

《篮球》

图书基本信息

书名：《篮球》

13位ISBN编号：9787811008296

10位ISBN编号：7811008297

出版时间：2007-11

出版社：体育大学

作者：于振峰

页数：241

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

内容概要

《全国普通高校体育学科篮球系列教材·篮球：体育系普修》作为全国普通高校体育院校体育系篮球专业普修课的学生用书，按照国家教育部体育教学指导委员会颁布的本科体育教学计划的培养目标、教学任务、教学时数、教学内容及考核要求，经过总结、吸收多年来各体育院、校、系篮球课程教学实践的经验和继承不同时期出版的不同版本各类篮球教材优点，重视吸收国内外篮球运动发展中的先进理论与实践内容，并经过多次认真研讨，听取和征求多所体育院校篮球教学工作者的建议与反馈意见，形成本教材的编写指导思想，由分工负责撰写完成。《全国普通高校体育学科篮球系列教材·篮球：体育系普修》的主要特点是：时代的发展，学科建设程度不断加深，教材内容也需要应时而变，才能满足学生不断增长的求新知、学新知的需求。本教材着眼于为新世纪培养体育专门人才的实际需要，在坚持实事求是的编撰原则，从篮球教学的实际出发，坚持教学性、针对性、实用性、科学性、先进性、时代性原则全面地介绍了篮球学科的基本知识、基本技术与基本战术，注意基本技能与实践能力的培养；同时吸收当代自然科学理论，作为篮球课程的保证，力求在教学体系和教学内容、教学手段与方法上有所突破；将所教的内容细化、深化，适度地增加篮球学科前沿的新理论、新方法、新资讯，以此满足新时代大学生吸收篮球知识的需要。

书籍目录

第一章 篮球运动概述第一节 篮球运动的起源和发展第二节 现代篮球运动的发展趋势第三节 中国的篮球运动第二章 熟悉球性练习与篮球游戏第一节 熟悉球性练习第二节 篮球游戏第三章 篮球技术教学与训练第一节 移动第二节 运球第三节 传球与接球第四节 投篮第五节 持球突破第六节 个人防守第七节 抢篮板球第四章 篮球战术教学与训练第一节 战术基础配合第二节 半场人盯人防守与进攻半场人盯人防守第三节 全场紧逼人盯人防守与进攻全场紧逼人盯人防守第四节 快攻与防快攻第五节 区域联防与进攻区域联防第五章 中学篮球教学与训练第一节 中学篮球教学的目的和任务第二节 中学篮球教材教法分析第三节 中学篮球队的训练工作第六章 篮球竞赛组织工作第一节 篮球竞赛的种类第二节 篮球竞赛的组织工作第三节 比赛制度、编排方法和名次排列第七章 篮球规则与裁判法第一节 篮球裁判员应具备的素质第二节 篮球主要规则解释第三节 临场裁判技巧第四节 记录台的工作参考文献

第一章 篮球运动概述 篮球运动是在长方形平面场地上，比赛的双方各出5名队员，在规则的限制下，通过掷、拍、滚或运，将球投入位于一定高度的对方球篮以得分，并阻止对方获球或得分的竞技体育项目。 篮球运动是由跑、跳、投等基本技能所组成，具有复杂性和多变性。经常从事篮球运动能促进速度、力量、耐力、灵敏等身体素质的全面发展，提高内脏器官和中枢神经系统的功能。

篮球运动具有较强的集体性和对抗性。它要求运动员具备勇敢顽强的斗志和集体主义精神，齐心协力，密切配合，敢于拼搏，才能争取比赛的胜利。 篮球运动简单易行，趣味性和观赏性都很强。参加者不受年龄、性别的限制，既能增强体质，又能丰富业余文化生活。通过比赛的相互往来，可以加强了解和增进友谊。 篮球运动深受广大群众的喜爱，易于广泛开展与普及，在体育运动中占有重要的地位。

第一节 篮球运动的起源和发展 篮球运动是在1891年，由美国马萨诸塞州斯普林菲尔德市基督教青年会训练学校体育教师詹姆士·奈史密斯博士发明的。当时，在寒冷的冬季，缺乏室内进行体育活动的球类竞赛项目。奈史密斯从工人和儿童用球向“桃子筐”投准的游戏中得到启发，设计将两只桃篮分别钉在健身房内两端看台的栏杆上，桃篮口水平向上，距地面10英尺，以足球为比赛工具向篮内投掷，入篮得1分，按得分多少决定胜负。因为这项游戏最初使用的是桃篮和球，遂取名为篮球。1893年铁质球篮取代了桃篮并悬挂了线网。1895年篮筐开始固定在4x6英尺的篮板上并逐渐深入场内，到1913年将篮网剪开，形成了近似现代的篮板和球篮。 最初的篮球比赛规则很简单，对于场地大小、参加人数多少、比赛时间长短均无统一规定。1892年奈史密斯制定了第一部13条的原始规则，目的是使篮球游戏在公平对等的条件下进行，同时不允许粗野动作的发生。1915年美国制定了全国统一的篮球竞赛规则，并翻译成多种文字，向全世界发行。1932年，刚诞生的国际篮联以美国大学使用的篮球规则为基础，制定了第一份世界统一的竞赛规则。随着篮球运动的发展，场地设备得到改进和完善，规则也不断地增删和变化，现行规则计有50条和58个手势图。

《篮球》

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：www.tushu000.com