



提高少年篮球运动员的投篮命中率训练

Improving the Shooting Percentage of Junior Basketball Players

投稿时间: 2007-09-20

DOI:

中文关键词:[少年](#) [篮球运动员](#) [投篮](#) [命中率](#)

英文关键词:[junior](#) [basketball player](#) [shooting](#) [shooting percentage](#)

基金项目:

作者 单位

[黄启明](#) [徐汇区青少年体育学校](#)

摘要点击次数: 757

全文下载次数: 876

中文摘要:

通过对12名少年篮球爱好者近两年4个阶段,有计划科学地进行严格的、规范的投篮技术动作训练,使他们从不会投篮,到初步掌握投篮技术。通过规范的投篮基本技术的强化,提高了他们的投篮命中率,对他们今后的发展,也是十分有益的。

英文摘要:

Strict and canonical training of shooting movements were arranged for 12 basketball enthusiasts in two years, which are divided into 4 stages. This kind of training helped these novices to master the shooting skills preliminarily. The intensification of their shooting skills has improved their shooting percentage and is beneficial to their development in future.

[查看全文](#) [查看/发表评论](#) [下载PDF阅读器](#)

关闭

相似文献(共20条):

- [1] 陈大龙.利用马格努斯效应提高投篮命中率初探[J].宁夏大学学报(自然科学版),1995(3).
- [2] 马德明,朱建国.篮球运动员运动感知觉能力与投篮命中率的相关性研究[J].南京体育学院学报(社会科学版),2002,16(3):70-72.
- [3] 庞群英,吴明智.试论提高篮球比赛中的投篮命中率[J].武汉体育学院学报,2002,36(5):75-76.
- [4] 李成国.浅谈念动训练在青少年篮球投篮技术教学中的运用[J].吉林体育学院学报,2008,24(5):55-56.
- [5] 李远胜.篮球最佳投篮时机的选择[J].信阳农业高等专科学校学报,2009,19(2).
- [6] 倪永辉.普通高校篮球队投篮训练实践研究--以某高校学生篮球队为例[J].昆明冶金高等专科学校学报,2015(2).
- [7] 谷旭辉.对投篮技术动作的进一步分析与探讨[J].湖北体育科技,2003,22(1):83-84,86.
- [8] 列衍玲.青少年上肢力量的加强与提高投篮命中率的关系[J].广州体育学院学报,2002,22(4):82-84.
- [9] 岳冀阳,陈树华.中外优秀运动员封盖投篮的比较研究[J].广州体育学院学报,1999(3).
- [10] 王益权,朱晓阳.少年篮球运动员的意识培养与训练[J].长春师范学院学报,2005,24(2):120-121.
- [11] 王益权,朱晓阳.少年篮球运动员的意识培养与训练[J].长春师范学院学报,2005(5).

文章下载top30

MORE

- 01 法学视阈下欧洲和北美体育组织...
- 02 国际体育活动及全球体育法中的...
- 03 公共服务均等化视角下上海体育...
- 04 体育视频数据库的制作方案 —...
- 05 上海体育发展的战略环境分析
- 06 国外互联网体育博彩业发展现状...
- 07 肌电图(EMG)在运动生物力...
- 08 我国体育学院教育专业排球普修...
- 09 德国和原西德体育电视媒体发展...
- 10 体力活动与代谢健康
- 11 中国体育现代化与体育法制建设
- 12 再论上海竞技体育可持续发展之...
- 13 中国体育法制之殇
- 14 美国《BE ACTIVE K...
- 15 辨析体育现代化概念的内涵与外...

文章浏览top30

MORE

- 01 再论上海竞技体育可持续发展之...
- 02 少年儿童击剑运动员的科学训练
- 03 中国体育法制之殇
- 04 上海竞技体育发展定位研究
- 05 专题导读: 体育全球化发展的必...
- 06 我国体育彩票发展现状及对策
- 07 辨析体育现代化概念的内涵与外...
- 08 上海竞技体育可持续发展之路: ...
- 09 体育领域残疾歧视的国际法规制
- 10 体育彩票: 公益事业的助推器, ...
- 11 体育彩票彩民网上问卷调查系统...
- 12 女子举重运动员膝关节受伤后的...
- 13 NBA与CBA比赛跳跃步法的...
- 14 张峻旋转推铅球过渡阶段主要关...
- 15 上海市区县竞技体育项目管理发...

被引频次top30

MORE

- [12] 廖洁莹.浅谈集中注意力对投篮命中率的影响[J].韶关学院学报,1996(4).
- [13] 施冰兵.篮球训练中目标设置对投篮命中率影响的研究[J].高师理科学刊,2014(6):61-64.
- [14] 吴岩,张力.我国优秀青年男子篮球运动员感知觉与投篮命中率关系的研究[J].哈尔滨体育学院学报,2005,23(3).
- [15] 汤茂林.微积分在篮球投篮训练中的应用[J].保山师专学报,2008,27(5).
- [16] 张月琴.培养少年篮球运动员的三步曲[J].南京体育学院学报(自然科学版),2003,2(4):76-77.
- [17] 丁丽萍.我国少年篮球运动员竞技水平发展现状分析[J].西安体育学院学报,2005,22(6):84-86.
- [18] 王守恒,薛正武,曾凡星,朱浩.少年篮球运动员身体机能和素质变化的研究[J].体育科学,2000,20(1):36-39.
- [19] 纪建敏.试论心理演练方法对篮球运动员投篮命中率的作用[J].西南师范大学学报(自然科学版),2007,32(4):126-128.
- [20] 杜甲勇,童建国.谈少年运动员"篮球意识"的培养[J].安阳师范学院学报,2001(2):84-85.

版权所有：上海体育科学研究所《体育科研》编辑部 沪ICP备12022260号  沪公网安备 31010402002917号

技术支持：北京勤云科技发展有限公司

历史访问量:1985713 今日访问量:915