第一图书网, tushu007.com

<<运动员多年训练研究文集>>

图书基本信息

书名：<<运动员多年训练研究文集>>

13位ISBN编号：9787500939122

10位ISBN编号：7500939124

出版时间：2010-7

出版时间：人民体育出版社

作者：田麦久 编

页数：316

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

前言

现代竞技运动要求优秀选手具有高度发展的竞技能力水平。
以高水平竞技需要为导向目标，对具有巨大竞技潜力的少年儿童进行系统的、科学的多年训练，逐步实现对于运动员机体的心理学、生物学与社会学的改造，是培养造就高水平优秀运动员的必经之途。
与周课训练过程、年度训练过程相比较，多年训练过程的时间更长、变量更多，因而对其实施有效掌控与科学把握的难度就更大；与运动训练的周课计划、年度计划相比较，多年训练计划具有鲜明的宏观性、全局性特征，因而制订多年训练计划就需要更加准确地解析复杂的影响因素，需要更加完美地设计训练的进程。
所以，对于运动员多年训练规律的研究，对于运动员多年训练过程的设计与规划，对于运动员多年训练活动的组织与实施，日益受到竞技体育从业者们的高度重视。
20世纪中叶，苏联的纳巴特尼柯娃、马特维耶夫，民主德国的哈雷，联邦德国的葛欧瑟等学者在自己的论著、教材中，都涉及到了运动员多年训练的一些有关问题。
但是，对运动员多年训练过程进行科学的研究，需要拥有一大批高水平运动员丰富的多年训练实践作为基础，需要与运动训练密切相关的多个科学学科研究成果的有力支持，还需要受到专门培养和教育的研究者的不懈努力。
也许正是上述条件的复杂性，使得我们今天还没有见到有关多年训练问题完整的系统的研究成果。
有关研究文献，远远不如训练学研究中的其它论域那样丰富和充实。
我从少年时期即开始持续参加运动训练和比赛，从体育学院毕业后，先后担任过成年与少年运动员、业余与专业运动员、健全人与残疾人运动员的教练工作。
十几年的教练经历，使我深深地感受到系统规划运动员多年训练过程的重要意义，我的博士论文的研究内容也与运动员多年训练问题紧密相关。

内容概要

这本《运动员多年训练研究文集》由“运动员多年训练的基本理论”“运动员多年训练的项群特征”以及“不同专项运动员多年训练的组织实施”三个板块组成，共收集了4篇博士论文、6篇硕士论文以及我自己的4篇研究报告。
这些论文分别从一般训练理论、项群训练理论和专项训练理论三个层面上，论述与解析了多年训练的特征、分类、计划、组织等问题，涉及到田径、羽毛球、乒乓球、举重、 自行车以及篮排足球等运动项目，对于我国多个优势项目的高水平运动员多年训练的成功经验进行了理论的概括和科学的总结，提出了一些富有创意的认识和观点，对于我们更好地规划和组织运动员的多年训练过程，培养更多高水平的竞技选手有着积极的参考价值。
当然，应该看到，文集中所论及的还只是多年训练理论中的一部分问题。
研究的深度也还有待提高，还有许多重要的论题有待人们理性的认知、科学的研究以及训练实践的探索和验证。
在入选文集的研究生学位论文中，有几篇是我分别与广州体育学院的饶纪乐教授、时任北京体育大学副校长的谢亚龙副教授、原国家自行车队教练张立华，以及北京体育大学万德光教授共同指导的。
我们的成功合作留下了难忘的记忆。
借此机会，仅向他们致以亲切的问候!

作者简介

田麦久，1940年7月出生于山东省青岛市。
曾任全国政协第七、八届常委，北京市人大第十二届常委会副主任，九三学社北京市第十届委员会主委，国家督学，国务院学位委员会体育学科评议组组长，中国体育发展战略研究会副会长，北京体育大学副校长。
现任中华全国体育总会顾问，中国体育科学学会副理事长，中国运动训练学会主任委员，国家基础教育课程教材专家咨询委员会委员，北京体育大学教授、博士生导师。

1961年，田麦久毕业于北京体育学院本科，1964年毕业于该院研究生部。
1982年4月，获德国科隆体育学院体育科学博士学位，是新中国第一位体育学博士。

田麦久已培养和正在培养教育学、体育学博士59名、硕士36名，高访学者8名，博士后2名，并受聘于苏州大学等多所大学任客座教授。
多年来，他积极从事竞技运动训练的实践与研究。
1956年获多项全国少年田径冠军，保持男子少年800米跑全国纪录达]5年之久。
1984年任总教练，率中国代表团首次参加残疾人奥运会，他训练的平雅丽、赵继红获我国最早的两枚残疾人奥运会金牌。

