

<<篮球训练计划精选>>

图书基本信息

<<篮球训练计划精选>>

内容概要

训练内容是篮球训练最重要的部分；比赛反映训练效果，训练效果直接影响比赛。

在训练时要充分调动队员的积极性，使他们富有激情。

从教练员培训班中，我受到了许多启发。

每名教练员都应该参加教练员培训班，了解一些新的篮球理念、实用的训练方法……

<<篮球训练计划精选>>

作者简介

谭朕斌，1964年生于湖南省郴州市。

1993年北京体育师范学院硕士研究生毕业后留校任教。

1997年考取北京体育大学体育教育训练学博士生，2000年6月获教育学博士学位。

2002年9月至2003年1月赴美国新英格兰大学作访问学者。

现任首都体育学院副教授、硕士生导师、北京市运动机能评定与技术分析重点实验室副主任。

1992年以来，先后主持和参加多项省部级课题的研究及全国统编教材的编写，在国内体育核心期刊发表了10余篇学术论文。

<<篮球训练计划精选>>

书籍目录

第一章 训练计划 吉诺·奥利马第二章 持球训练 吉姆·福斯特第三章 训练阶段安排 皮特·古德特第四章 训练安排 塞斯·格林伯格第五章 进攻紧逼防守训练 戴夫·奥登第六章 日训练安排 凯文·奥尼尔第七章 大强度训练 凯尔文·桑德森第八章 进攻战术训练 温珀·桑德森第九章 训练的组织与管理 丹尼·辛格尔顿第十章 训练准备 鲍勃·森德沃尔德第十一章 日训练计划 约翰·伍登 第一部分 防守 第二部分 进攻

<<篮球训练计划精选>>

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>