

《排球》

图书基本信息

书名：《排球》

13位ISBN编号：9787560722870

10位ISBN编号：7560722873

出版时间：2001-6

出版社：山东山大图书有限公司（山东大学出版社）

作者：李汝田

页数：318

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

《排球》

内容概要

本教材吸取了最近出版的各种版本排球教材的优点、近年业国内外的先进理论、最新知识。在编写过程中，编写组成员把自己多年的教学训练经验和科研成果渗透到了教材中。为了进一步贯彻落实《全民健身纲要》，促进全民健身运动的开展，激发广大青少年对排球运动的兴趣，充分发挥排球运动在学校体育中的作用，本教材把深受青少年喜爱的软式排球、沙滩排球等其他形式的排球运动专门列为一章作简要介绍。

书籍目录

第一章 排球运动概述 第一节 排球运动简介 第二节 排球运动的起源、传播与演变 第三节 我国排球运动发展概况 第四节 世界排球运动发展概况 第五节 排球运动的发展趋势第二章 排球技术和教学方法 第一节 准备姿势和移动 第二节 发球 第三节 垫球 第四节 传球 第五节 扣球 第六节 拦网第三章 排球集体战术和教学训练方法 第一节 集体战术 第二节 阵容配备和交换位置 第三节 接发球及其进攻技术 第四节 接扣球及其进攻战术 第五节 接拦回球的进攻战术 第六节 排球集体战术的教学及练习方法第四章 排球练习者身体训理论和方法 第一节 概述 第二节 身体素质训练方法 第三节 力量素质训练方法 第四节 速度素质训练方法 第五节 耐过素质训练方法 第六节 协调素质训练方法 第七节 灵活素质训练方法 第八节 柔韧素质训练方法 第九节 弹跳素质训练方法第五章 排球练习者的心理训练 第一节 排球练习者应具备的心理品质 第二节 赛前的心理训练 第三节 临场的心理调整和心理战术 第四节 心理训练应注意的问题第六章 排球教学、训练及比赛的指导工作 第一节 概述 第二节 教学工作 第三节 训练工作 第四节 比赛的指导工作第七章 排球竞赛工作 第一节 竞赛工作的意义 第二节 竞赛的组织工作 第三节 竞赛制度、编排与成绩计算第八章 排球竞赛规则与裁判方法 第一节 规则的演变与技术、战术发展的辩证关系 第二节 裁判员的权力和职责 第三节 比赛参加者的权利和责任 第四节 排球比赛的程序和礼仪 第五节 比赛方法 第六节 规则的执行与裁判方法 第七节 比赛的记录工作第九章 其他形式的排球运动附件一 考核内容、方法和评分标准附件二 排球比赛记分表
参考书目

《排球》

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