

<<田径技术教法新编>>

图书基本信息

书名：<<田径技术教法新编>>

13位ISBN编号：9787040025910

10位ISBN编号：7040025914

出版时间：1990-4

出版时间：高等教育出版社

作者：金祖云,金祖云 编

页数：234

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>

<<田径技术教法新编>>

前言

“田径技术教法新编”是在我国现行的传统教学法基础上，本着改革的精神，从教学实际出发，对田径12个项目的基础理论知识、技术特点、动作要领作了简明系统的论述。

本书所选用的教法手段，是总结了编者30多年来从事田径技术教学实践的经验，吸取国内外同行学者的教法优点，并通过教法改革的实践编写而成。

本书旨在通过田径教法的改革，使学生较快掌握动作，以达到缩短教学时数，提高教学效果的日的，并力求知识上有所更新。

《教法》选编有191幅技术和练习图，其中有100多幅是新编入的分解练习图解，以供田径专业教师参考选用和体育系科学生及田径业余爱好者自学参考，对大、中、小学体育教师进行田径教学也具有实用参考价值。

由于个人专业知识水平有限，教法的选用等方面难免有不足之处，敬请读者批评、指正。

本书承蒙田继宗教授的审阅和指教，谨表谢意。

本书插图均由朱希伟副教授绘制。

<<田径技术教法新编>>

内容概要

《田径技术教法新编》就竞走，短距离跑，接力跑、中长跑、跨栏跑、跳高、跳远、三级跳远、撑竿跳高、推铅球、掷标枪和掷铁饼等十二个项目的基本理论、动作结构和技术特点、动作要领和教学法，进行了系统的阐述。

可以缩短每个项目的教学时数，使学生较快而正确掌握技术动作、提高运动成绩，经实验教学效果较显著，可作为高校体育专业田径教学参考书，也可作为大、中学校体育教学参考。

<<田径技术教法新编>>

书籍目录

前言一、竞走（一）概述（二）竞走技术结构及其特点（三）竞走教学法二、短距离跑（一）概述（二）短跑技术特点分析（三）短跑技术动作要领（四）短跑教学法三、接力跑（一）概述（二）接力跑技术要点（三）接力跑教学法四、中长距离跑（一）概述（二）中长跑技术特点及动作要领（三）中长跑教学法五、跨栏跑（一）概述（二）跨栏跑技术特点及动作要领（三）跨栏跑教学法（以栏间四步过栏为主）六、跳高（一）概述（二）跳高技术特点及其动作要领（三）跳高教学法七、跳远（一）概述（二）跳远技术特点及动作要领（三）跳远教学法八、三级跳远（一）概述（二）三级跳远技术结构及其动作要点（三）三级跳远教学法九、撑竿跳高（一）概述（二）撑竿跳高技术力学分析及其技术特点（三）撑竿跳高教学法（竹竿教学为例）十、推铅球（一）概述（二）铅球技术特点及其动作要领（三）推铅球教学法十一、掷标枪（一）概述（二）标枪技术结构、特点及其动作要领（三）掷标枪教学法十二、掷铁饼（一）概述（二）铁饼技术的动作结构、力学分析及动作要领（三）铁饼教学法

<<田径技术教法新编>>

章节摘录

竞走只有场地成绩才能被批准为正式世界纪录。

由于公路路面的倾斜度、转弯数等都不一样，因此公路竞走所取得的成绩国际田联无法承认，故只公布世界最好成绩。

国际上女子竞走运动也有近百年的历史。

1910年加拿大选手首先创造了1英里女子竞走世界纪录。

半个世纪来在更新20多次女子5公里竞走世界纪录的演变中，有一半以上纪录为瑞典选手所创。

真正被国际田联重视的还是自1981年开始每两年举行一次世界女子竞走锦标赛。

由于苏联女子中长跑水平较高，他们就大力抓了由中长跑运动员改练竞走的训练，不到两年就培养出一批高水平女子竞走选手。

在1981年10月第1届世界女子竞走锦标赛中，苏联第1次获得团体冠军。

1988年7月31日苏联女子选手埃列娜·尼古拉耶娃以43分36秒41的成绩创造了女子10公里世界新纪录。

我国从1956年开始举办全国性竞走比赛，但成绩不高。

真正开展这一项目还是从1981年开始，1982年首次打破了男子20公里竞走的亚洲纪录。

1983年我国首次参加了在挪威卑尔根举行的第2届世界女子竞走锦标赛。

中国队战胜了苏联队荣获女子10公里竞走世界杯团体冠军，由此震动了国际田坛。

我国选手徐永久训练不到两年就登上女子10公里竞走的世界冠军宝座。

<<田径技术教法新编>>

编辑推荐

《田径技术教法新编》所选用的教法手段，是总结了编者30多年来从事田径技术教学实践的经验，吸取国内外同行学者的教法优点，并通过教法改革的实践编写而成。

<<田径技术教法新编>>

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>