

<<大球运动>>

图书基本信息

书名：<<大球运动>>

13位ISBN编号：9787810816984

10位ISBN编号：7810816985

出版时间：2007-4

出版时间：湖南师范大学出版社

作者：谭小丰(分册主编)

页数：214

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>

<<大球运动>>

前言

随着我国高校体育教学改革的不深入，教育部在总结十年来全国高等教育教学改革经验的基础上，于2002年7月颁布了《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》（以下简称《纲要》）。

在认真学习、领会《纲要》精神的前提下，我校加大了体育教学改革的力度，力求将先进的教育理论和教学思想与高校体育教学改革有机地结合起来，教育、引导和培育青年一代主动地接受体育，掌握一些适合个体独立锻炼的运动项目，养成经常锻炼的习惯，培养终身进行体育锻炼的意识，并在参与运动的过程中，享受运动带来的乐趣与磨练，“学会生存”、“学会锻炼”，进而实现“每天锻炼1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子的目标”。

本套教材是在湖南工业大学学校重点建设课程《大学体育》的研究基础上完成的。

教材打破了普通高校体育实践教材的传统编写模式，构建了高校体育教学中单项课程教材的编写模式，描述了不同课程内容在实现其特征和文化内涵方面所起的作用，使之成为单项课程建设与实践的支点，并为教与学提供可选择与评价的目标。

本套教材认真贯彻学校体育要树立“健康第一”的指导思想和《纲要》提出的“以身体练习为主”的课程特点，体现“以人为本”的教育理念，在追求全面发展和面向全体学生的同时，为学生个性发展提供大量的空间，把学生锻炼习惯的养成和健康心理的形成作为首要目标。

本教材具有以下特点：第一，体现了“以人为本”的编写思想。

突出了“研究性学习”、“自主性学习”方法介绍，力争满足不同层次学生在课内外、校内外及一切可利用的时间与空间进行锻炼的要求，体现了学术性与个体性的结合。

<<大球运动>>

内容概要

《大球运动》认真贯彻学校体育要树立“健康第一”的指导思想和《纲要》提出的“以身体练习为主”的课程特点，体现“以人为本”的教育理念，在追求全面发展和面向全体学生的同时，为学生个性发展提供大量的空间，把学生锻炼习惯的养成和健康心理的形成作为首要目标。

《大球运动》内容包括大球运动概述、大球运动的锻炼价值、大球运动健身效果评价、大球运动的竞赛观赏、大球运动的健身方法与要求、大球运动的健身游戏及规则、大球豫东的身体素质训练和大球运动的保健与康复。

<<大球运动>>

书籍目录

第一章 大球运动概述第一节 篮球运动概述第二节 排球运动概述第二节 足球运动概述第二章 大球运动的锻炼价值第一节 大球运动的健身价值第二节 大球运动的健心价值第三章 大球运动健身效果评价第一节 大球运动员负荷的测定第二节 锻炼效果的测定与评价第四章 大球运动的竞赛观赏第一节 比赛观赏的理论第二节 大球运动竞赛规则第五章 大球运动的健身方法与要求第一节 篮球运动的健身方法与要求第二节 排球运动的健身方法与要求第三节 足球运动的健身方法与要求第六章 大球运动的健身游戏及规则第一节 篮球运动的健身游戏及规则第二节 排球运动的健身游戏及规则第三节 足球运动的健身游戏及规则第七章 大球运动的身体素质训练第一节 篮球运动的身体素质训练第二节 排球运动的身体素质训练第三节 足球运动的身体素质训练第八章 大球运动的保健与康复第一节 运动性疲劳与消除第二节 大球运动常见运动性疾病的预防与处理第三节 大球运动损伤的致损因素第四节 大球运动常见损伤的处理与预防第五节 大球运动营养与卫生要求参考文献

<<大球运动>>

章节摘录

持续违反规则：是指一名队员在被判罚了犯规并重新开始比赛后，仍然继续坚持违反可判为任意球的犯规。

延误比赛重新开始：主要是指死球时，为了达到拖延时间的目的，以各种方式（如慢慢系鞋带，多次移动球的地点等）延误比赛重新开始的行为。

妨碍发角球和任意球：当以角球或任意球重新开始比赛时，防守队员故意不退出规定距离。

未得到裁判员许可进入或重新进入比赛场地：“进入”主要指比赛队员未随队一同加入比赛或替补队员未履行替补程序而加入比赛的情况，以及在场外疗伤或整理装备后，未经裁判员允许而“重新加入”比赛。

未得到裁判员许可故意离开比赛场地，防守队员故意离场来制造“越位陷阱”或擅自出场、喝水等情况。

(2) 罚令出场的犯规（红牌） 严重犯规：是指队员在比赛抢球过程中对对方队员故意施加的暴力性犯规行为。

其特征是：属直接任意球犯规，此犯规是一种强暴力行为的性质，使用了强制力量。

此犯规危及了对方队员的身体安全。

暴力行为：是指比赛进行中或死球时，队员目的不是在球，而是对对方施加的暴力性犯规行为。

其特征是：犯规的表现是过分的、猛烈的、侵犯性的；犯规发生不是在队员争抢球的时候，犯规可能在比赛中，也可能在死球时；犯规的对象有对对方、对本方，对裁判员、对助理裁判员、对第四官员、对记者、对观众等。

违反体育道德的行为：如向对方或其他任何人吐唾沫。

故意手球犯规：用故意手球破坏对方的进球或明显的进球得分机会（不包括守门员在本方罚球区内）。

破坏对方的破门得分机会：用可判为任意球或球点球的犯规破坏对方向本方移动着的明显进球得分机会。

语言或行为不当：使用无礼的、侮辱性的或辱骂性语言及行为。

在同一场比赛中得到第二次黄牌警告（这是针对同一队员而言）。

另外，比赛中如果守门员在本方罚球区内用球掷击或企图掷击对方队员，将被判罚球点球并罚令出场。

。

<<大球运动>>

编辑推荐

<<大球运动>>

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>