

DAXUE TIYU YU YUNDONG XUNLIAN FANGFA YANJIU

大学体育与 运动训练方法研究

王体刚 王晓勇 魏志成 ©著



中国出版集团



现代出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

大学体育与运动训练方法研究 / 王体刚, 王晓勇,
魏志成著. — 北京: 现代出版社, 2023. 9

ISBN 978-7-5231-0519-1

I. ①大… II. ①王… ②王… ③魏… III. ①体育教
学—教学研究—高等学校②运动训练—教学研究—高等学
校 IV. ①G807.4②G808.1

中国国家版本馆 CIP 数据核字 (2023) 第 165666 号

大学体育与运动训练方法研究

作 者 王体刚 王晓勇 魏志成

责任编辑 姜 军

出版发行 现代出版社

地 址 北京市朝阳区安外安华里504号

邮 编 100011

电 话 010-64267325 64245264(传真)

网 址 www.1980xd.com

电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷 北京四海锦诚印刷技术有限公司

版 次 2023年9月第1版 2023年9月第1次印刷

开 本 185 mm×260 mm 1/16

印 张 11.75

字 数 263千字

书 号 ISBN 978-7-5231-0519-1

定 价 58.00元

版权所有,侵权必究,未经许可,不得转载

第一章 大学体育理论基础知识

第一章 大学体育理论基础	1
第一节 体育与大学体育的认知	1
第二节 大学体育的地位与特征	16
第三节 大学体育中的主体与主导	18
第二章 大学体育教学体系研究	24
第一节 大学体育教学环境及其优化	24
第二节 大学体育教学原则分析	38
第三节 大学体育教学方法与创新	41
第四节 大学体育教学设计及要求	44
第三章 大学体育管理实践	48
第一节 管理与大学体育管理基础	48
第二节 大学体育设施与经费管理	56
第三节 大学体育竞赛与运动训练管理	64
第四节 大学体育社团管理与机制建立	68
第四章 运动训练的原理体系	74
第一节 运动训练的基础认知	74
第二节 运动训练的工程规划	80
第三节 运动训练的基本原则	88
第四节 运动训练的科学管理	95

第五章 运动训练的理论方法	102
第一节 运动训练方法演进与启迪	102
第二节 模式训练法与程序训练法	105
第三节 运动训练的具体实施训练方法	110
第六章 运动训练方法的项目实践	126
第一节 球类运动项目训练方法实践	126
第二节 田径运动项目训练方法实践	135
第三节 塑身运动项目训练方法实践	146
第七章 互联网背景下运动训练的创新途径	154
第一节 大数据时代运动训练的数字化监控	154
第二节 新媒体时代运动训练模式的创新	167
第三节 虚拟技术在运动训练领域的创新	171
参考文献	178