第一图书网, tushu007.com

<<大学体育实践教程>>

图书基本信息

书名：<<大学体育实践教程>>

13位ISBN编号：9787561842454

10位ISBN编号：7561842457

出版时间：2011-12

出版时间：天津大学出版社

作者：罗二平，李越辉，吴建平　主编

页数：333

字数：446000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《普通高等教育精品规划教材：大学体育实践教程》介绍普通高等学校“大学体育”课程教学中的实践内容。
全书共分7个部分，即基础体育、球类运动、武术与养生、形体训练与艺术体育、户外运动、棋牌运动和游泳运动，其中不乏学生比较喜欢、校园中易于普及的多种体育项目，体现了让学生依据自己所选的体育项目课程进行针对性学习的教学宗旨。

该书可以作为普通高等学校“大学体育”课程“实践”教学阶段的教材，亦可作为高职院校学生体育课程的教学用书。

第一图书网, tushu007.com

<<大学体育实践教程>>

书籍目录

第一部分 基础体育
第一章 田径运动
第一节 田径运动概述
第二节 径赛项目的基本技术
第三节 田赛项目的主要技术
第二章 体能锻炼
第一节 体能锻炼释义
第二节 体能的类别
第三节 体能锻炼的重要意义
第四节 体能锻炼的内容
第二部分 球类运动
第三章 篮球运动
第一节 篮球运动概述
第二节 篮球基本技术
第三节 篮球基本战术
第四节 篮球竞赛规则简介
第四章 排球运动
第一节 排球运动概述
第二节 排球基本技术
第三节 排球基本战术
第四节 排球竞赛规则简介
第五章 足球运动
第一节 足球运动概述
第二节 足球基本技术
第三节 足球基本战术
第四节 足球竞赛规则简介
第六章 乒乓球运动
第一节 乒乓球运动概述
第二节 乒乓球基本技术
第三节 乒乓球基本技术
第四节 乒乓球基本战术
第五节 乒乓球竞赛规则简介
第七章 羽毛球运动
第一节 羽毛球运动概述
第二节 羽毛球基本技术
第三节 羽毛球基本战术
第四节 羽毛球竞赛规则简介
第八章 网球运动
第一节 网球运动概述
第二节 网球基本技术
第三节 网球竞赛规则简介
第三部分 武术与养生
第九章 武术运动
第一节 武术运动概述
第二节 武术基本功

第三节 初级长拳（第三路）
第四节 二十四式太极拳
第十章 跆拳道运动
第一节 跆拳道运动概述
第二节 跆拳道基本技术
第三节 跆拳道实战
第十一章 散打运动
第一节 散打运动概述
第二节 散打基本技术
第三节 散打基本战术
第十二章 防身术
第一节 防身术概述
第二节 防身术基本技术
第十三章 导引养生功法
第一节 八段锦
第二节 舒心平血功
第三节 五禽戏
……
第四部分 形体训练与艺术体育
第五部分 户外运动
第六部分 棋牌运动
第七部分 游泳运动
参考文献

章节摘录

版权页： 插图： （三）发球犯规与失误 发球时未将球抛起，身体的任何一部位触球；脚踏端线或踏越发球区短线；球触及标志杆或从非过网区越过；球落在界外；球落地前触及空中障碍物；抛球未击，但球落地前触及发球者；鸣哨后8s内未击球；发球次序错误；球越过发球掩护的个人或集体。
（四）重新发球 未鸣哨允许发球将球发出；遇到特殊情况认可的停止比赛时，如队员受伤，来自外界的干扰等。
（五）场上队员的位置与位置错误的判断 靠近球网的3名队员为前排队员，其位置为4号位（左）、3号位（中）和2号位（右）。
另外3名队员为后排队员，其位置为5号位（左）、6号位（中）和1号位（右）。
如果没有按照正确的轮转秩序发球，则构成发球秩序错误。
（六）击球时的犯规 （1）四次击球。
一个队连续触球4次则判为四次击球（拦网一次除外）。
（2）借助击球。
队员在比赛场地以内借助同伴或任何物体的支持进行击球。
（3）持球。
没有将球击出，以及有握、抛、推送、携带等动作，造成接住或抛出。
（4）连击。
一名队员连续两次击球或球连续触及身体的不同部位（拦网除外），则判为连击。
拦网一次和接发球时除外。
（七）队员在球网附近的犯规 （1）对方进攻性击球前或击球时在对方空间触及球或对方队员为犯规。
（2）从网下穿越进入对方空间并妨碍对方比赛为犯规。
（3）越过中线进入对方场区，指队员的一只（两只）脚或一只（两只）手超过中线触及对方场区。
手或脚如还有部分接触中线或置于中线上空不判为犯规。
队员身体的任何其他部分接触对方场区为犯规。
（4）队员触及球网，但队员在试图进行击球的情况下偶尔触网不算犯规。
（八）进攻性击球犯规 在对方场区空间击球；击球出界；后排队员在前场区完成进攻性击球，并且击球时球的整体高于球网上沿，均判失去发球权或失分。
（九）不良行为 在比赛中，球队队员对裁判员、对方队员、同队队员或观众有不良的行为，根据其犯规的严重程度，给予适当的不同等级的判罚。

第一图书网, tushu007.com

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