

<<进攻人盯人防守>>

图书基本信息

书名：<<进攻人盯人防守>>

13位ISBN编号：9787500932383

10位ISBN编号：7500932383

出版时间：2007-12

出版时间：人民体育出版社

作者：姜立嘉，周殿学 著

页数：259

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>

## <<进攻人盯人防守>>

### 内容概要

这是本篮球战术读本。

全书共分两个部分，八个章节。

其中第一部分进攻人盯人防守战术的基础理论介绍了进攻人盯人防守战术的发展、演变、运用策略、现状、特点、运用原则、要求以及对运动员的要求；第二部分进攻人盯人防守的战术配合则介绍了单中锋、双中锋和无固定中锋进攻人盯人防守的配合方法。

## <<进攻人盯人防守>>

### 作者简介

姜立嘉：1952年3月生于吉林。

教授，博士生导师。

现任东北师范大学体育学院院长，体育学院教授委员会主任。

主要研究方向：体育教学，训练原理与方法研究。

从事体育教授训练学研究30余年，在国内外重要学术刊物上发表论文共50余篇，出一版专著(译著等)2部。

1998年出版《论现代篮球实战系统训练》获吉林省《长白山优秀图书》二等奖。

目前承担国家科研项目3项，省部级项目2项。

1992年获“霍英东优秀青年教师奖”荣誉称号，2000年获“国务院有突出贡献专家政府特殊津贴”，担任教育部师范司教学水平随即抽样专家评估组成员。

全国体育教育协会副会长，中国篮球协会科研委员会副主任。

周殿学：1956年生于吉林省农安县。

现任东北师范大学体育学院副教授，硕士研究生导师。

1975年毕业于吉林省体育学校，1979年由吉林队篮球队考入东北师范大学体育学院，1983年本科毕业并获教育学学士学位，同时留校任教。

1986年考取东北师范大学体育学院硕士研究生，1989年获武汉体育学院教育学硕士学位。

1997—1999年在日本宫城教育大学留学。

任教二十多年来，积累了大量的理论和实践教学经验，先后主持和协助他人参加了多项省部级课题研究工作，在国内学术刊物发表学术论文10余篇。

## <<进攻人盯人防守>>

### 书籍目录

#### 第一部分 进攻人盯人防守战术的基础理论

##### 一、进攻人盯人防守战术的发展与演变

- (一)策应配合
- (二)传切配合
- (三)掩护与阻挡的产生
- (四)中锋的定位掩护
- (五)“8”字形进攻
- (六)原地投篮配合

##### 二、进攻人盯人防守的运用策略

- (一)选用合理的落位方法和进攻阵型
- (二)以中锋为核心的进攻
- (三)以外线进攻为主的进攻
- (四)集体进攻
- (五)移动进攻

##### 三、进攻人盯人防守的现状特点

- (一)进攻半场人盯人防守的现状
- (二)进攻半场人盯人防守的特点

##### 四、进攻人盯人防守的运用原则与要求

- (一)内外结合的原则
- (二)左右并重原则
- (三)连续性与节奏性相结合原则
- (四)战术的多样性原则
- (五)攻与守平衡的原则

##### 五、进攻人盯人防守战术对运动员的要求

- (一)深刻认识和理解攻守人盯人战术的本质、特点及规律
- (二)要具有把握个人与整体的关系的能力
- (三)要具备良好的身体素质和全面的技术,更要具备良好的战术配合意识
- (四)具有针对性和灵活性
- (五)加强前场篮板球的拼抢

#### 第二部分 进攻人盯人防守的战术配合

##### 一、单中锋进攻人盯人防守的配合方法

- (一)2—2—1落位阵型的配合方法
- (二)2—1—2落位阵型的配合方法
- (三)2—3落位阵型的配合方法
- (四)1—3—1落位阵型的配合方法

##### 二、双中锋进攻人盯人防守的配合方法

- (一)1—2—2落位进攻人盯人防守配合
- (二)1—3—1落位进攻人盯人防守配合
- (三)1—4落位进攻人盯人防守配合

##### 三、无固定中锋进攻人盯人防守的配合方法

- (一)1—2—2落位阵型的配合方法
- (二)1—4落位阵型的配合方法

<<进攻人盯人防守>>

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>