田麦久是我国现代运动训练理论及竞技参赛理论的主要创始人之一。
他主持构建了我国运动训练科学化体系，提出并创立“项群训练理论”、运动员竞技能力结构的“双子模型”及耐力性项目训练的“翼项系数理论”。
在体育发展战略领域，他关于我国不同阶段竞技体育的发展目标、重点项目的选择与确定和科技兴体战略实施的研究成果为国家体育决策提供了科学依据。
著有(含主编)《运动训练科学化探索》《论运动训练过程》《论周期性耐力项目的多种竞速能力》《体育科学研究的程序与方法》《运动员竞技能力模型与选材标准》《项群训练理论》《论运动训练计划》《运动训练学》《体育发展战略研究与学科建设》《竞技参赛理论文集》等学术专著近30部，发表论文论述近百余篇。
他的科研成果曾获全国首届“奋进文明进步图书奖”一等奖1项，全国优秀教材奖一等奖1项，省部级科技奖一等奖3项、二等奖2项、三等奖6项。

田麦久于1957年获“青岛市青年建设社会主义积极分子”称号，1991年获“在社会主义建设事业中作出突出贡献的留学回国人员”称号，并获体育界首批政府特殊津贴，2003年获北京市有突出贡献的科技、教育专家称号，2006年获德国体育科学学会“金别针荣誉奖”，2008年获德国体育大学奖。

书籍目录

运动员多年训练的基本理论　我国不同年代优秀运动员多年训练过程的类型特点及其合理结构的设计　多年训练计划的制定与实施　我国奥运人才群多年训练过程的时间特征　运动员全程性多年训练过程中的区间链接机制运动员多年训练的项群特征　可测量类项群运动员多年运动成绩发展的阶段规律与高原现象的研究　短时间耐力性项群女运动员多年训练过程中多种竞速能力的发展特点　对我国篮、排、足球国家队运动员队伍组建，发展更新特点的比较研究不同专项运动员多年训练的组织实施　从迈法特的训练经历谈田径运动员多年训练的必要条件　维伦的多年训练　中国高水平女子投掷选手全程性多年训练方法学体系的研究　我国羽毛球优秀运动员梯队配置的研究　优秀举重运动员全程性多年训练的阶段性特征　我国高水平女子短距离自行车运动员全程性多年训练　不同阶段的专项训练手段及负荷特征　我国世界级乒乓球运动员高水平竞技阶段的训练学特征附录1附录2附录3

章节摘录

插图：3.2 专项提高阶段和最佳竞技阶段的区间性多年训练计划3.2.1 两个阶段的基本特征与训练任务
运动员在成功地接受了3～5年的基础训练之后，“少年”项目运动员通常从10～12岁起，“成人”项目运动员从14～16岁起，便进入了专项提高阶段，致力于专项竞技能力的提高。
这一阶段通常延续4-6年。
一般情况下，系统的4-6年的专项训练，已经可以使运动员的体能得到较充分的发展，熟练地掌握专项运动技术，并培养出参加艰苦的训练与激烈比赛所必需的心理品质，也就是说，运动员在各方面都臻于成熟，竞技能力接近或达到高峰，进入了最佳竞技阶段。
运动员在最佳竞技阶段中，仍然要集中进行专项训练，并积极参加运动竞赛，在适宜的比赛条件下创造优异的运动成绩。
苏联3届奥运会三级跳远金牌获得者萨涅耶夫，民主德国短跑女将科赫，两届世界锦标赛男子体操全能冠军科罗廖夫（苏联）、女子技巧世界冠军柳德米拉（苏联）、乒乓球世界冠军郭跃华（中国）、网球明星博格（瑞典）等许多著名运动员的训练实践，都表明优秀运动员最佳竞技阶段一般可延续4～8年，有时甚至更长。
运动员在专项提高阶段和最佳竞技阶段中训练任务的内容及其序列都是相同的。
首先，努力发展决定专项竞技能力的主导因素，或是体能或是技能。
对体能主导类项群，首先发展专项运动素质，同时要不断完善专项运动技术。
对技能主导类项群，首先发展技、战术水平，同时要认真增强运动素质。
此外，还要加强训练理论的学习，以提高其训练的自觉性。
运动员的专项提高阶段和最佳竞技阶段的训练，通常是以准备和参加一次或一组重大国内国际比赛为单位予以规划和组织实施的。
在专项提高阶段，主要参加青年比赛、全国运动会，而在最佳竞技阶段，则主要参加全国运动会和国际比赛。
多数重大的全国性及国际比赛的举办均以4年为一个周期，因此，区间性多年性训练计划也常以4年为单位，进而又分成若干个年度训练计划。

编辑推荐

《竞技体育科学文选:运动员多年训练研究文集》由人民体育出版社出版。

第一图书网, tushu007.com

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