

<<中国轮椅篮球运动发展研究及实用轮椅篮球教学训练>>

图书基本信息

书名：<<中国轮椅篮球运动发展研究及实用轮椅篮球教学训练>>

13位ISBN编号：9787564407414

10位ISBN编号：7564407417

出版时间：2011-6

出版时间：北京体育大学出版社

作者：张全宁 编

页数：187

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>

<<中国轮椅篮球运动发展研究及实>>

内容概要

本书主要内容简介：轮椅篮球作为残疾人体育运动项目的重要组成部分，是最具竞争力、最具观赏性、最具影响力的运动项目。

随着世界残疾人体育运动的蓬勃发展，轮椅篮球运动越来越受到世界各国的重视。

伴随着我国经济的迅速发展和人民物质文明与精神文明水平的提高，我国对残疾人体育事业的关注和投入也在不断加大。

对我国轮椅篮球运动的发展进行研究，具有重要的现实意义和历史意义。

<<中国轮椅篮球运动发展研究及实>>

书籍目录

理论篇：中国轮椅篮球运动发展研究

第一章 前言

第一节 选题依据

第二节 文献综述

第二章 研究内容、研究对象与研究方法

第一节 研究内容

第二节 研究对象

第三节 研究方法

第三章 分析与讨论

第一节 轮椅篮球运动简介及技战术特点

第二节 我国轮椅篮球运动的开展及与国际先进水平的差距

第三节 我国轮椅篮球运动开展的基本情况分析

第四节 我国轮椅篮球队的训练与比赛情况分析

第五节 我国轮椅篮球运动的发展及备战国际大赛的对策

第四章 结论

实践篇：实用轮椅篮球教学训练

第一章 轮椅篮球技术

第一节 移动技术

第二节 运球技术

第三节 传接球技术

第四节 投篮技术

第二章 轮椅篮球战术

第一节 战术基础配合

第二节 快攻与防守快攻

第三节 人盯人防守与进攻人盯人防守

第四节 区域联防与进攻区域联防

第五节 攻守转换

第三章 轮椅篮球主要竞赛规则及裁判法

第一节 轮椅篮球比赛场地及器械

第二节 轮椅篮球竞赛主要规则

第三节 轮椅篮球裁判法

<<中国轮椅篮球运动发展研究及实>>

章节摘录

这种根据轮椅篮球运动专门设计的轮椅可以最大限度地使运动员在碰撞时起到保护运动员身体的作用。

同普通的正常人篮球运动不同，轮椅篮球运动中运动员不仅需要掌握篮球技术，更重要的一点是，运动员还必须练习自己掌控轮椅的能力。

因此，轮椅篮球的技术应分为轮椅技术和篮球技术两项内容，两者的比例大约都是50%，训练的重点是两者协调起来组合练习。

轮椅技术的核心内容是掌控轮椅。

作为一名残疾人，如果在日常生活中没有使用轮椅，那在开始练习使用轮椅时会遇到很大的困难。但是这并不表示，那些截瘫或下肢功能障碍的残疾人由于日常生活总是要使用轮椅而会在轮椅技术方面占有优势。

原因有两方面：第一，篮球轮椅的行驶特性同日常生活轮椅只有很少的共同性。

第二，在轮椅篮球运动中轮椅运用的技术是很独特且非常专业的，截瘫病人在日常生活中并不需要运用这些技术，因而他们也不会掌握这些专业的技术。

在掌控轮椅的技巧方面，对运动员主要应做以下几方面的训练：迅速的启动（疾驶）和急停、单手推动轮椅、单手或双手原地转动、行驶中转动、行驶中迅速改变方向和速度、通过干涉操控轮椅、通过重心转移操控轮椅、操控轮椅用单侧轮行进与保持平衡、运用假动作迷惑对手、专门的阻挡技术和阻挡防守，残疾程度较低的运动员还应当学会比赛中的正确安全倒地和摔倒后能用自己的力量与技术自行起来恢复成正常操控轮椅状态；优秀的残疾程度低的运动员甚至要学会利用身体的起伏惯性使轮椅向一侧跳动以便接近对手去防守对手。

学习应用轮椅的技巧的关键因素首先是运动员的个人训练积极性和长期坚持不懈的练习。

轮椅篮球技术的核心内容是运球、传球、接球、和投篮。

传球和接球时，由于运动员残疾类型不同以及身体技能受限制程度不同，可以有完全不同的技术，各个运动员应当有适合自己实际情况的最佳轮椅篮球技术。

在轮椅篮球运动中，由于运动员的残疾程度不同，因而没有如何开展此项运动的普遍适用的共性方法。

轮椅篮球中的运球特别简单，另一方面，它也是非常难的，主要是因为轮椅篮球中没有两次运球。

轮椅篮球规则规定运动员在驱动轮椅同时按拍篮球，或者交替推动轮椅和按拍篮球，这就是运球。

当轮椅被驱动并带球时，篮球必须放在膝上，不能将球夹在膝盖之间。

当篮球放置在膝上时，轮椅最多可以驱动两次，然后必须再将球按拍到地面上，这两个动作可以交替运用。

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>