

# 《教你打乒乓球/阳光少年运动体能系列》

## 图书基本信息

书名：《教你打乒乓球/阳光少年运动体能系列》

13位ISBN编号：9787534599996

10位ISBN编号：7534599997

出版社：王正伦 江苏科学技术出版社 (2013-01出版)

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)

# 《教你打乒乓球/阳光少年运动体能系列》

## 书籍目录

第一篇 多彩的历史进程 第一讲 玩软木塞、柑果球到“乒乓”响的赛璐珞空心球 一、乒乓球运动的起源和发展 (一)从“游戏”演变而来 (二)派生于“中世纪网球” (三)蒙塔古说：在中国的洞穴里曾发现了乒乓球的壁画 (四)乒乓球、名称、球拍、比赛的由来和服装、器材 二、乒乓球运动几个重大发展阶段 (一)第一阶段(1926~1951) 欧洲乒乓球运动的全盛时期 (二)第二阶段(1952~1959) 日本队震动世界乒坛 (三)第三阶段(1959~1969) 中国队崛起，朝鲜队崭露头角 (四)第四阶段(1971~1979) 欧洲队复兴，中国队重整旗鼓 .....第二篇 全面的技能、体能练习第三篇 寓观赏于市场运作之中第四篇 易于自我控制的安全打球第五篇 乒坛趣事与信息

# 《教你打乒乓球/阳光少年运动体能系列》

## 编辑推荐

王正伦主编的《教你打乒乓球》从乒乓球的历史渊源、运动技术的结构、运动技术的掌握、运动创伤的预防、运动营养、运动与健康以及如何运动等方面，深入浅出地描绘了乒乓球的基本知识和基本技能，从理论上探讨了乒乓球的规律和特征。本书以青少年学生和热爱体育运动的社会各界人士为主要读者对象，其行文力求将知识性、科学性和趣味性融为一体，通过大量鲜活的事例，以通俗的语言、轻松的笔墨，讲述体育的故事，极易将读者引入知识的殿堂，相信您的阅读将会是一段激动人心的旅程。

# 《教你打乒乓球/阳光少年运动体能系列》

## 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)