

<<篮球基本技术>>

图书基本信息

书名：<<篮球基本技术>>

13位ISBN编号：9787500918516

10位ISBN编号：7500918518

出版时间：1999-1

出版时间：人民体育出版社

作者：王梅珍

页数：244

字数：170000

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>

## <<篮球基本技术>>

### 内容概要

本书介绍了篮球运动各项技术的练习方法，包括控球技术、传球技术、投篮技术、位置技术、配合技术、抢篮板技术、防守技术、体能训练及用术语等。  
本书文字精练，图片清晰、可读性强、具有观赏性。

## <<篮球基本技术>>

### 书籍目录

第一章 篮球技术概论 第一节 抓好篮球技术的训练 第二节 当前篮球运动发展的特点和趋势第二章 移动技术 第一节 移动技术分析 第二节 移动技术动作方法 第三节 移动技术练习方法第三章 传、接球技术 第一节 传、接球技术分析 第二节 传球技术动作方法 第三节 传、接球技术练习方法第四章 投篮技术 第一节 投篮技术分析 第二节 投篮技术动作方法 第三节 投篮技术的练习方法第五章 运球技术 第一节 运球技术分析 第二节 运球技术动作的方法 第三节 运球技术的练习方法第六章 持球突破技术 第一节 持球突破技术分析 第二节 持球突破技术动作的方法 第三节 持球突破的练习方法第七章 防守技术 第一节 防守技术分析 第二节 防守技术的练习方法第八章 抢球、打球、断球技术 第一节 抢、打、断球技术分析 第二节 抢、断、打球的练习方法第九章 抢篮板球技术 第一节 抢篮板球技术分析 第二节 抢篮板球技术的练习方法第十章 位置技术 第一节 篮球比赛中各位置的特点 第二节 中锋、前锋、后卫队员位置技术练习

<<篮球基本技术>>

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>