

<<篮球技巧图解>>

图书基本信息

书名：<<篮球技巧图解>>

13位ISBN编号：9787533744298

10位ISBN编号：7533744292

出版时间：2010-1

出版时间：安徽科技

作者：刘同众 编

页数：90

字数：77000

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>

<<篮球技巧图解>>

内容概要

21世纪,人类进入了新经济时代。

综合国力竞争的实质是民族素质的竞争,是人才的竞争,是教育的竞争。

在这样的背景下,加强素质教育,尤其是进行体育和健康教育显得更为重要。

健康是生命的象征,是幸福的保证,是事业成功的基础,是人类永恒的话题。

拥有健康的体魄、健美的身材,是每个人尤其是年轻人的美好愿望。

健康的身体是知识、理想和财富的载体,有了健康的身体,才能为社会和个人带来财富,才能去享受生活,实现理想。

为了配合经国务院批准并实施的《全民健身计划纲要》,我们精心策划,组织编写了这套丛书。

包括《羽毛球技巧图解》《篮球技巧图解》《乒乓球技巧图解》《游泳技巧图解》。

本套丛书用最通俗易懂的文字,深入浅出地介绍了有关体育运动项目的基本知识和基本技术,使读者一看就懂,一练就会。

同时以详细、准确的连续动作图解形式,来说明各种技术动作的要点。

图示生动形象,动作一目了然,具有科学性、系统性、先进性和实用性的特点,能满足不同层次和不同体育兴趣爱好者的需要。

<<篮球技巧图解>>

书籍目录

1 篮球运动简介 一、篮球运动的起源和组织 1. 篮球运动的起源 2. 国际篮球联合会 二、篮球运动的发展历程 三、国际篮球重大赛事 1. 世界篮球锦标赛 2. 奥运会篮球赛事 3. NBA篮球运动2 篮球球性练习 1. 围绕腰部旋转 2. 绕双腿、单腿旋转 3. 绕头部旋转 4. 绕头、腰、腿旋转 5. 胯下双手交替绕球 6. 体前换手运球 7. 胯下8字运球 8. 体侧、胯下交替运球 9. 胯下8字快速运球 10. 快速体侧、胯下交替运球3 篮球个人基本技术 一、移动步法图解 1. 基本站立姿势 2. 跑动 3. 急停 4. 转身 5. 防守步法 二、运球技术 1. 高低姿运球 2. 体前变向运球 3. 背后运球 4. 运球转身 5. 胯下运球 三、传接球技术 1. 基本持球动作 2. 双手传球.....4 篮球基本战术

<<篮球技巧图解>>

章节摘录

插图：三、国际篮球重大赛事 1.世界篮球锦标赛 一般是4年一届。

历届世界男篮锦标赛的参加办法不完全相同，到1978年第8届时，参加办法是：上届奥运会前3名，上届锦标赛前3名，欧洲、美洲、亚洲、非洲、大洋洲锦标赛冠军队和主办国，被邀请国（按规程规定，主办国可邀请1~2个国家的球队参加比赛），共14个队分3组进行预赛。

各取前两名，加上届冠军和本届主办国队，共8个队采用单循环制决赛。

2.奥运会篮球赛事奥运会篮球比赛历届参加的办法不断变更，到1980年的第22届奥运会时，规定为12个国家参加，产生这12个国家的办法是：上届奥运会前3名；欧洲预选赛和美洲预选赛的前3名；亚洲、非洲和大洋洲各1名。

分两组进行两个阶段的比赛决定名次。

每4年举办一次，设男子比赛和女子比赛。

3.NBA篮球运动 NBA成立于1946年6月6日。

成立时叫BAA，即全美篮球协会（Basketball Association of America），是由11家冰球馆和体育馆的老板为了让体育馆在冰球比赛以外的时间不至于闲置而共同发起成立的，BAA成立时仅11支球队。

1949年BAA吞并了当时的另外一个体育组织——全国篮球联盟（NBL），并改名为NBA。

1949~1950赛季，NBA共有17支球队。

后来，随着各球队的陆续加入，使得NBA球队达到目前的30支。

NBA全明星赛始于1951年3月2日，每年举行1次。

该项比赛是每年由观众投票选举出全美最优秀的24名职业篮球运动员（东、西部联盟各12名），组成东部队和西部队进行对抗。

NBA全明星赛比赛时双方球员轮流上场，以充分表现每个球员的球技，对胜负结果并不看重。

因此，该项赛事开办以来，吸引了世界广大的球迷观赏。

<<篮球技巧图解>>

编辑推荐

《篮球技巧图解》：运动技巧图解丛书

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>