

<<现代竞技运动训练理论与实践研>>

图书基本信息

书名：<<现代竞技运动训练理论与实践研究>>

13位ISBN编号：9787811009064

10位ISBN编号：7811009064

出版时间：2008-1

出版时间：北京体育大学

作者：王芬主编

页数：291

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>

<<现代竞技运动训练理论与实践研>>

内容概要

为备战2008年奥运会，加速我国高层次体育教练人才的培养，国家体育总局于2005年11月20日至12月20日，举办了“国家体育总局第四期高层次体育教练人才研修班”，有24人参加了培训。

学员们听取了德国专家近30个专题的讲座。

内容涉及德国竞技体育管理体制、教练员培训体系、训练科技攻关经验、生理生化的指标监控、机能评定、反兴奋剂、运动员营养、运动疲劳与恢复；考察了德国多特蒙德国家赛艇训练基地等4个训练基地，参观了震动力量训练与电刺激研究所、低氧训练研究所、机能评定研究所、Baum训练研究所、心理学研究所、反兴奋剂研究所等6个高水平研究所，现场观摩了田径、激流回旋皮划艇、赛艇、曲棍球等项目高水平运动员的训练实施，并与德国教练员进行了座谈交流。

期间，学员对德国专家、学者的讲座进行了记录整理，并在对这些材料吸收、思考的基础上，撰写出自己的研修培训总结，为了将此次研修培训成果进行交流和宣传，并向有关职能部门提供咨询参考，编者将学员的培训总结及课堂笔记编辑成集。

<<现代竞技运动训练理论与实践研>>

书籍目录

更新观念、深入研究、准确把握项目特点和规律，努力提高训练水平——国家体育总局2005年高层次体育教练人才研修班总结学术论文和培训总结赴德学习对中国国家激流队发展的启示德国竞技体育科研的“科隆模式”对我国体育科研人员的启示科学的教练员培训体制和高素质的教练员队伍是德国竞技育的制胜法宝德国学习考察的思考从生物力学角度对标枪进行专项分析对专项训练和运动免疫的再认识参观德国勒沃库森TSV Bayer俱乐部的感想结合专项对赴德学习的再认识身体素质 and 防守能力对曲棍球的重要性专业的教练员 职业的运动员系统思考 科学推进重新认识教练员的职责，结合项目特点研究项目规律个性化的训练计划和训练手段的重要性认清形势批准差距重新认识“三从一大”训练原则系统的学习在对运动项目规律的理性认识中的作用提高认识 夯实基础 科学训练在学习中提高 在交流中成长德国专家讲课记录教练员的职责岗位——任务、能力、希望与目标德国教练员学院介绍——过去、现在与未来竞技训练调控——力量、速度、耐力、灵活性及运动技术、协调性的耐力训练与高原训练肌肉能量代谢基础肌肉、身体的适应性和竞技运动员力量训练周期化能量代谢是训练方法的基础赛艇专项训练方法训练学(田径专项)——运动能力诊断研究科隆体院生物力学和矫形外科运动生物力学与运动实践——撑竿跳等项目力量诊断与录像解析训练比赛中的录像分析曲棍球竞技能力诊断与德国女子曲棍球国家队教练Marku的座谈运动心理学专题讲座运动免疫德国勒沃库森田径俱乐部简介赛艇训练后与德国教练员交流纪要心理学实验室参观记录德国多特蒙德国家赛艇俱乐部简介哈根霍林堡激流回旋皮划艇俱乐部U-18奥林匹克训练中心简介

<<现代竞技运动训练理论与实践研>>

编辑推荐

《现代竞技运动训练理论与实践研究》由北京体育大学出版社出版。

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>