

# 《花样滑冰》

## 图书基本信息

书名：《花样滑冰》

13位ISBN编号：9787500945736

出版时间：2014-4

作者：王树本

页数：283

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)

# 《花样滑冰》

## 内容概要

本书在总结经验教训的基础上，借鉴国外的先进技术，综合我国的科研成果和训练实践完成。确定了动作的各技术阶段的基本技术和姿态的内容，提出定性和定量标准。对促进花样滑冰训练走上科学化和系统化的道路，有一定的指导意义。

# 《花样滑冰》

## 作者简介

王树本，1938年生，毕业于哈尔滨师范大学化学系。曾任国家花样滑冰教练委员会副主任、黑龙江省体育科学研究所花样滑冰研究员、香港滑冰协会高级教练员和高级裁判员。1960年获得国家花样滑冰运动健将称号。在运动第一线从事花样滑冰研究25年，1978年代表中国首次考察世界花样滑冰锦标赛，为我国引进双人滑和冰上舞蹈项目，主持起草、制定了中国花样滑冰第一部训练大纲。1986-2000年多次担任花样轮滑国际和全国比赛裁判长。著述、论文、译作近两百万字。获国家体育贡献奖。

# 《花样滑冰》

## 书籍目录

前言

第一章 概论

第二章 花样滑冰简史

第三章 花样滑冰运动员的生理与心理特点

第四章 花样滑冰技术动作的原理与标准

第五章 花样滑冰动作的技术及完成方法

第六章 花样滑冰的艺术

第七章 花样滑冰运动员的身体训练与技术辅助训练

第八章 花样滑冰的控制训练

第九章 花样滑冰技术等级训练与教学

第十章 竞赛与裁判

第十一章 场地 器材 服装

附录

参考文献

作者简介

# 《花样滑冰》

## 精彩短评

- 1、非常棒的科普，值得慢慢消化。
- 2、足够全面，而且对这个运动有本土化的解析，完全满足阅读预期

# 《花样滑冰》

## 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)