

<<体育锻炼与欣赏>>

图书基本信息

书名：<<体育锻炼与欣赏>>

13位ISBN编号：9787811062137

10位ISBN编号：7811062135

出版时间：2005-10

出版时间：郑州大学出版社

作者：黄迎兵、张振东/国别：中国大陆

页数：244

字数：286

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>

<<体育锻炼与欣赏>>

内容概要

本书共分为四篇，即知识篇，技战术篇，训练评价篇和组织竞赛篇。

知识篇从篮球运动的诞生、传播和规则的重大演变开始，剖析了现代篮球运动的特点、锻炼价值和社会价值，展示了NBA球员风采，论述了职业篮球市场的发展，介绍中外篮坛轶闻趣事，指导篮球运动的观赏，并收录了部分篮球明星档案。

技战术篇以篮坛名人拿手绝招为例，以实战和实用为主，在篮球技术、战术学习和专项身体素质训练方面进行了指导，并对当前盛行的三人篮球赛进行了介绍。

训练评价篇通过对现代篮球运动训练理论分析，对基本功训练、技术训练、战术训练、心理训练和恢复训练进行了论述。

另外，本篇选用了两种评价方法供大学生们在篮球训练中进行自我评价。

组织竞赛篇以培养学生组织能力为重点，主要介绍了篮球竞赛的组织编排、竞赛规则和裁判方法。

本书内容丰富，材料翔实，图文并茂，融科学性、专业性、知识性、趣味性于一体，可读性强，既可作为普通高校体育文化素质教育的教材，也可作为篮球运动爱好者提高篮球技、战术水平的自学读物和观赏指南。

<<体育锻炼与欣赏>>

书籍目录

知识篇 1 篮球运动的诞生与传播 “桃筐带来的启迪 第一场尝试性篮球比赛 第一场女子篮球比赛 世界篮球成长印迹 2 篮球规则的重大演变 2.1 原始规则及初创时期规则的变化 2.2 最早的国际篮球规则及其演变 2.3 规则演变的规律及原则 3 现代篮球运动的特点与价值 3.1 现代篮球运动的特点 3.2 篮球运动的锻炼价值 3.3 篮球运动的社会价值 4 世界篮球最高殿堂——NBA MBA的原始社会 MBA的前身——BAA 从BAA到NBA 普多洛夫改天换地 NBA和ABA的竞争 立异标新三色球 从大学到法庭 NBA吞并ABA 柳暗花明又一村 NBA的黄金10年 NBA两个引人注目的时代 大卫·斯特恩与NBA NBA的组织机构 NBA严密的规章制度 NBA的竞赛方法及规则 5 职业篮球市场及其构成要素 职业篮球与职业篮球市场 职业篮球市场的构成要素 职业篮球运动员、教练员、裁判员和经纪人 电视转播机构、赛事赞助商与广告商、观众(球迷) 中国篮球俱乐部及其章程与管理条例 6 中外篮坛重大赛事及轶闻趣事 7 篮球运动观赏 8 中外篮球明星档案技战术篇 9 篮球技术 10 篮球战术 11 篮球技、战术与专项身体素质 12 三人篮球训练评价篇 13 篮球运动训练 14 篮球运动员技术水平、身体素质测试与评价方法组织竞赛篇 15 现代篮球运动价值的表现形式——竞赛及其编排 16 篮球竞赛规则与裁判法附录参考文献

<<体育锻炼与欣赏>>

编辑推荐

本书是“大学生文化素质教育体育书系”的其中一册，介绍了篮球运动的基本理论知识、技战术、训练评价和组织竞赛等内容，知识丰富而新颖，突出实用性特点，适用于大学体育基础课、选项课、选修课的教学使用。

该书的出版旨在帮助初学者尽快步入篮球殿堂，引导初学者自学自练，对提高初学者技战术水平，指导学校较规范地开展足球活动，具有一定的参考价值。

<<体育锻炼与欣赏>>

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>