第一图书网, tushu007.com

<<篮球技巧/大众体育技巧丛书>>

图书基本信息

书名：<<篮球技巧/大众体育技巧丛书>>

13位ISBN编号：9787508709901

10位ISBN编号：750870990X

出版时间：2006-9

出版时间：中国社会出版社

作者：王刚

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

内容概要

国外大众体育已经经历了将近半个世纪的发展历程，可以说其在大众体育事业的组织管理体制、大众体育政策、相关健身活动内容与条件的开发方面均已形成比较系统的科学体系。
现今，体育锻炼也成为越来越多老百姓生活的一部分。
《大众体育技巧丛书》收集了普遍的体育锻炼项目，如游泳、台球、太极拳、篮球等运动。
本丛书是当今大众体育健身的新潮流，也提高了大众体育生活质量。
本册为《大众体育技巧丛书》之《篮球技巧》。

书籍目录

知识篇　1　篮球运动简介　　1.1　篮球运动的起源、传播和演变　　1.2　中国篮球运动的起源与发展　　1.3　现代篮球运动的特点和发展趋势　2　国内外篮球组织和篮球名人简介　　2.1　国际篮联(FIBA)简介　　2.2　中国篮球协会(CBA)简介　　2.3　中国大学生篮球联赛(CUBA)简介　　2.4　美国篮球联赛(NBA)简介　　2.5　美国大学生篮球联赛(NCAA)简介　　2.6　欧洲联赛简介　　2.7　中国篮球名人简介　　2.8　外国篮球名人简介　3　篮球规则简介　　3.1　球员在场上的位置　　3.2　篮球主要名词术语解释　　3.3　篮球的基本规则　　3.4　国际篮联主要规则及裁判工作简介　4　篮球竞赛制度　　4.1　循环制　　4.2　淘汰制　　4.3　混合制技术篇　5　篮球基本技术　　5.1　攻守技术　　5.2　传、接球　　5.3　投篮　　5.4　运球和突破　6　篮球基本战术　　6.1　掩护配合　　6.2　前掩护　　6.3　侧掩护　　6.4　后掩护　　6.5　行进问掩护　　6.6　运球掩护　　6.7　交换配合　　6.8　一传一切配合　　6.9　空切配合　　6.10　传切配合的练习方法　　6.1l　突分配合的练习方法　　6.12　防守战术基础配合的练习方法训练篇　7　篮球身体素质训练方法　　7.1　篮球运动员身体训练的任务、分类及特点　　7.2　篮球运动员身体训练原理、负荷安排和负荷评定　　7.3　篮球专项力量素质训练　　7.4　篮球专项弹跳素质训练　　7.5　篮球专项速度素质训练　　7.6　篮球专项耐力素质训练　　7.7　篮球专项灵敏素质训练

编辑推荐

篮球运动源于美国，产生于美国基督教青年创办的学校里。
美国基督教青年会，在美国的体育史上占有重要位置，对世界许多国家近代体育运动的发展产生过影响。

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