

<<女子篮球训练101例>>

图书基本信息

<<女子篮球训练101例>>

内容概要

篮球是世界上开展得最广泛的运动项目之一，也是广大爱好者乐于观赏和参与的体育运动。特别是近几年，随着我国篮球向职业化迈进，CBA、WCBA、CUBA以及各种类型的青少年篮球比赛日趋火爆，篮球运动在我国得到了空前的发展，这就对各级篮球训练提出了更高的要求。

为了进一步推动我国篮球运动的开展,向广大篮球工作者和教练员提供更多的专业读物,我们选择引进了这一套美国现代篮球训练丛书,并将陆续出版,其中包括:《篮球进攻训练101例》《篮球防守训练101例》《篮板球训练101例》《掷界外球训练101例》《女子篮球训练101例》本套丛书的作者多为美国职业篮球俱乐部的教练员，其中乔治·卡尔是密尔沃基雄鹿队的主教练，具有丰富的执教经验。

书中介绍的各种练习方法和手段都是经过他们长期的实践经验总结并汇集起来的，有着很强的针对性和实用价值。

每种练习方法图文并茂、简洁明了、易于练习和掌握。

希望本套丛书的出版能够对读者提供一些有益的帮助。

<<女子篮球训练101例>>

作者简介

加里·米勒，目前任职于伊利诺伊大学校园娱乐部副主任，同时担任国家校园娱乐体育协会会刊的编辑工作。

1970年，他在伊利诺伊大学获得工商管理学学士学位。

在越南服役期满回国后，1974年获得了伊利诺伊大学校园文化娱乐自然科学硕士学位。

1983年在加南加利福尼亚大学获得了体育教育哲学博士学位。

《女子篮球训练101例》是他写的第二本。

米勒博士先后在加利福尼亚大学、密歇根大学和伊利诺伊大学潜心钻研娱乐体育27年。

米勒博士曾担任加利福尼亚大学女子篮球队助理教练。

<<女子篮球训练101例>>

书籍目录

第一章 控球训练第二章 移动训练第三章 传球训练第四章 投篮训练第五章 中锋队员训练第六章 抢篮板球训练第七章 发界外球训练第八章 攻防转换训练第九章 防守基本功训练第十章 人盯人防守训练第十一章 区域防守训练第十二章 快攻训练第十三章 灵敏性和快速反应训练第十四章 身体素质训练

<<女子篮球训练101例>>

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>