

<<中国青少年排球教学训练大纲>>

图书基本信息

书名：<<中国青少年排球教学训练大纲>>

13位ISBN编号：9787500925903

10位ISBN编号：7500925905

出版时间：2004-1

出版时间：人民体育出版社

作者：中国排球协会

页数：140

字数：106000

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>

## <<中国青少年排球教学训练大纲>>

### 内容概要

本书是我国青少年排球教学和训练的指导性文件，是各级各类体育运动学校、业余体校排球班和排球传统项目学校进行排球教学和训练的依据，对提高我国青少年排球后备人才培养的水平和规格起着重要的宏观指导作用。

近年来，随着排球运动的发展和运动技术水平的不断提高，原来的《青少年排球教学训练大纲》中的有些指标和要求已明显不适应当前我国排球运动发展的客观需要，并制约了我国青少年排球运动教学和训练工作的科学化、系统化发展。

在这种形势下，必须组织力量对过去的《大纲》进行修订和编审，以适应我国排球运动不断发展的客观需要，为我国排球运动培养更多、更好的青少年后备人才。

编制《大纲》遵照了先进性、科学性、实用性原则，其主要指导思想为：运用现代排球运动的理论，建立符合我国排球发展道路的技、战术基础，把影响我国排球技、战术发展的薄弱环节放在少儿训练的重要位置，培养技术全面、的特长的优秀运动员。

## <<中国青少年排球教学训练大纲>>

### 书籍目录

一、各年龄组教学训练任务（一）儿童组教学训练任务（二）少年乙组教学训练任务（三）少年甲组教学训练任务二、训练内容纲要（一）儿童组训练内容（二）少年乙组训练内容（三）少年甲组训练内容三、考核（一）比赛期间各年龄组考核内容与比例（二）各年龄组身体素质测验项目与评分方法（三）身体素质测验方法（四）基本技术测试项目与评分方法四、选材（一）科学选材的定义与意义（二）科学选材的要求（三）科学选材的一般模式（四）排球运动员科学选材的指标及内容（五）测试方法与评定标准（六）选拔排球人才的阶段与方法五、青少年排球运动员损伤的预防（一）青少年排球运动员损伤的特点、原因与预防的原则（二）青少年排球运动员常见损伤的预防附1 发展身体素质的原则与方法附2 各年龄组身体素质成绩评分表

<<中国青少年排球教学训练大纲>>

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>