

(12) 实用新型专利

(10) 授权公告号 CN 202682720 U

(45) 授权公告日 2013. 01. 23

(21) 申请号 201220219587. 1

(22) 申请日 2012. 05. 16

(73) 专利权人 赵传平

地址 400000 重庆市永川市板桥镇寿永街村
3 组

(72) 发明人 赵传平

(51) Int. Cl.

A63B 69/00 (2006. 01)

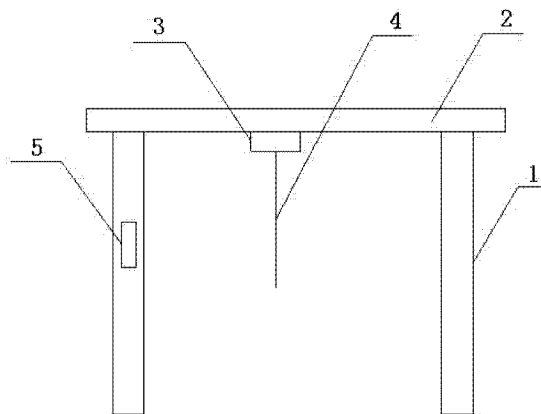
权利要求书 1 页 说明书 1 页 附图 1 页

(54) 实用新型名称

短跑教学辅助器材

(57) 摘要

本实用新型公开了一种短跑教学辅助器材,涉及一种体育器械,包括两个立柱和设置于两个立柱上表面的横杆,所述立柱为伸缩套管结构,横杆下表面开有滑槽,还包括滑块,所述滑块与滑槽滑动连接,滑块远离滑槽的一面连接有弹性绳索,其中一立柱侧面中部设有挂钩。本实用新型能帮助学生掌握正确的跑步身姿,消除练习过程中的恐惧心理。



1. 一种短跑教学辅助器材,其特征在于:包括两个立柱和设置于两个立柱上表面的横杆,所述立柱为伸缩套管结构,横杆下表面开有滑槽,还包括滑块,所述滑块与滑槽滑动连接,滑块远离滑槽的一面连接有弹性绳索,其中一立柱侧面中部设有挂钩。

2. 根据权利要求1所述的短跑教学辅助器材,其特征在于:所述两个立柱形状、尺寸一致。

3. 根据权利要求1或2所述的短跑教学辅助器材,其特征在于:所述挂钩为三个。

短跑教学辅助器材

技术领域

[0001] 本实用新型涉及一种体育器械,特别涉及一种短跑教学辅助器材。

背景技术

[0002] 短跑教学中,起跑后加速跑阶段身体前倾幅度过小或者将上体抬起、直立都会不利于形成正确的加速跑姿势,从而影响最大速度的发挥。造成这种现象的原因主要是因为学生害怕身体前倾幅度过大,不能很好的控制重心或者身体用力不协调而跌倒。因此,学生不敢过大的前倾。有些教师会用绳索一端系于学生胸部,另一端由人拉着。但是在学生起跑后,后面的人也必须跟着跑,这样很不方便。

实用新型内容

[0003] 本实用新型的目的就在于提供一种短跑教学辅助器材,能帮助学生掌握正确的跑步身姿,消除练习过程中的恐惧心理。

[0004] 本实用新型的技术方案是:一种短跑教学辅助器材,包括两个立柱和设置于两个立柱上表面的横杆,所述立柱为伸缩套管结构,横杆下表面开有滑槽,还包括滑块,所述滑块与滑槽滑动连接,滑块远离滑槽的一面连接有弹性绳索,其中一立柱侧面中部设有挂钩。

[0005] 作为优选,所述两个立柱形状、尺寸一致。

[0006] 作为优选,所述挂钩为三个。

[0007] 与现有技术相比,本实用新型的有益效果在于:由于有滑槽和滑块,加上弹性绳索的使用,能帮助学生矫正错误的身姿。立柱可伸缩,这样可方便根据每个人的身高调节高度。挂钩的设置可方便人们挂一些随身携带的东西。

附图说明

[0008] 图1为本实用新型的结构示意图。

具体实施方式

[0009] 下面将结合附图对本实用新型作进一步说明。

[0010] 如图1所示一种短跑教学辅助器材,包括两个立柱1和设置于两个立柱1上表面的横杆2,所述立柱1为伸缩套管结构,横杆2下表面开有滑槽,还包括滑块3,所述滑块3与滑槽滑动连接,滑块3远离滑槽的一面连接有弹性绳索4,其中一立柱1侧面中部设有挂钩5。作为优选,所述两个立柱1形状、尺寸一致;所述挂钩5为三个。

[0011] 使用时,用弹性绳索4系住学生胸部。由于有弹性绳索4拉住,学生在跑步过程中可以尽可能的前倾身体,而不必担心摔倒。时间久了,学生就会慢慢掌握正确的跑步姿势。由于每个人身高不同,重心也不同,因此立柱1可根据每个人情况调节,以达到适合自己的高度。

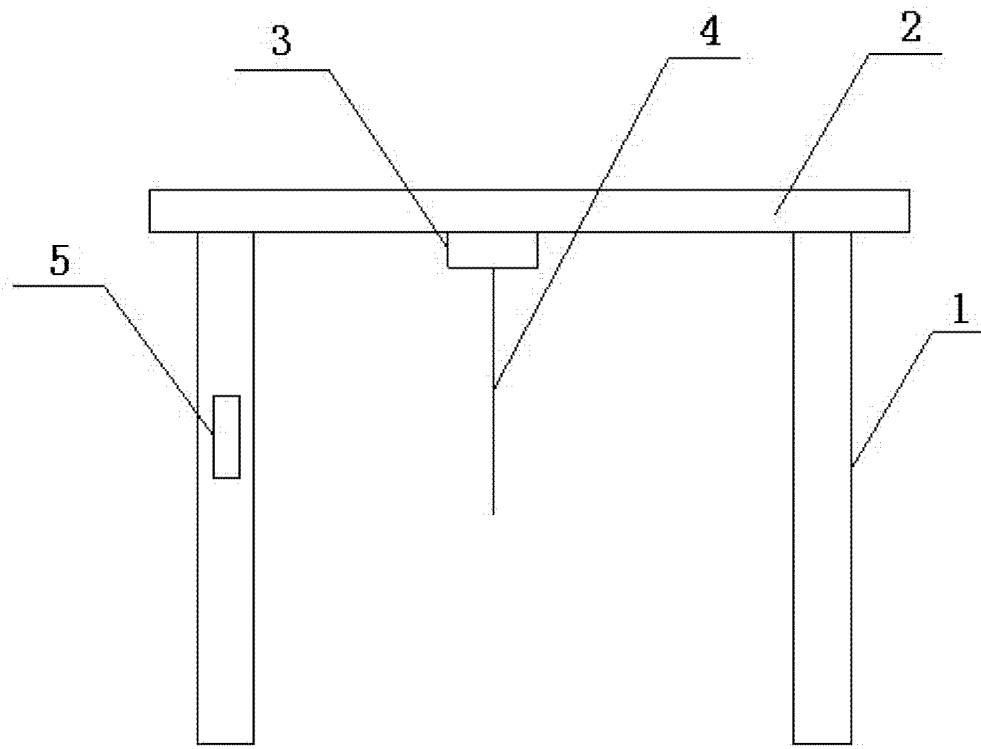


图 1