

# 《羽毛球实战技巧》

## 图书基本信息

书名：《羽毛球实战技巧》

13位ISBN编号：9787810518444

10位ISBN编号：7810518445

出版时间：2003-1-1

出版社：北京体育大学出版社图书发行部

作者：肖杰, 骞子

页数：154

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《羽毛球实战技巧》

## 内容概要

本书以如何赢得比赛为主线，详尽地描述了羽毛球的制胜之道，讲解了应对不同实战情况的技术运用方法，强调了在场上不同区域的战术运用，设计了相应的练习手段，使读者可以在短期内提高自身技战术水准，从而赢得以往会失去的竞赛。

在羽毛球运动的基本技战术与实战之间，存在着一条纽带，我们姑且称之为技巧。它是历代羽球选手在比赛中用失败换来的经验，非常精炼，直接反映了这项运动的本质和规律，但缺乏系统性，因而较难归纳整理见诸于文字，仅仅是被那些专业选手所掌握。本书试图将这些零散的经验性的体会、观点系统化和逻辑化，从而整理出一套羽毛球竞赛中具有普遍指导意义的实战方法（或许说实战技巧更为准确），提供给广大羽球爱好者。

本书包括五个章节，第一章讲解羽毛球发球和接发球技术、线路的实战运用技巧，第二章介绍后场球的实战处理方法；第三章讲前场球，第四章讲中场球，最后一个章节是关于如何准备比赛，怎样应对场上不断变化的局势，及赛场上应该注意的其他事项的理论性陈述。

# 《羽毛球实战技巧》

## 作者简介

肖杰，副教授，美国马里兰大学教育学硕士，羽毛球运动健将，前中国羽毛球队队员，曾获英国、荷兰和比利时世界羽毛球公开赛单打冠军，两次获印度尼西亚羽毛球公开赛单打第三名。1997年担任我国首部羽毛球教学片《学打羽毛球》的作者、示范和讲解。该片在中央电视台多次重播，并获该台优秀节目奖。出版专著两种，论文十余篇，VCD光盘和教学录像带二套。1998年赴台湾讲学，同年赴日本任高校羽毛球顾问。1999年在美国马里兰大学讲授羽毛球课程。现在首都体育学院任教。

# 《羽毛球实战技巧》

## 书籍目录

第一章 发球接发球技巧与战术运用 第一节 发球技巧及战术运用 一 发球意识 二 发球的特点 三 发球种类及其站位方法 四 发球技巧及基本站位方法 五 发球的实战技巧 第二章 接发球技巧与战术运用 一 接发球的的思想意识 二 接发球准备姿势及其基本站位方法 三 接发球技巧及其战术运用 第二章 后场击球技巧与战术运用 第一节 后场球击球准备 一 后场击球意识 二 后场球击球特点 三 后场球技术类别及其战术作用 四 接球前的准备 第二节 后场击球技巧 一 正手击后场球技巧 二 头顶后场击球技巧 三 反手击后场球技巧 第三节 后场球击球技巧与战术运用 一 击后场球的取位 二 后场击球线路与战术运用 三 后场击球技战术练习 第三章 前场球击球技巧与战术运用 第一节 前场球击球准备 第二节 前场球击球技巧 第三节 前场球击球技巧与战术运用 第四章 中场击球技巧与战术运用 第一节 中场球击球准备 第二节 中场击球技巧 第三节 中场球击球技巧与战术运用 第五章 比赛的准备方法 第一节 观察了解对手的途径和方法 第二节 赛前准备的方法 第三节 比赛中的自我控制和调节 第四节 比赛后的后续工作

## 《羽毛球实战技巧》

### 精彩短评

- 1、在当当上买过肖杰和赵剑华一起给业余选手讲球的DVD，看过很有收获。这本书很系统很专业，对进一步理解技术帮助很大。
- 2、不错的教科书
- 3、我买回来书上有点脏，郁闷
- 4、简洁有效，就是例子少了点。要是补充一下就完美了。
- 5、语言平实，如果再多些插图就好了
- 6、讲得不错，面向实战，图解也很好，最好有光盘嘿嘿
- 7、比较枯燥的文字加图案，看过有收获~
- 8、初阅本书,感觉不错,里面的讲解相当精到,图解也可以,只是图片太少,若增加讲解图片会更好些...
- 9、名副其实的实战技术，呵呵
- 10、书内容不错，能对平时遇到问题，做较专业的指导

# 《羽毛球实战技巧》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)