

田径



[田径_下载链接1](#)

著者:李铁录

出版者:知识出版社

出版时间:1998-04

装帧:平装

isbn:9787501516704

本书以通俗的语言，介绍了田径运动中主要项目的定义、发展状况、技术战术、比赛规则、裁判法以及一些主要赛事和国内外优秀运动员等，同时还介绍了进行田径运动对加强青少年体能的全面发展和培养青少年良好的意志品质所具有的重要作用和意义。对于广大青少年，尤其是爱好田径运动的青少年，本书是一本具有实际指导意义且饶有趣味的读物。

作者介绍:

目录: 目录

径赛

第一章 径赛运动概述

第一节 径赛的定义

第二节 径赛项目的特点

第三节 径赛项目的分类

第四节 径赛项目的世界纪录

第五节 如何欣赏田径比赛

第二章 竞走

第一节 竞走的定义和青少年练习竞走的意义

第二节 竞走的发展概况

第三节 竞走的技术

第四节 竞走比赛的战术

第五节 竞走的比赛规则、裁判法及重大比赛

第六节 国内外优秀运动员介绍

第三章 短跑

第一节 短跑的定义和青少年练习短跑的意义

第二节 短跑的发展概况

第三节 短跑的技术

第四节 短跑比赛的战术

第五节 短跑的比赛规则 裁判法及重大比赛

第六节 国内外优秀运动员介绍

第四章 接力跑

第一节 接力跑的定义和青少年练习接力跑的意义

第二节 接力跑的发展概况

第三节 接力跑的技术

第四节 接力跑比赛的战术

第五节 接力跑的比赛规则、裁判法和重大比

赛

第五章 中长距离跑

第一节 中长距离跑的定义和练习中长距离跑的意义

第二节 中长距离跑的发展概况

第三节 中长距离跑的技术

第四节 中长距离跑比赛的战术

第五节 中长距离跑的比赛规则、裁判法及重大比赛

第六节 国内外优秀运动员介绍

第六章 跨栏跑

第一节 跨栏跑的定义和青少年练习跨栏跑的意义

第二节 跨栏跑的发展概况

第三节 跨栏跑的技术

第四节 跨栏跑的战术

第五节 跨栏跑的比赛规则、裁判法及重大比

赛

第六节 国内外优秀运动员介绍

第七章 障碍跑

第一节 障碍跑的定义

第二节 障碍跑的发展概况

第三节 障碍跑的技术

第四节 障碍跑的战术

第五节 障碍跑的比赛规则、裁判法及重大比

赛

第六节 优秀运动员介绍

第八章 马拉松跑

第一节 马拉松跑的定义和开展马拉松跑的意

义

第二节 马拉松的发展概况

第三节 马拉松跑的技术

第四节 马拉松跑的战术

第五节 马拉松比赛的规则、裁判法及重大比赛

第六节 国内外优秀运动员介绍

第九章 径赛运动场地及器材

第一节 径赛运动的场地

第二节 跨栏跑和障碍跑的场地和器材

田赛

第十章 跳高

第一节 跳高的定义和开展这项运动的意义

第二节 跳高的发展概况

第三节 跳高的技术与战术

第四节 跳高比赛的规则与裁判法

第五节 国内外优秀运动员介绍

第十一章 跳远

第一节 跳远的定义和开展这项运动的意义

第二节 跳远的发展概况

第三节 跳远技术与战术

第四节 跳远比赛的规则与裁判法

第五节 国内外优秀运动员介绍

第十二章 三级跳远

第一节 三级跳远的定义及开展这项运动的意

义

第二节 三级跳远的发展概况

第三节 三级跳远的技术

第四节 三级跳远比赛的规则与裁判法

第五节 国内外优秀运动员介绍

第十三章 撑竿跳高

第一节 撑竿跳高的定义及开展这项运动的意

义

第二节 撑竿跳高的发展概况

第三节 撑竿跳高的技术

第四节 撑竿跳高比赛的场地器材、比赛规则

与裁判法

第五节 国内外优秀运动员介绍

第十四章 推铅球

第一节 推铅球的定义和开展这项运动的意义

第二节 推铅球的发展概况

第三节 推铅球的技术

第四节 推铅球比赛的规则与裁判法

第五节 国内外优秀运动员介绍

第十五章 掷标枪

第一节 掷标枪的定义和开展这项运动的意义

第二节 掷标枪的发展概况

第三节 掷标枪的技术

第四节 掷标枪的比赛规则与裁判法

第五节 国内外优秀运动员介绍

第十六章 掷铁饼

第一节 掷铁饼的定义和开展这项运动的意义

第二节 掷铁饼的发展概况

第三节 掷铁饼的技术

第四节 掷铁饼的比赛规则与裁判法

第五节 国内外优秀运动员介绍

第十七章 掷链球

第一节 掷链球的定义和开展这项运动的意义

[第二节 掷链球的发展概况](#)

[第三节 掷链球的技术](#)

[第四节 掷链球的比赛规则与裁判法](#)

[第五节 国内外优秀运动员介绍](#)

• • • • • (收起)

[田径 下载链接1](#)

[标签](#)

[评论](#)

[田径 下载链接1](#)

[书评](#)

[田径 下载链接1](#)