

<<篮球运动双语教程>>

图书基本信息

书名：<<篮球运动双语教程>>

13位ISBN编号：9787811281538

10位ISBN编号：7811281538

出版时间：2009-12

出版时间：湘潭大学

作者：申伟华//刘锋//刘玉江

页数：328

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>

## &lt;&lt;篮球运动双语教程&gt;&gt;

## 前言

在当今世界经济文化日趋“全球化”的进程中，全世界各个国家交流与联系日趋紧密，这就使掌握和运用一门通用的“国际语言”变得更加必要。

早在1928年国际教育局在卢森堡召开世界第一次双语教育会议上，双语教学还是大多数人反对的对象，可是到了二战以后特别是20世纪80年代中后期，受经济全球化趋势的影响，双语教学开始在许多国家越来越受到重视。

双语教学作为现代人文教育的重要组成部分。

一直受到联合国教科文组织的重视。

如在国际教育局（IBE）中成立有专门负责研究双语教学的国际双语研究中心。

国际语言的形成和普及将是人类文化精神日益丰富发展的一个必然趋势。

随着我国加入WTO，各行各业与国际接轨的步伐逐步加快。

教育和科技与世界接轨也愈来愈密切。

为迎接“入世”的机遇与挑战，我国迫切需要既掌握专业知识又懂专业外语的高素质复合新型人才。

教育部于2001年印发《关于加强高等学校本科教学工作提高教学质量的若干意见》的4号文件，2005年又印发《关于进一步加强高等学校本科教学工作提高教学质量的若干意见》的1号文件，要求本科教育要创造条件，积极推动使用英语等外语进行公共课和专业课教学，力争二三年内。

外语教学课程达到所开课程的5%~10%、以培养高素质复合新型人才，实现我国高等教育的可持续发展。

可以预见“双语”教学必将成为我国高等教育各学科课程教学改革的一个热点和发展趋势。

我国高等学校双语教学起步较晚，且多是在个别学科上进行双语教学的实验后。

再逐步向多学科推行。

双语教学的理论研究也从无到有，从个别学科经验研究向综合性理论研究发展，已形成具有中国特色的双语教学初级阶段理论。

这些成果对目前我国高等学校各学科开展双语教学实践。

具有积极的指导意义。

目前，国内出版的体育双语书籍还不多见。

这无疑是影响我国高等学校开展体育双语教学的因素之一。

为了改变这种状况，我们组织部分体育教师编写了英汉对照体育双语丛书。

本丛书以运动项目的技术教学为主，这一方面是因为体育技术的教学内容相对比较简单，也便于结合技术动作理解英文；另一方面是因为体育技术教学的开放式教学环境和直观性教学特点，不会因双语教学而造成学科知识的损伤。

希望该丛书的编写出版能起到抛砖引玉的作用，为我国体育教学实施双语教学提供一定的帮助。

本丛书根据大量国外最新研究成果和相关教科书编写而成，英文部分依照原文。

稍有改动。

根据体育教学的现有实际情况，中文部分采用直译的方式进行，因此，其中文叙述方式与同类中文体育书籍稍有不同，这也是本丛书的特色之一。

本丛书的排版采用双栏形式，实现英汉对照，以便体育专业本科生和研究生以及体育爱好者在学习体育知识和技术时，能够同时学习体育英语。

本丛书由申伟华任总主编。

《篮球运动双语教程》由申伟华、刘锋、刘玉江任主编，蒋毅、张子俊、唐海军、陈建军、刘新军、周龙慧任副主编，其他编写人员有黄卫、邓波、赵伟丽、葛武、黄建国、雷鸣、白纬华、陈颖钢、王茜等。

全书最后由申伟华负责编纂定稿。

在此要特别感谢湘潭大学出版社对本书出版的大力支持和关心，还要感谢张建坤、伏洵、吴振宇、姜诗毅、欧于栋、范翌、张领领、邹洁芳等为本书技术动作的部分图片所进行的示范。

