，集登山、攀岩、漂流、溯溪、野外生存于一体。

穿越人员必须要具备良好的体能，稳定的心理素质和道德水准，同时还要有乐于助人的团队精神。

徒步穿越富于求知性、探索性、不可预见性等特点，穿越者必须掌握相关野外生存知识与技能，应对千变万化的野外情况。

徒步穿越包含山地丛林、沙漠荒原、雪原冰川、峡谷、平原、山岭、长城、古道、草地、环湖、江河等很多分类徒步。

## <<学校户外运动安全指导>>

### 后记

历时两年,《学校户外运动安全指导》终于和读者们见面了。

《学校户外运动安全指导》为野营、攀岩、潜水、帆船、拓展等户外运动提供了一些安全建议,并介绍了开展山地户外运动的一些方法和技巧,希望在帮助人们亲近自然的同时避免一些意外的发生。

《学校户外运动安全指导》在编写过程中参考了许多相关的专著和论文,并引用了不少学者的观点。

特在此向这些专家和学者表示谢意,特别向提供资料的中国登山协会培训部表示感谢!

由于编者能力有限,加上客观条件的限制,《学校户外运动安全指导》还存在诸多不足,难免挂一漏万,恳请读者批评指正,以便进一步修订完善。

## <<学校户外运动安全指导>>

### 编辑推荐

《学校户外运动安全指导》是由四川大学出版社出版的。



<<学校户外运动安全指导>>

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>