

《现代网球》

图书基本信息

书名：《现代网球》

13位ISBN编号：9787561062500

10位ISBN编号：7561062508

出版时间：2011-1

出版社：张博 辽宁大学出版社 (2011-01出版)

作者：张博

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

《现代网球》

内容概要

《现代网球》(作者张博)综合了以往网球的相关知识,创新并发展了网球的新知识,重点强调阐述网球的前沿理论,集教学、训练、理论、实践、科研等网球运动前沿信息于一体,旨在活跃运动员的思维能力,学生的创新能力,提高训练、教学、科研能力,完善网球运动的实践与理论体系。

书籍目录

前言第一章 网球运动基本概述第一节 网球运动的特点与价值第二节 世界网球运动的发展第三节 主要的世界网球选手介绍第四节 我国网球运动的起源与发展第二章 网球运动基本理论第一节 网球运动常用术语第二节 网球运动用具的发展、使用及其种类和性能第三章 网球运动基本原理第一节 网球运动技术特性第二节 网球运动技术要素第三节 网球运动技术结构第四节 网球运动技术环节第四章 网球运动基本类型第一节 底线型第二节 上网型第三节 综合型第五章 网球运动基本步法第一节 步法的作用、发展及趋势第二节 步法移动的相关因素第三节 步法种类的划分及技术分析第四节 步法的技术分析第五节 步法应用及注意事项第六章 网球运动基本手法第一节 握拍法第二节 手法种类的划分及技术分析第三节 场地、握拍方式、技术应用三者关系第七章 网球运动基本战术第一节 网球战术的现状与发展趋势第二节 战术思想第三节 战术类别第四节 战术项目第五节 战术影响第八章 网球运动基本教学第一节 教学原则第二节 教学阶段与任务第三节 教师工作第四节 教学组织第五节 技术教学第六节 分析、纠正动作第九章 网球运动基本训练第一节 训练的基本原则第二节 步法训练第三节 手法训练第四节 战术训练第五节 身体素质训练第六节 心理训练第七节 训练计划第十章 网球运动基本损伤及预防第一节 解剖分类的损伤及预防第二节 生理分类的损伤及预防第三节 应急分类的损伤及预防第十一章 网球运动规则与裁判第一节 网球比赛规则第二节 网球竞赛规则第三节 网球裁判方法第四节 裁判人员的职责第十二章 网球运动科学研究工作第一节 网球运动科研工作形式第二节 网球运动科研工作方法第三节 网球运动科研工作程序第四节 网球运动科学研究论文范例说明主要参考文献

《现代网球》

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