

<<篮球游戏大全>>

图书基本信息

书名：<<篮球游戏大全>>

13位ISBN编号：9787810519823

10位ISBN编号：7810519824

出版时间：2004-4

出版时间：北京体育大学出版社

作者：张良祥

页数：265

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>

<<篮球游戏大全>>

内容概要

篮球专项化活动性游戏是把篮球运动的基本技术或简单战术等教学训练内容,按一定的目的、要求和特定的规则组织起来的、以使学生掌握篮球技术战术为最终目的的特殊练习形式。

它既不同于竞技体育的篮球运动训练,也有别于大众体育的趣味、娱乐游戏,而是带有强烈的篮球专项特点的练习方法。

本书目的是使篮球课教学向着有趣、轻松、自由、娱乐身心、增强体质、提高技术的方向发展,使学生在篮球教学中体会到体育教学的成功感,培养学生参加体育锻炼的兴趣、意识、习惯和能力。

本书,图文并茂、内容丰富,充分体现了篮球运动本身所富有的知识性、趣味性和集体性等特点,是各类学校、运动队教学训练的必备参考教材。

<<篮球游戏大全>>

作者简介

张良祥，男，1966年出生，黑龙江省齐齐哈尔人，副教授，硕士学位，篮球国家级裁判员，齐齐哈尔市政协委员，现任齐齐哈尔大学体育学院篮球教研室教师。

1990年毕业于哈尔滨体育学院，1994年在北京体育大学学习，1997年获硕士学位。
2001年荣获篮球国家级裁判员。

自1990年以来，一直从事体育系篮球普修课、篮球专修课和校运动队教学与训练工作。在工作中不断积累知识，总结经验，先后在国家级和省级期刊发表论文32篇，学术著作一本《篮球训练指南》，黑龙江省教学科研立项二项。
多次被评为校优秀青年教师和市优秀教育工作者，在篮球比赛中，曾多次荣获体育道德风尚奖。

<<篮球游戏大全>>

书籍目录

第一章 控制球游戏 1 原地抛接球 2 上下抛接球 3 立卧撑起接球 4 后抛前接、前抛后接 5 后抛前接、前抛后接 6 正踢腿交接球 7 侧踢腿交接球 8 胯下两手前后颠接球 9 两手胯下交叉颠接球 10 双手胯下反弹前后交接球 11 环绕颈、腰、腿间交接球 12 环绕双腿、单腿交接球 13 胯下8字交接球 14 行进间胯下的8字交接球 15 弓箭步胯下交接球 16 弓箭步加转体胯下交换球 17 移动高抬腿跑, 腿下交接还需 18 抛接球转高抬腿、弓箭步腿下交接球 19 原地胯下左、右运球 20 原地胯下前、后运球 21 原地背后换手变向运球 22 胯下8字运球 23 单手胯下运球 24 两腿外侧和胯下两次运球 25 快速1-2次低运球 26 原地双手胸前抛接球 27 一抛一腰间围绕 28 一抛一腿间围绕 29 身后抛球身前换手 30 左右前后胯下换手抛球 31 内外旋肘 32 双手上下抄还需 33 手指尖旋球 34 原地双手同时运两球 35 原地双手高低交替运两球 36 “死球拍活” 37 原地背后变向运球 38 原地背后移动运球第二章 移动游戏第三章 传球游戏第四章 投篮游戏第五章 运球游戏第六章 专项身体素质游戏第七章 技战术游戏

<<篮球游戏大全>>

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>