

图书在版编目（C I P）数据

校园软式棒垒球教程 / 宋强, 贾德龙著. — 成都 :
电子科技大学出版社, 2016.9
ISBN 978-7-5647-3919-5

I. ①校… II. ①宋… ②贾… III. ①垒球运动—高等职业教育—教材 IV. ①G848.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 229975 号

校园软式棒垒球教程

宋强 贾德龙 著

策划编辑 岳 慧

责任编辑 岳 慧

出版发行 电子科技大学出版社
成都市一环路东一段 159 号电子信息产业大厦九楼 邮

编 610051

主 页 www.uestcp.com.cn

服务电话 028-83203399

邮购电话 028-83201495

印 刷 四川永先数码印刷有限公司

成品尺寸 140mm×203mm

印 张 6.375

字 数 131 千字

版 次 2016 年 9 月第一版

印 次 2016 年 9 月第一次印刷

书 号 ISBN 978-7-5647-3919-5

定 价 35.00 元

版权所有，侵权必究

目 录

第一章 绪论.....	- 1 -
第一节 软式棒垒球的起源	- 1 -
第二节 软式棒垒球的器材	- 13 -
第三节 软式棒垒球的项目特点	- 16 -
第四节 我国校园软式棒垒球项目的开展现状	- 20 -
第二章 软式棒垒球运动与学生健康	- 25 -
第一节 软式棒垒球运动与学生身体健康	- 25 -
第二节 软式棒垒球运动与学生心理健康	- 33 -
第三节 软式棒垒球运动与学生社会适应能力	- 40 -
第三章 软式棒垒球的基本技术	- 48 -
第一节 软式棒垒球的传球技术	- 49 -
第二节 软式棒垒球的接球技术	- 56 -
第三节 软式棒垒球的击球技术	- 67 -
第四节 软式棒垒球的跑垒技术	- 75 -
第四章 软式棒垒球的教学游戏	- 86 -
第一节 软式棒垒球的传接球游戏	- 86 -
第二节 软式棒垒球的击球游戏	- 98 -
第三节 软式棒垒球的跑垒游戏	- 102 -
第五章 软式棒垒球的教学计划	- 106 -
第一节 软式棒垒球的单元计划	- 106 -
第二节 软式棒垒球的课时计划	- 109 -
第三节 软式棒垒球的教案范例	- 125 -
第六章 软式棒垒球的技术评定	- 139 -
第一节 软式棒垒球的技术评定简介	- 139 -

第二节	软式棒垒球的技术评定标准	- 142 -
第七章	软式棒垒球的比赛规则	- 149 -
第一节	软式棒垒球比赛规则简介	- 149 -
第二节	软式棒垒球比赛记录表格	- 169 -
第三节	软式棒垒球比赛竞赛规程	- 171 -
第八章	软式棒垒球比赛攻防策略	- 182 -
第一节	软式棒垒球比赛战略战术	- 182 -
第二节	软式棒垒球比赛防守策略	- 186 -
第三节	软式棒垒球比赛进攻策略	- 190 -
参考文献:	- 197 -