

<<田径运动导论>>

图书基本信息

书名：<<田径运动导论>>

13位ISBN编号：9787807174783

10位ISBN编号：7807174781

出版时间：2006-10

出版时间：顾玉标 哈尔滨地图出版社 (2006-10出版)

作者：顾玉标

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>

## <<田径运动导论>>

### 内容概要

《田径运动导论》内容简介：田径运动以其悠久的历史、丰富的文化内涵、多种多样的比赛项目、激烈的竞赛和众多的观众，被称为现代奥运会最主要的比赛项目。

田径运动作为各项体育运动的基础，它是以展示人类自身运动极限和机体潜能，在奥运精神指引下，追求更高、更快、更强为目标。

在田径面对即将在我国北京举行的2008年奥运会，田径项目要借助举办奥运会的契机，尽快提高我国竞技田径运动训练科学化水平，促进田径理论研究向更高层次发展。

随着现代高科技手段广泛用于竞技体育训练领域，科学而又高效地指导田径运动教学与训练已成为一种必然趋势，于是对田径运动训练过程实施科学指导和监控便成为一个独特的研究领域，而理论和实践同时也把一系列田径教学与训练问题摆在我们面前，对于这些问题，《田径运动导论》从训练学、生理学、教学、社会学等不同视野予以观察。

并运用项目管理控制理论与方法进行专门研究。

## &lt;&lt;田径运动导论&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 田径运动发展概况第一节 田径运动技术的发展概况第二节 田径运动训练的发展概况第三节 田径运动竞赛的发展概况第四节 现代科学研究对田径运动发展的影响第二章 论我国高校田径教学与训练改革第一节 田径教学与训练改革的历史背景第二节 田径教学与训练改革的意义第三节 我国大学田径教学与训练内容和方法改革第四节 田径运动娱乐化教学改革的理论依据第五节 田径娱乐化教学与训练内容和方法体系的构建第三章 田径运动教学与训练基础理论第一节 田径运动教学理论第二节 田径运动训练理论第四章 田径运动教学与训练特点和实施第一节 田径运动训练中技术教学的特点第二节 田径训练中教学因素的贯彻与实施第五章 田径专项素质分析及有效方法第一节 发展田径专项素质的意义第二节 田径专项素质的特点及其发展第三节 发展专项素质应注意的问题第六章 田径教学与训练专项负荷及科学安排第一节 田径运动各专项训练负荷特点第二节 田径各专项训练负荷的安排第三节 田径各专项训练负荷的科学控制第七章 论田径运动教学与训练过程控制理论第一节 田径运动教学与训练过程控制理论研究第二节 田径运动教学与训练过程控制理论研究条件第三节 研究田径运动教学与训练过程控制理论的必要性第四节 田径运动教学与训练过程控制理论主要内容第八章 田径运动员选材第一节 青少年运动员选材的依据第二节 科学选材的方法第三节 田径各专项重点选拔阶段的选材方法第九章 田径运动员营养第一节 田径运动员的营养特点第二节 短跑运动员的营养第三节 长跑运动员的营养第四节 田径投掷项目运动员的营养第十章 运动生物化学在田径训练中的应用第一节 田径训练效果的生物化学基础第二节 田径训练方法的生物化学基础第三节 影响田径竞技能力的生化因素第十一章 运动生物力学在田径技术中的应用第一节 田径运动技术参数的测量原理和方法第二节 运动生物力学原理在田径运动技术中的应用第三节 田径运动技术分析的生物力学原理第十二章 田径运动员的医务监督第一节 田径运动教学与训练的医务监督第二节 评定运动训练的医学指标第三节 大学高水平运动队的医务监督第四节 田径比赛期间的医务监督第十三章 田径运动科学研究第一节 田径运动科学研究概述第二节 田径运动科学研究的方法第十四章 现代田径教学训练方法第一节 现代田径运动训练控制方法第二节 现代田径运动训练基本方法第三节 现代田径运动心理训练方法第十五章 现代田径运动员竞技能力状态分析第一节 现代田径运动员竞技能力状态诊断第二节 现代田径训练目标状态的建立第十六章 田径运动健身理论第一节 田径运动健身概述第二节 田径运动健身应注意的问题第三节 田径运动健身的内容与方法第十七章 田径运动身体素质练习法第一节 田径运动的力量训练第二节 田径运动的速度训练第三节 田径运动的耐力训练第四节 田径运动的柔韧训练第十八章 大学田径娱乐化课程设计第十九章 田径运动训练实践理论第一节 高摆扒地是提高跑速的新动力第二节 走步式跳远教学方法第三节 现代短跑摆臂技术分析第四节 弯道跑技术的力学原理第五节 对跳高技术理论的探讨第六节 谈谈有关短跑训练的几个问题第七节 3000米障碍跑选手比赛期的训练安排第八节 关于竞走项目的思索与探讨第九节 利用气体力学提高铁饼标枪的成绩第十节 中长跑马拉松运动的高原训练第十一节 论竞技状态第十二节 大学高水平体育的教学管理研析第十三节 高校竞技体育的发展与存在问题的研析第十四节 试论体育赞助与品牌文化第十五节 谈高校培养运动健将——结合邢衍安的训练后记耕耘与收获参考文献

## &lt;&lt;田径运动导论&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：第三节田径运动竞赛的发展概况自1896年第一届现代奥运会到1980年，世界性田径比赛的机会并不多，只有奥运会田径锦标赛与世界大学生运动会的田径比赛，给予世界各国优秀田径运动员在同一田径场上进行比赛的机会。

随着田径运动的发展，尤其是进入21世纪后以来，世界性的田径比赛次数、规模、项目设置、运动员参赛水平都较之以往有很大变化。

目前，世界级田径比赛有奥运会田径赛、世界田径锦标赛、世界杯田径赛、世界室内田径锦标赛、世界大学生运动会田径赛、世界青年田径锦标赛、国际田径系列大奖赛等。

近年来世界田径运动取得了突飞猛进的发展，世界纪录不断被刷新，涌现出许多高水平的运动员。

这其中除了由于科技进步导致了训练方法与场地器材设备的改进等原因外，重要原因是田径比赛次数的增加，这样就对原有的田径运动训练理论与方法提出了更高的要求。

在世界优秀运动员的训练与比赛中，准备期与比赛期之间无明显的界限，比赛与训练融为一体，运动员的全年参赛次数明显增加，这是当前田径运动发展的明显特征与发展趋势。

例如，世界的优秀运动员每年的比赛次数都在20次以上，有的甚至超过30次，最多时有的运动员一周参加2。

3次比赛，并且还能不断表现出好成绩。

因此比赛已成为优秀运动员提高训练水平和身体素质能力的有效途径。

由于比赛次数的增加，为各国运动员提供了表现其运动能力的机会，对世界田径运动的发展无疑起到了巨大的推动作用。

## <<田径运动导论>>

### 编辑推荐

《田径运动导论》是由哈尔滨地图出版社出版的。

<<田径运动导论>>

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>