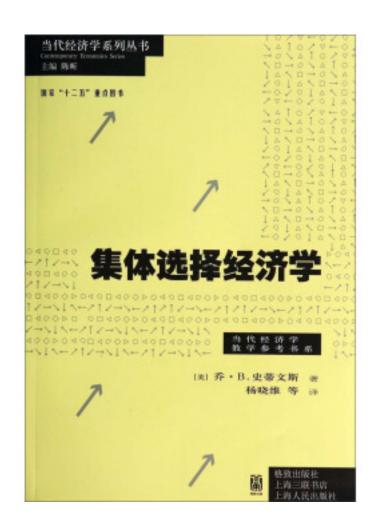
当代经济学系列丛书·当代经济学教学参考书系: 集体选择经济学



当代经济学系列丛书·当代经济学教学参考书系:集体选择经济学 下载链接1

著者:[美] 乔·B.史蒂文斯 著,陈昕 编,杨晓维 等 译

当代经济学系列丛书・当代经济学教学参考书系:集体选择经济学_下载链接1_

标签

评论

内容不错,好的学习资料,就是运输中把书弄破损了。

上手飘球易于控制方向,准确性高。发球时两脚自然开立,左脚向前(如果左手发球则 方向相反),左手托球于体右前方。用抬臂和手掌的平托上送动作,将球平缓地垂直抛 向右肩上侧,高度在头上方半米以内。在左手抛球同时,右臂屈肘后引,肘高于肩,上 体稍向右转,挺胸、展腹。击球时利用蹬地、向左旋转和收腹的力量,带动手臂向前直 线加速挥动,身体重心随之从右脚过渡到左脚。挥臂至头前上方时用手掌击球中后部,击球时手掌、手腕保持紧张,五指并拢,不要用手指击球。击球主要靠挥臂力量,用力 突然短促, 击球应通过球重心, 使球不旋转。击球后手臂有突停动作, 然后随球前移, 迅速进场。 勾手飘球

勾手飘球比上手飘球省力,但动作较复杂。左肩对球网,左手持球于体前。左手将球平 稳向上托起在左肩前上方约一臂高度。在抛球同时,上体顺势向右转动,重心向右移, 右臂向右侧摆动。挥臂击球时,右脚蹬地,上体向左转动从腰部开始发力,身体重心向 石脚移动,带动伸直的手臂向上方挥动,触球前直线加速。在头前上方用掌跟击球中后 部。击球短促、突然,并通过球重心,使球不旋转而可能飘动。击球后手臂有突停动作 ,上体迅速前移,迅速进场。

这种球发球准确性大、易于控制落点,能充分利用转体、收腹动作,带动手臂加速摆动 。运用手腕推压作用,使发出的球呈上旋,不易出界,故适于大力发球。身高臂部力量 好的队员,适合这种发球方式。上手发球动作要领:面对球网,两脚自然开立,左脚在前,左手托球于身前。用抬臂和手掌的平托上送,将球平稳地垂直抛向右肩的前上方, 高度适中。在左手抛球同时,右臂抬起,屈肘后引与肩平,上体稍向右侧转动。在右肩 前上方伸直手臂最高点,用整个手掌击球中后部。击球时,手指自然张开与球吻合,手 腕迅速做出推压动作,使球呈上旋飞行。击球后,随着重心前移,迅速回到场内。 球类运动项目之一,球场长方形,中间隔有高网,比赛双方(每方六人)各占球场的-方,球员用手把球从网上空打来打去。排球运动使用的球,用羊皮或人造革做壳,橡胶 做胆,大小和足球相似。

上手大力发球、上手飘球、侧面下手发球、勾手大力发球 排球发球技术分为下手发球、 、勾手飘球、高吊球、跳发球等。无论哪种发球技术,动作都包括准备姿势、抛球、挥

臂、击球这4个环节。 下手发球

下手发球球速慢、威胁小,比赛中很少使用,但比较简单。下手发球分为正面下手发球 和侧面下手发球。正面下手发球最为简单,一只手将球向上抛起,另一只手摆臂向上将 球击出。侧面下手发球相对较复杂些,球向侧面跑出,转体击球。由于下手发球威胁较 小,实战中运用较少,所以在训练时,重点是上手飘球、勾手飘球和上手发球。1

当代经济学系列从书·当代经济学教学参考书系:集体选择经济学 下载链接1

书评

当代经济学系列从书·当代经济学教学参考书系:集体选择经济学 下载链接1