

<<篮球3对3比赛技巧>>

图书基本信息

书名：<<篮球3对3比赛技巧>>

13位ISBN编号：9787500922025

10位ISBN编号：7500922027

出版时间：2002-12

出版单位：人民体育出版社

作者：王梅珍

页数：171

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3对3比赛技巧>>

内容概要

这是一本指导篮球3对3比赛训练的优秀专业读物。

书中阐述了篮球3对3比赛的专业知识，主要包括以下内容：球队介绍、对篮球运动的理解、位置技术、战术基础配合名称和方法、3对3比赛队员位置结构和落位方法等。

全书内容丰富，图文并茂，语言通俗，集技术性、实用性于一体，非常值得一读。

<<篮球3对3比赛技巧>>

书籍目录

第一部分 球队介绍 一、男队介绍 二、女队介绍 第二部分 对篮球运动的理解 一、取胜之道 二、取胜之巧 三、打球之乐 第三部分 位置技术 一、进攻技术 (一) 前锋和后卫队员10大进攻技术 (二) 中锋队员10大进攻技术 二、防守技术 (一) 前锋和后卫队员的5大防守技术 (二) 防中锋接球 第四部分 战术基础配合名称和方法 一、进攻战术基础配合的名称和方法 二、防守战术基础配合的名称和方法 第五部分 3对3比赛队员位置结构和落位方法 一、后卫、前锋、中锋结构和落位方法 二、两后卫一前锋结构和落位方法 三、两前锋一后卫结构和落位方法 四、两后卫一中锋结构和落位方法 五、两前锋一中锋结构和落位方法 六、两中锋一后卫结构和落位方法 七、两中锋一前锋结构和落位方法 第六部分 3对3比赛进攻战术配合方法 一、后卫、前锋、中锋结构的进攻配合方法 二、两后卫一前锋结构的进攻配合方法 三、两前锋一后卫结构的进攻配合方法 四、两后卫一中锋结构的进攻配合方法 五、两前锋一中锋结构的进攻配合方法 六、两中锋一后卫结构的进攻配合方法 七、两中锋一前锋结构的进攻配合方法 第七部分 3对3比赛防守战术配合方法 一、防内线进攻的配合方法 二、防突破的配合方法 三、防外线投篮的配合方法 四、防策应的配合方法 第八部分 参加3对3比赛应注意的问题 附：3对3篮球比赛主要规则 3对3篮球赛竞赛方法

<<篮球3对3比赛技巧>>

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>