

《软式排球.沙滩排球.气排球理论与方法》

图书基本信息

书名：《软式排球.沙滩排球.气排球理论与方法》

13位ISBN编号：9787561527078

10位ISBN编号：7561527071

出版时间：2007-1

出版社：第1版 (2007年1月1日)

作者：连道明

页数：283

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.tushu111.com

《软式排球.沙滩排球.气排球理论与方法》

内容概要

排球作为一项传统的体育项目，长期以来备受广大群众喜爱，尤其是中国女排在2003年世界锦标赛和2004年奥运会上重夺冠军，在我国再次掀起了排球热潮，包括软式排球、沙滩排球、气排球等的群众性排球运动蓬勃发展。近年来，软式排球、沙滩排球、气排球也纳入我国高等学校的体育课程中，这对于进一步增强大学生的综合素质，拓展其知识面，将具有积极的推动作用。

本书是编著者在多年排球运动实践的基础上，将理论与实践紧密结合，根据排球运动的发展需要，博采众家之长而悉心编写的。该书内容新颖，是为数不多的关于软式排球、沙滩排球、气排球等的专门著作，具有较高的实用价值。

本书文字与内容通俗易懂、深入浅出，可读性强，不仅可以作为大学生的学习用书，亦可供广大体育爱好者阅读。衷心希望该书的出版，能进一步促进我国排球运动的发展，推动我国群众性体育运动的深入开展。

《软式排球.沙滩排球.气排球理论与方法》

书籍目录

序前言第一篇 软式排球运动 第一章 软式排球运动导论 第一节 软式排球运动的起源与传播 第二节 我国推广与开展软式排球运动概况 第二章 软式排球基本技术理论与方法 第一节 准备姿势与移动 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 软式排球基本战术理论与方法 第一节 六人制比赛基本战术 第二节 四人制比赛基本战术 第四章 软式排球健身理论与方法 第一节 软式排球运动的锻炼价值 第二节 软式排球运动教学与训练方法 第三节 软式排球运动教学训练中应注意的问题 第五章 软式排球游戏 第一节 软式排球游戏的特点 第二节 软式排球游戏示例 第六章 软式排球竞赛规则与裁判方法 第一节 软式排球竞赛规则简介 第二节 软式排球比赛裁判员主要工作职责与方法第二篇 沙滩排球运动 第一章 沙滩排球运动导论 第一节 沙滩排球运动的起源与发展 第二节 沙滩排球运动的技战术特点 第二章 沙滩排球基本技术理论与方法 第一节 沙滩排球基本技术 第二节 沙滩排球各项技术的运用 第三章 沙滩排球基本战术理论与方法 第一节 沙滩排球战术概述 第二节 沙滩排球基本战术及运用 第四章 沙滩排球竞赛规则与裁判工作 第一节 概述 第二节 沙滩排球竞赛主要规则 第三节 沙滩排球裁判员主要工作职责与工作方法 第四节 沙滩排球比赛场地与器材设施 第五章 沙滩排球健身理论与方法 第一节 沙滩排球运动健身特征第三篇 气排球运动参考文献

《软式排球.沙滩排球.气排球理论与方法》

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.tushu111.com