

西安体育学院学报

2003年 第3期

运动训练与竞赛

文章编号: 10012747 X (2003) 0320075202

文献标识码: A

中图分类号: G823112

背越式跳高有关技术理论及训练方法的思考

林 明¹, 娄春风², 韩 敬¹

11 西安体育学院, 陕西西安710068; 21 西北政法学院体育部, 陕西西安710063

摘 要: 采用追踪监测、理论分析、数理统计等研究方法, 探讨背越式跳高技术原理并运用于指导训练实践。研究表明, 适宜的弧线曲率, 具有双动力性质的起跳技术、速度潜力的挖掘利用、不同训练时期技术训练要点等方面的研讨, 其思路和方法可行, 对寻求运动成绩的再突破有积极的作用。

关键词: 背越式跳高; 弧线助跑; 起跳; 训练

Consideration of Flop High - Jump on Theory of Technique and Method of Coaching

LIN-Ming¹, LOU CHU-Feng², HAN - Jing¹

11 Xi' An Institute Of Physical Education, Xi' An 710068, China; 21 Northwest Politics And Laws University, Xi' An 710063, China

Abstract: Through The Methods Of Thacking Down Supervisor, Analysis Of Theory And Statistics, It Detects The Technique Principle Of Flop High - Jump That Was Applied To Directing The Practice Of Coaching. Study Indicates That It Has Important Action On Seeking For The Methods That Break Through The Achievements Of Movement By Studying The Curve Of Proper Curved To Burg The Taking - Off Tech2 Ni que Being Ofdouble Dynamic Feature, Tapping And Availing Of Potential Of Speed, And The Points Of Technique Coaching In Different Coaching Periods And So On. Its Methods Of Though And Success Are Feasible.

Key Words: Flop High - Jump; Curve Run - Up; Take Off; Coaching

[\(文章全文 PDF\)](#)

收稿日期: 2002-12-27 修回日期: 2003年

基金项目:

作者简介: 林 明(19562), 男, 辽宁西丰人, 西安体育学院副教授, 研究方向为运动训练; 娄春风(19562), 男, 河北玉田人, 西北政法学院讲师; 韩 敬(19542), 男, 江苏南京人, 西安体育学院教授, 研究方向为田径运动教学与训练;

版权所有 《西安体育学院学报》编辑部

主管单位: 陕西省体育局

主办单位: 西安体育学院

通信地址: 西安市含光北路65号

邮政编码: 710068

电话号码: 029-88409449

传真号码: 029-88409515

电子信箱: xtxb0xaipe.edu.cn

投稿网址: www.xaty.cb.cnk.net

网络地址: xaty.chi najournal.net.cn