

<<竞技武术套路技术动作训练教程>>

图书基本信息

书名：<<竞技武术套路技术动作训练教程>>

13位ISBN编号：9787510611797

10位ISBN编号：7510611792

出版时间：2012-05-01

出版单位：中国出版集团，现代教育出版社

作者：樊艺杰，董国兴，刘金丽 编

页数：331

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>

<<竞技武术套路技术动作训练教程>>

内容概要

《竞技武术套路技术动作训练教程》中涵盖了：武术运动概述、竞技武术套路主要拳种、竞技武术套路主要器械、竞技武术套路基本功和基本动作、竞技武术套路技术动作评定、竞技武术套路教学、竞技武术套路运动训练、竞技武术套路竞赛规则（国际版）等内容，例如：针对国际版竞赛规则中对动作质量的评分、动作难度的评分、连接难度的评分、自选项目主要动作技术要求四方面内容中，本书在竞技武术套路技术动作评定中都做了归纳和总结，并用图加以解释技术动作，其技术动作内容涵盖了平衡类、腿法类、步型步法类、器械方法类、跳跃类、跌扑类、动作难度类、连接难度类、规定必选动作类等方面。

<<竞技武术套路技术动作训练教程>>

作者简介

樊艺杰(1973-),河南开封市人,汉族,中共党员,河南大学体育学院副教授,硕士研究生导师,国家武术健将,中国武术六段,《全国中小学系列武术健身操》国家教育部特聘主创人员,全国教育改革优秀教师,全国武术套路比赛优秀裁判员,2011年度菲律宾国家武术队总教练,执教队员在第6届亚洲青少年武术锦标赛、第11届世界武术锦标赛、第26届东南亚运动会中,共获2金、3银、2铜,荣获国际武术联合会“个人贡献荣誉奖”,荣获国家体育总局“援外称职教练称号”。

发表论文18篇,出版著作3部,获厅级入选论文5个一等奖,主持国家体育总局社科基金项目《我国高校武术运动可持续发展战略研究》,参与国家社科基金项目《中国传统武术现代化发展研究》。

董国兴(1980-),河南淮阳人,汉族,中共党员,教育学硕士,讲师,国家武术健将,中国武术六段,郑州大学体育学院省太极拳队教练。

执教队员在全国武术套路锦标赛、全国武术套路冠军赛、全国太极拳锦标赛中共获得33个冠军、12个亚军、32个季军的优异成绩,队员马建超在2010年东亚运动会武术比赛上取得太极拳冠军,队员张振兴在2011年伊朗总统杯比赛上取得太极拳、太极剑两项冠军,担任2007年中央电视台春节联欢晚会《行云流水》节目编导之一。

发表论文多篇,参与课题2项。

刘金丽(1973-),贵州贵阳人,汉族,中共党员,成都体院武术系讲师,国家武术健将,中国武术六段,武术套路国家级裁判,兼任成都体院武术套路队教练,执教队员获得2007年全国体育院校武术套路比赛8个冠军、5个亚军和获得2010年全国高等院校健身气功邀请赛集体《八段锦》一等奖,指导舞蹈节目《承》获得2009年全国第二届大学生艺术展表演类二等奖。

全国武术套路比赛优秀裁判员、四川省青少年武术套路比赛裁判长、四川省国际峨眉武术节副裁判长。

发表论文8篇,参与课题2项,出版著作1部,论文《关于民族体育发展与走向的思考》获得2003年全国体育院校武术科研论文报告会二等奖。

<<竞技武术套路技术动作训练教程>>

书籍目录

第一章 武术运动概述第一节 武术的起源与发展第二节 武术的特点和作用第三节 武术的价值第四节 武术运动的内容与分类第二章 竞技武术套路主要拳种第一节 长拳第二节 南拳第三节 太极拳第三章 竞技武术套路主要器械第一节 剑术第二节 刀术第三节 棍术第四节 枪术第五节 南刀第六节 南棍第七节 太极剑第四章 竞技武术套路基本功和基本动作第一节 手型手法练习第二节 步型步法练习第三节 腰肩练习第四节 腿法练习第五节 平衡练习第六节 跳跃练习第七节 跌扑滚翻练习第八节 组合动作练习第五章 竞技武术套路技术动作评定第一节 动作质量的评分第二节 动作难度的评分第三节 连接难度的评分第四节 自选项目主要动作技术要求第六章 竞技武术套路教学第一节 竞技武术套路教学原则与特点第二节 竞技武术套路教学方法第三节 竞技武术套路教学步骤与要求第七章 竞技武术套路运动训练第一节 套路运动员的选材第二节 身体训练第三节 技术训练第四节 心理训练第五节 智能训练第六节 训练中运动负荷的安排第七节 训练计划的制定第八节 训练课的组织与指导第八章 竞技武术套路竞赛规则（国际版）第一节 竞赛组织机构第二节 竞赛通则第三节 评分方法与标准第四节 自选套路内容的规定参考文献

<<竞技武术套路技术动作训练教程>>

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>