

<<排球运动教程>>

图书基本信息

书名：<<排球运动教程>>

13位ISBN编号：9787500936466

10位ISBN编号：750093646X

出版时间：2009-10

出版单位：人民体育

作者：虞重干

页数：374

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>

<<排球运动教程>>

内容概要

《排球运动教程》以1999年出版的体育学院通用教材《排球运动》为基础，根据近年来排球运动的最新发展情况，将原教材的3篇12章改为4篇12章，其中对六人制排球的立体进攻战术、排球运动员的体能训练、排球运动员的心理训练、排球教学与训练、竞赛及裁判工作、排球运动科学研究方法、沙滩排球等章节作了大幅度的修改；删去了“排球教练员”一章，将其基本内容融入到新一章“排球比赛指导、青少年排球运动员选材与教学训练”，新增了“青少年排球教学训练”一节，并介绍了国外青少年排球教学训练的理念和方法，使教材内容更加丰富，更加贴近当前排球运动飞速发展的实际；删除了复杂繁纷的战术示意图，因此更为简明扼要。

总之，力图使读者通过阅读和学习，对排球运动有较全面地深刻了解。

<<排球运动教程>>

书籍目录

第一篇 总论第一章 排球运动简介第一节 排球运动的比赛方法和比赛特点第二节 排球运动的起源、传播与繁衍第二章 排球运动发展概况第一节 世界排球运动的发展第二节 我国排球运动的发展第三节 排球运动发展态势第二篇 六人制排球第三章 排球技术第一节 排球技术的概念、特点和分类第二节 排球技术的几个力学问题第三节 准备姿势与移动第四节 发球第五节 垫球第六节 传球第七节 扣球第八节 拦网第四章 排球战术第一节 排球战术的基本理论第二节 阵容配备、位置交换、信号联系与“自由人”的运用第三节 个人战术第四节 集体进攻战术第五节 集体防守战术第六节 战术系统第七节 战术教学与训练第五章 排球运动员的体能训练第一节 排球运动员体能训练概述第二节 排球运动员身体形态和机能水平特征第三节 排球运动员身体素质训练的理论与练习方法第四节 排球运动员体能测试第六章 排球运动员的心理训练第一节 专项心理特征第二节 心理训练第七章 排球教学与训练第一节 排球教学第二节 排球训练第八章 排球比赛指导、青少年排球运动员选材与教学训练第一节 比赛的指导工作第二节 青少年排球运动员选材第三节 青少年排球教学训练第九章 排球运动竞赛与裁判工作第一节 排球运动竞赛工作第二节 排球运动竞赛裁判工作第十章 排球运动科学研究方法第一节 科学研究的范围与内容第二节 科学研究的基本程序与方法学问题第三节 科学研究的选题第四节 科学研究资料与事实的收集和整理分析第五节 撰写论文第三篇 沙滩排球第十一章 沙滩排球第一节 沙滩排球的起源与发展第二节 沙滩排球比赛主要规则与场地器材第三节 沙滩排球基本技术和常用战术第四节 沙滩排球与室内六人制排球的主要异同第四篇 其他形式的排球运动第十二章 排球运动的其他形式第一节 坐式排球第二节 软式排球第三节 小排球第四节 九人制排球第五节 四人制排球第六节 气排球第七节 其他排球活动简介

<<排球运动教程>>

章节摘录

插图：除意大利外，法国、德国、比利时、荷兰等西欧国家的职业排球也开展得十分红火。日本、韩国、俄罗斯、美国及拉美国家等也在排球职业化的道路上跃跃欲试。现代排球运动技、战术的高水平发展为排球运动走向社会化、商业化、职业化奠定了基础。国际排联的系列体制改革也为此创造了良好的条件。

而排球运动的社会化、商业化和职业化必将更大地促进排球运动的发展。

3. “大排球”观念的形成推向市场的排球运动确实在国际体坛产生了轰动效应。

国际排联的队伍空前壮大，至2007年会员协会已发展到218个，注册运动员3500万，是世界上最大的单项运动协会。

排球比赛在世人中也是闻名遐迩，一场排球比赛的直接观众和电视观众则以亿万数计。

高水平的排球比赛越来越多地受到人们的喜爱，也越来越广泛地进入千家万户。

但一项只由少数精英们表演的“观赏运动”毕竟不能称为人们最喜爱的体育运动项目。

因此如何普及推广排球运动是国际排联改革的另一课题。

与足球、篮球不同，排球运动的不能持球和球不落地是初学者技能上的难点，而这又恰恰是排球运动内在美的重要组成部分。

排球运动为适应不同群体和环境条件的需要，繁衍成为多种多样的运动形式。

国际排联不仅有计划、有目的地普及和推广室内六人排球，而且还大力提倡开展各种形式的排球运动，开发排球人口。

20世纪20年代出现、40年代流行起来、70年代就走向职业化的沙滩排球，有很好的群众基础和商业市场，是人们喜爱的运动项目。

20世纪90年代国际排联成立了沙滩排球委员会，开始将其列入了整体发展规划。

先后规范了世界沙滩排球锦标赛和世界沙滩排球巡回赛，并于1993年出版了第一部正式的沙滩排球竞赛规则，还成功地将沙滩排球列入了1996年亚特兰大奥运会正式比赛项目，在雅典奥运会上更是获得空前的成功，被誉为奥运会上的璀璨明珠。

不仅如此，国际排联还计划将沙滩排球从海滨城市推向内陆，从沙滩推向沙地、公园、河边、绿地，吸引更广泛的群众参与。

沙滩排球的发展势头如火如荼，它在社会上的反响不亚于室内六人排球。

为在青少年中开展排球运动，国际排联大力推广和开展“学校排球”和“迷你排球”（“小排球”）活动，每两年都要举行一次世界少年排球锦标赛。

学校排球中近年来兴起的软式排球运动也是不可忽视的一个体育项目。

<<排球运动教程>>

编辑推荐

《排球运动教程》是体育院校通用教材。

<<排球运动教程>>

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>