

<<体操初级教程>>

图书基本信息

书名：<<体操初级教程>>

13位ISBN编号：9787564407452

10位ISBN编号：756440745X

出版时间：2011-7

出版时间：张予南 北京体育大学出版社 (2011-07出版)

作者：张予南

页数：302

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>

## <<体操初级教程>>

### 内容概要

《体操初级教程》共分13章，主要内容包括：对体操的认识，体操发展简况，体操术语，体操课程的教学设计，体操教学课的组织与方法，队列队形练习，徒手体操，持轻器械体操，保护与帮助，器械体操，体操活动性游戏，身体素质训练，体操比赛的组织与方法。

## &lt;&lt;体操初级教程&gt;&gt;

## 作者简介

张予南，硕士学位、副教授、硕士生导师。

1982年毕业于北京体育学院77级体操专业，同年留校任教。

北京体育大学“体操精品课程”负责人；教育部科技发展中心中国科技论文在线特聘专家；国家体操中心体操等级运动员规定动作修订及推广组核心成员。

曾获北京体育大学教师教学基本功大赛一等奖；北京体育大学先进个人奖；2006年获得省部级体育科学论文二等奖；2008年获得北京体育大学教学成果二等奖；2010年获得全国高等院校体育教育训练论文报告会一等奖等多项奖励。

参与完成国家级课题一项；主持及参与完成省部级课题两项、校级课题六项。

参加《体操大词典》、《体操》、《竞技体操高级教程》等多部专业书籍的编著工作；主编出版《团体操》、《呼啦圈》等专著。

在《北京体育大学学报》等期刊上发表学术论文60余篇，40余万字。

所撰写的学术论文先后选入第五届、第七届、第八届全国体育科学大会、2007年国际教练教育委员会全球教练员大会、第十一届全运会科学大会、2008年全国体育管理科学大会、2010年中国高等教育体育教学训练科学大会、2010年全国民族传统体育学术大会、2010年第十六届亚洲运动会科学大会、2011年第二十六届世界大学生运动会科学大会。

高留红，硕士学位、副教授、硕士生导师。

1970年入选陕西省体工队，1973年入选国家体操集训队。

1985年毕业于北京体育大学运动系，同年留校工作。

主编《团体操》教材并担任团体操课程主讲教师。

曾任国家体育总局体操中心《国家二三级体操运动员规定动作》推广组副组长，负责大纲的修订和推广工作。

多次策划组织全国体操规定动作比赛。

所撰写的论文先后入选第五届、第八届中国体育科学大会、第十六届亚科会、二十六届世界大学生运动会学术大会等，公开发表学术论文40余篇。

曾获教育部中国科技论文在线优秀评审专家称号及北京体育大学教学成果奖等多项奖励。

## &lt;&lt;体操初级教程&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 对体操的认识 第一节 体操的概念 第二节 体操的特点 第三节 体操的功能、价值第二章 体操发展简况 第一节 体操教学的创立与发展 第二节 竞技体操的创立与发展第三章 体操术语 第一节 体操术语概述 第二节 体操器械名称术语 第三节 体操队列队形术语 第四节 体操动作术语 第五节 体操常用动作要领术语第四章 体操课程的教学设计 第一节 体操教学大纲的制订 第二节 学期(学年)教学工作计划的制订 第三节 课时计划(教案)的制订第五章 体操教学课的组织与方法 第一节 体操课的类型与结构 第二节 体操教学的常用方法 第三节 体操课的组织与进行第六章 队列队形练习 第一节 队列队形概述 第二节 基本动作要领及教法 第三节 队列变化练习动作要领及教法 第四节 队形变化练习动作要领及教法 第五节 成套队列队形指挥综合练习内容与行进路线第七章 徒手体操 第一节 徒手体操的特点及作用 第二节 徒手体操动作内容 第三节 徒手体操练习的形式 第四节 徒手体操的编排 第五节 徒手体操组织教学的注意事项第八章 持轻器械体操 第一节 持轻器械体操的特点及作用 第二节 持轻器械体操动作内容与编排 第三节 持轻器械体操教学的注意事项第九章 保护与帮助 第一节 保护与帮助的意义 第二节 保护与帮助的分类概念及相互关系 第三节 体操教学、训练中常用保护与帮助方法简介 第四节 保护与帮助在实际操作中必须考虑的要素 第五节 对保护者的几点要求 第六节 体操创伤的预防第十章 器械体操 第一节 技巧 第二节 跳跃 第三节 双杠 第四节 单杠 第五节 平衡木第十一章 体操活动性游戏 第一节 体操活动性游戏概述 第二节 反应类游戏 第三节 接力类游戏 第四节 协同类游戏 第五节 游戏组织教学的注意事项第十二章 身体素质训练 第一节 身体素质训练的概念 第二节 柔韧素质训练 第三节 速度素质训练 第四节 力量素质训练 第五节 耐力素质训练 第六节 灵敏素质训练第十三章 体操比赛的组织与方法 第一节 秩序册的编排 第二节 体操比赛程序 第三节 体操比赛裁判组成人员及其职责 第四节 队列队形、徒手体操、持轻器械体操比赛的裁判工作 第五节 器械体操比赛的裁判工作主要参考书目

## <<体操初级教程>>

### 编辑推荐

由张予南和高留红主编的《体操初级教程》是在遵循《体育教育专业课程教学指导纲要》中，对体操课程教学基本要求的基础上，结合一线教师多年的教学实践和科研成果编写而成，是一本适合于体育院校体操普修课学生学习的教材。

全书共分13章，内容包括：对体操的认识，体操发展简况，体操术语，体操课程的教学设计，体操教学课的组织与方法，队列队形练习，徒手体操，持轻器械体操，保护与帮助，器械体操，体操活动性游戏，身体素质训练，体操比赛的组织与方法。

<<体操初级教程>>

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>