

<<篮球>>

图书基本信息

书名：<<篮球>>

13位ISBN编号：9787538448207

10位ISBN编号：7538448209

出版时间：2011-5

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：冯晓丽 编

页数：207

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>

<<篮球>>

内容概要

《篮球》(主编冯晓丽)共分为4个部分：基础技术介绍，基本战术介绍，基本战术训练，技战术的运用。本书这四个部分在内容上是依次递进的，青少年朋友可以按本书的内容体系自行进行练习，避免了没有教练指导的苦恼。

本书遵循体育课程的客观规律，掌握体育发展最新动态，并把体育文化、健康理念纳入其中，以增强广大读者的体育与健康意识，发展他们的基本运动能力，培养体育锻炼的习惯。

<<篮球>>

书籍目录

第一篇理论与训练篇

第一章篮球的理论与常识

第二章个人篮球技术与训练

第三章团队配合技术训练

第四章篮球实用战术与训练

第二篇实战战术练习与应用

第五章快攻战术与防快攻战术

第六章攻、守战术基本配合

第七章全场区域紧逼防守与进攻战术

<<篮球>>

章节摘录

版权页：插图：

<<篮球>>

编辑推荐

《篮球》：篮球入门技术到战术提高的捷径，技术强化训练实用指导，易学易练的基本战术配合。

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>