



西安体育学院学报

2000年 第2期

运动训练与竞赛

文章编号: 1001-747 X (2000) 02-0041-04 文献标识码: A 中图分类号: G832

竞技性体操运动训练时间管理

王文生¹, 李 涛² 丁 健³

1. 北京体育师范学院体操教研室, 北京100088 ; 2. 北京理工大学体育部, 北京100041 ; 3. 北方交通大学体育部, 北京, 100044

摘 要: 以时间理论为指导, 并结合我国竞技性体操运动训练的现状, 提出了时间管理是竞技性体操运动训练时间效益的保证系统之一。进而探讨了竞技性体操运动训练时间管理的概念、应遵循的一般原则和时间管理的方法。

关键词: 竞技性体操; 运动训练; 时间管理

Management of Training Time on Competitive Gymnastics

WANG; Wen-Sheng

Department Of Gymnastics Of Beijing Normal College , Beijing , 100044

Absrtact: Acting The Time Theory Of A Guidline And Combine By The Situation Of Our Country Competitive Gymnatics. The Writer Finds Out That Time Management Is One Of Important Factors For A Reasonable And Efficient Training Organisation. Basing On This , The Writer Also Approachs The Concept , The General Principle And The Methods Of Time Management .

Key Words: Competitive Gymnastics ; Sports Training ; Time Management

[\(查看全文 PDF\)](#)

收稿日期: 1999-10-27 修回日期: 2000年

基金项目:

作者简介: 王文生(1961-), 男, 陕西乾县人, 北京体育师范学院副教授, 博士。主要从事竞技体操的研究。

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.chinajournal.net.cn