

# 《跟专家练篮球》

## 图书基本信息

书名：《跟专家练篮球》

13位ISBN编号：9787564407605

10位ISBN编号：7564407603

出版时间：2011-1

出版社：王培菊、李剑 北京体育大学出版社 (2011-01出版)

页数：144

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](http://www.tushu000.com)

# 《跟专家练篮球》

## 内容概要

《跟专家练篮球》，本书主要内容包括：入门基础课-球感练习、如何学习运球、如何学习传、接球等。

# 《跟专家练篮球》

## 书籍目录

一、入门基础课——球感练习二、如何学习运球（一）运球技术要点（二）运球技术动作分析（三）运球技术实战要点三、如何学习传、接球（一）控制球技术（二）传球技术（三）接球技术（四）如何提高传接球的准确性四、持球突破——摧毁防守的利器（一）原地持球突破技术动作分析（二）持球突破运用示例（三）持球突破练习方法五、完美投篮的基础（一）投篮技术动作分析（二）正面三步单手上篮（三）反手投篮（四）投篮技术实战运用分析六、投篮实战技巧七、进攻战术基础配合八、防守基本技术九、如何抢篮板球（一）抢篮板球技术分析（二）抢防守篮板球技术分析

# 《跟专家练篮球》

## 编辑推荐

王培菊和李剑主编的《跟专家练篮球》内容介绍：在所有的体育运动项目中，篮球是最令人激动的，不必说热血贲张的战斧式扣篮，不必说随心所欲的胯下运球，不必说百步穿杨的3分神射，更不必说行云流水的传切配合，事实上，篮球是传递着青春的活力和张扬自我的载体，它最重要的表达就是自由而富有创造性的人生，它丰富而鲜明的内涵可以启迪每一个热爱生活的人。

## 精彩短评

1、额。。。

# 《跟专家练篮球》

## 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](http://www.tushu000.com)