

<<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>

<<篮球技巧/大众体育技巧丛书>>

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》。

<<篮球技巧/大众体育技巧丛书>>

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 行进间掩护 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 6.11 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。

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>