

# 《地掷球》

## 图书基本信息

书名：《地掷球》

13位ISBN编号：9787807627760

10位ISBN编号：780762776X

出版时间：2008-8

出版社：吉林出版集团有限责任公司

页数：74

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《地掷球》

## 内容概要

《地掷球》从青少年学生体育活动的实际出发，行文简明，结构合理，图文并茂，基本涵盖了青少年适合从事的体育活动的各个方面。重智育、轻体育，重营养、轻锻炼的倾向，将严重阻碍青少年素质的全面发展。开展阳光体育运动的目的，就是号召和组织广大青少年学生走向操场、走进大自然、走到阳光下，积极参加体育锻炼，养成体育锻炼的良好习惯，提高体质健康水平。

相信《地掷球》的出版，一定能够为阳光体育运动的广泛深入开展，起到积极的辅助作用，为帮助广大青少年进行体育锻炼，提供有益的帮助。

# 《地掷球》

## 书籍目录

第一章 概述 第一节 起源与发展 第二节 特点与价值第二章 运动保护 第一节 生理卫生 第二节 运动前准备 第三节 运动后放松 第四节 恢复养护第三章 场地、器材和装备 第一节 场地 第二节 器材 第三节 装备第四章 基本技术 第一节 基本环节 第二节 握球方法 第三节 准备姿势 第四节 掷球方法第五章 基础战术 第一节 滚靠球战术 第二节 击球战术 第三节 掷目标球战术 第四节 击目标球战术 第五节 布局战术 第六节 调节战术 第七节 心理战术 第八节 阵容配备战术第六章 比赛规则 第一节 程序 第二节 裁判

# 《地掷球》

## 章节摘录

第一章 概述 第一节 起源与发展 地掷球运动起源于欧洲，有着悠久的历史。19世纪以后，这项运动流传到世界各地。20世纪以来，各种地掷球组织相继成立，使这项运动蓬勃开展起来。

一、起源 地掷球最初是一项娱乐活动，相传在古希腊、古罗马时代，农民们用石头磨制成圆形的球进行投掷游戏，这就是地掷球运动的前身。由于这种娱乐方式简单有趣，很快便广泛流行起来。

古罗马帝国军队的长官曾鼓励士兵在广场和道路上打地掷球，借以提高部队官兵的素质。在英国女王伊丽莎白一世的宫廷里，地掷球游戏也曾风行一时。后来，人们将石球改为用橄榄木制成的球，使球的重量、尺寸进一步规范起来。19世纪，随着欧洲移民的迁移，地掷球运动传到世界其他地区。20世纪初，地掷球在欧美国家有了较大发展，使这一娱乐性活动成为一项体育竞技项目。球的材料被金属和合成塑料所取代，球的重量、尺寸、圆度等都有了一定规格的要求，地掷球技术也从简单化逐步走向成熟。

二、发展 随着地掷球运动的兴起，众多的地掷球俱乐部相继成立。1944年3月，南美国家地掷球联合会成立。1953年，西欧一些国家成立了欧洲地掷球联合会。1983年9月，在瑞士基亚索举行了第1届世界地掷球锦标赛，并召开了国际联席会议。会议决定成立国际地掷球联合会，基本统一了地掷球竞赛规则，决定每两年举行1届世界锦标赛和1届“洲际杯”赛。国际地掷球联合会的诞生，竞赛规则的统一，以及世界锦标赛的举行，使地掷球运动在世界各地迅速发展起来。

.....

# 《地掷球》

## 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：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)