

<<进攻的技巧>>

图书基本信息

书名：<<进攻的技巧>>

13位ISBN编号：9787810519502

10位ISBN编号：7810519506

出版时间：2003-6-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：韩纪光

页数：220

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>

<<进攻的技巧>>

内容概要

进攻技术是篮球比赛中，队员合理地运用传接球、运球、持球突破、投篮等进攻动作，有针对性地选择进攻位置，及时快速地移动、灵活而默契的配合，达到投篮得分的战术目的。

一般情况下，一获得球权，前锋队员立即沿边线快下，准备接球进攻。

如果中锋抢到篮板球，首先看快下队员，能传立即传给快下队员上篮，如不能传，要及时传球给接应队员，后卫及时快速向中锋看见的、完全的、离前场近的位置上跑，把球接应出来，组织快攻。

如快攻不行，马上组织队员落位，掌握进攻节奏，进行半场阵地进攻。

篮球比赛中队员的位置分为中锋、前锋和后卫。

不同位置的队员在比赛中承担着不同的职责和防守任务。

合理地按位置职责去组织队员进行比赛，充分利用队员的身体条件、技术特长，发挥队员的智慧与能力，有效地组织集体的力量完成攻守任务，对于取得比赛胜利有着重要的意义。

中锋队员的活动区域是在篮下地带，承担着内线攻守的主要任务。

在进攻中，中锋要有个人得分，拼抢篮板球的能力，并承担组织集体配合的任务，为同伴创造进攻机会。

<<进攻的技巧>>

书籍目录

一 进攻技术概述 (一) 进攻战术体系结构 (二) 进攻位置的选择及特点 (三) 个人进攻原则二 无球进攻技术 (一) 无球队员进攻技术要点 (二) 无球队员的进攻方法 (三) 无球队员进攻技术训练三 传、接球技术 (一) 控制球技术 (二) 传球技术 (三) 接球技术 (四) 如何把握传球的准确性四 运球技术 (一) 运球技术要点 (二) 运球技术动作分析 (三) 比赛中运球技术的运用要点五 持球突破技术 (一) 原地持球突破技术动作分析 (二) 持球突破运用示例 (三) 持球突破练习六 进攻战术与体系 (一) 快攻 (二) 移动进攻 (三) 固定进攻战术配合 (四) 进攻人盯人防守 (五) 进攻区域联防 (六) 进攻区域紧逼

<<进攻的技巧>>

编辑推荐

篮球小明星丛书。

<<进攻的技巧>>

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>