

<<排球>>

图书基本信息

书名：<<排球>>

13位ISBN编号：9787308031516

10位ISBN编号：7308031519

出版时间：2002-10

出版时间：浙江大学出版社

作者：高等学校体育教材编委会 编

页数：122

字数：162000

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>

<<排球>>

内容概要

这套教材，就是想让强壮重回你的身体，使你在运动中尝到锻炼的快乐、竞争的刺激、合作的愉悦，使你体验到挫折与勇气、失败与成功、拼搏与胜利！

本册将带你了解排球运动的方方面面，全书分为引导篇、基础篇、提高篇和另类篇，介绍了排球技术的构成、比赛中的技术技能、排球竞赛工作等内容。

来吧！

参加到运动中来吧！

只要你参与，就会发现：健康在你的身边，快乐在你的周围，自信在你的心里！

<<排球>>

书籍目录

引导篇

第一章 排球运动的概况

第一节 排球——一项充满魅力的运动

第二节 排球运动的历史记载

第三节 排球运动的比赛方法和特点

第四节 排球运动的价值

第五节 排球运动常见的损伤及其预防

第二章 普通高校排球运动的概况

基础篇

第三章 排球技术的构成

第一节 准备姿势和移动——各种动作技能的基础

第二节 发球——比赛的开始

第三节 垫球——击球的主要手段

第四节 传球——组织的主要手段

第五节 扣球——进攻的主要武器

第四章 排球比赛的基本打法

第一节 基本的防守阵形

第二节 集体进攻阵形

第三节 基础阶段的体能训练

附录：场地与设备

提高篇

第五章 比赛中的技术技能

第一节 发球——第一波攻击开始

第二节 垫球——防守的有效武器

第三节 二传——衔接攻防的枢纽

第四节 扣球——最具威胁的进攻

第五节 拦网——积极主动的防守

第六章 排球战术

第一节 个人战术

第二节 集体战术

第三节 专项素质训练——技战术的基础

第七章 排球竞赛工作

第一节 竞赛的组织工作

第二节 裁判员的手势及规则含义

另类篇

第八章 软式排球(Soft VB)

第一节 软式排球运动简介

第二节 竞赛与观赏

第九章 沙滩排球(Beach VB)

第一节 沙滩排球运动的简介

第二节 竞赛与观赏

附录：休闲娱乐排球

参考文献

章节摘录

版权页：插图：一、排球运动的魅力 排球运动和现代奥运会同时产生，距今已有100多年的历史。从排球运动的初创时期发展到现代排球的今天，国际排球联合会（FIVB）已成为拥有200多个国家和地区会员的世界上最大的单项体育运动联合会，参加排球运动的人数超过1.5亿。

排球运动已成为当今世界上仅次于足球、篮球的广为普及的运动项目，深受各国人民喜爱。

排球运动以其熟练、准确、细腻的技巧性，快速、激烈、反复的对抗性，成为人们喜闻乐见的现代运动项目之一。

在19世纪末，排球运动问世之初，它以娱乐游戏的形式从潜文化形态中剥离出来，逐渐向竞技对抗方向发展。

半个世纪后，国际排球联合会成立，排球运动开始走向国际化的坦途。

如今，以世界锦标赛、奥运会、世界杯为代表的世界排球三大赛事已形成传统。

顺应潮流的国际排球联合会在1995年推出了世界排球2001计划：在各国树立以排球为顶尖运动的形象，将排球运动推向市场。

世界男排联赛、女排大奖赛是通过改革赛制、修订规则，成功走向市场的范例，它们将排球运动在世界大舞台上导演得轰轰烈烈，有声有色。

1981年，在巴黎克拉马市举行的一年一度的“一日排球”赛上，275个队，近2500名男女运动员，在足球场地上划定的54个排球场上从早到晚进行了1200场角逐。

从1986年地中海岛国马耳他举办第一次排球马拉松起，一年一度的比赛从每年8月的第一个周末22点开始，在数支队伍间连续轮换进行。

1986年连续进行了100小时，1987年进行了120小时，1988年进行了144小时，1989进行了170小时，1990年进行了180小时，1991年进行了190小时，1992年进行了195小时，而今已超过了200小时。

排球马拉松吸引了全城85%的人前往观战，受到了国际奥委会、国际排球联合会等国际体育组织的祝贺。

为了进一步推动排球运动的发展，1988年国际排球联合会制定了“世界排球发展计划”，在世界各地建立起20多个排球发展中心，发展娱乐性和健身性排球。

根据不同社会群体和环境条件的需要，不同形式的排球运动应运而生。

如从20世纪20年代出现、40年代开始流行、70年代向职业化发展的沙滩排球，在1996年亚特兰大奥运会上被正式列为比赛项目。

不仅如此，国际排球联合会还将沙滩排球从海滨的沙滩推向内陆的沙地，吸引更广泛的群众参与使这项运动在社会上的反响不亚于室内6人制排球。

在学校排球运动中，近年来兴起的软式排球运动也是不可忽视的。

它以重量轻、质地软、球速慢、难度低、趣味性强、适合对象广的特点，吸引了广大青少年参加。

妈妈排球、气排球、墙排球、小排球、草排球、立体网排球、反弹排球和公园排球的出现，形成了竞技排球和大众娱乐排球互相关联、互相依托、双轨共存的排球文化格局。

排球文化作为映射着人类智慧之光的一个实践过程，揭示了它所具有的时代的特征和民族的特征。

排球运动过程在历史发展中是一个弃旧扬新的过程，也是排球文化积淀的过程。

由于人的形态、机能、素质、战术水平和指导思想的差异，不同地域和民族差异性的特点，异质排球文化的不同社会形态痕迹，形成了不同特色的运动风格和打法。

它所产生的思想观念和知识，创造的战术、规则、方法、手段、器械设备以及记录和传播所必须的宣传机构等，已在人类社会生活中构成了独特的文化现象。

因此，排球文化是体育文化乃至整个人类文化的一部分，它既有有形和无形价值，又有显现和潜在价值，人们在排球运动历史延续中所创造的物质财富和精神财富是排球的运动发展的结晶和标志。

<<排球>>

编辑推荐

《高等学校体育选项课系列教材:排球》编辑推荐：来吧！

参加到运动中来吧！

只要你参与，就会发现：健康在你的身边，快乐在你的周围，自信在你的心里！

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>