由于我们水平有限，在编写过程中既要遵从体育专业理论和专业技术的严密性和准确性，同时又要考

<<篮球运动双语教程>>

考虑到英语学习的现实要求，虽然力求兼顾到两方面的需要，但难免存在不足之处，甚至错误之处，希望得到专家和广大读者的批评指正。

## <<篮球运动双语教程>>

### 内容概要

《篮球运动双语教程》根据大量国外最新研究成果和相关教科书编写而成，英文部分依照原文。稍有改动。

根据体育教学的现有实际情况，中文部分采用直译的方式进行，因此，其中文叙述方式与同类中文体育书籍稍有不同，这也是本丛书的特色之一。

《篮球运动双语教程》的排版采用双栏形式，实现英汉对照，以便体育专业本科生和研究生以及体育爱好者在学习体育知识和技术时，能够同时学习体育英语。

## <<篮球运动双语教程>>

### 书籍目录

第1章 绪论 篮球的性质与目的 篮球的起源 早期篮球比赛 篮球运动的发展 篮球比赛的变革 篮球大事记 器材和尺寸 比赛规则 学习顺序建议 准备活动与整理活动 场区与图例第2章 篮球运动基本技术 平衡和快速能力 准备姿势 中枢脚和转动 步法 防守步法练习第3章 传接球技术 传球的原则 传球路线 基本传球技术 接球 传接球练习第4章 运球技术 运球技术的运用 篮球运球基本技术 运球练习第5章 投篮技术 投篮的方法 基本投篮练习 单手原地投篮 罚球投篮 跳投 3分投篮 勾手投篮 上篮 接球投篮第6章 抢篮板球 抢篮板球的基本要素 抢防守性篮板球 抢进攻性篮板球第7章 持球进攻移动 外线移动：1对1外围移动 从三威胁姿势开始的基本外线移动 外线移动练习 内线移动：中锋策应移动 中锋策应技术 基本策应移动 内线策应练习第8章 无球移动 无球移动的基本原则 基本的无球移动 掩护 挡拆配合 传切配合 闪切和变向切入 运球掩护和穿梭移动第9章 进攻与防守 整体配合的概念 心理准备 队员场上位置 篮球进攻原则 篮球防守原则 进攻的形式 基本的进攻阵型 防守形式第10章 2人制裁判法简介 比赛前的准备 一节比赛的开始 裁判员的位置与职责 出界和掷球入界 投篮 裁判手势和宣判程序 罚球 暂停和替换参考书目

## &lt;&lt;篮球运动双语教程&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：Mistake You circle your turn rather than making a sharp cut. Correction Use a three-quarter first step and flex your knee so you can pivot sharply and push off in the direction you want to go. Then shift your weight and take a long second step. Hockey Steps As you run forward, at a moderate speed, take a series of short, quick, parallel steps. Stay low with the knees flexed. Combine this with a change of direction move and you will have your defender scrambling behind, trying to catch up. Also while you are making these steps, alternately shake your shoulders and head. This will confuse the defense because, with different parts of the body going in different directions, the defense can't be certain which way you will eventually run. (4) Stop Every basketball player must learn to stop quickly, and within the limits specified by the rules, while maintaining balance. Stopping quickly with balance and control means that players must be able to use basic position, start properly, move quickly (by running or sliding), and finally stop quickly in a balanced position. When the ball is caught while both feet are in the air, and the player lands on both feet simultaneously, the rules are the same as if he caught the pass while standing. Either foot can be used as the pivot foot. Whenever the ball is caught while one foot is on the floor, that foot becomes the pivot foot. There are two methods of stopping with the ball, the one-count "quick stop"

(two-footed jump stop) and the two-count "stride stop (running stride stop)". A. Quick Stop (Jump Stop) The preferred stop for beginners is the quick stop, sometimes called the jump stop. The quick stop is executed at the end of a running or sliding motion. When running, a player does a quick stop by jumping slightly from one foot, skimming the floor surface, and landing in a parallel or staggered stance (Figure 2-9A). Both feet hit the floor at the same time (one count). Remember: When executing the quick stop, hop before the stop to allow gravity to help slow your movement, similar to the stride stop. Lean back, then stop with both feet landing simultaneously, shoulder-width apart, knees flexed. Shift your weight onto the backs of your feet to keep your body from moving forward (Figure 2-9B). 常见错误原地转身，并没有变向移动。

纠正方法缩短第一步步幅（3/4步长），屈膝，大幅度转动，向移动方向蹬伸，并随之移动重心，第二步大步前迈。

曲棍球步变向在以中等速度向前跑进中，屈膝降低重心进行一系列短而快的平行步。

使之与变向结合起来。

可以摆脱防守者，将其远远地甩在身后。

在进行曲棍球步的同时，还可以来回晃动肩部和头部，这将迷惑防守者，因为，身体不同部位动作方向不同，防守者无法判断你实际的跑进方向。

(4) 急停每位队员都必须学会在特定规则限制下迅速急停并保持身体平衡。

在有控制的身体平衡下快速急停，意味着队员须能利用基本姿势，正确启动，迅速移动（跑动或滑动），最终以平衡姿势快速急停。

当双脚离地接球后又同时落地，规则视之为如同原地接球，此时，任意脚可作为中枢脚。

无论何时。

只要是单脚着地接球。

该脚就是中枢脚。

持球急停有两种方法：一步节奏的快速急停（并步跳停）和两步节奏的跨步急停（跑跨步急停）。

A，快速急停（跳停）快速急停是初学者的首选，有时它被称为跳停。

快速急停发生于跑步或滑步结束时，队员在跑动中单脚轻轻跳起从地面掠过，然后双脚着地成平行或前后站位基本准备姿势（图2-9A）。

双脚同时着地（一个节拍）。

记住：快速急停时，急停之前像跨步急停一样进行单足跳利用重力减速。

身体后仰，然后双脚同时着地，与肩同宽站位。

屈膝，身体重心后移双脚，防止身体向前移动（图2-9B）。

<<篮球运动双语教程>>

编辑推荐

《篮球运动双语教程》：英汉对照体育双语丛书

<<篮球运动双语教程>>

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>