

<<乒乓球>>

图书基本信息

书名：<<乒乓球>>

13位ISBN编号：9787040150650

10位ISBN编号：7040150654

出版时间：2004-10

出版时间：高等教育出版社

作者：俞蕙琳

页数：151

字数：169000

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：<http://www.tushu007.com>

<<乒乓球>>

内容概要

本书以国家教育部2002年颁发的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的主要内容和基本要求为依据编写，经全国高等学校体育教学指导委员会审定。

全书理论联系实际，深入浅出地介绍了乒乓球运动的基本理论和基本技术，提供了多种自我锻炼范例和自我评价方法，并介绍了高校学生乒乓球俱乐部的组织与活动。

本书既可作为普通高等院校及高职高专学生的体育教材，也可作为体育爱好者的自学用书。

<<乒乓球>>

书籍目录

基础篇 第一章 乒乓球运动发展概况 第一节 乒乓球运动的起源和发展 第二节 中国乒乓球运动的发展历程 第三节 中国大学生乒乓球运动 第四节 国际、国内重大赛事简介 第二章 乒乓球运动的健身价值及常见损伤防治 第一节 乒乓球运动的健身价值 第二节 乒乓球运动的常见损伤与防治 第三章 乒乓球基本技术 第一节 乒乓球击球基本理论 第二节 握拍、姿势、站位、步法 第三节 乒乓球入门技术 第四章 乒乓球比赛主要规则及裁判方法 第一节 乒乓球比赛硬件设备 第二节 乒乓球比赛主要规则 第三节 乒乓球裁判方法提高篇 第五章 乒乓球提高技术与技术组合 第一节 发球与接发球提高技术 第二节 进攻性技术 第三节 控制性技术 第四节 结合技术 第五节 基本战术 第六章 乒乓球观赏 第一节 乒乓球的魅力和观赏价值 第二节 世界明星成名绝技欣赏 第三节 经典战例分析 第七章 自我锻炼范例和自我评价 第一节 自我锻炼范例 第二节 乒乓球学习自我评价 第八章 学生俱乐部组织与管理 第一节 学生乒乓球俱乐部的组织 第二节 如何成功举办一次乒乓球比赛附录1 比赛用表格附录2 逆时针轮转法附录3 轮空位置表附录4 种子位置表附录5 “佩奇制”示意图附录6 术语和手势附录7 乒乓球比赛术语中英文对照表参考文献

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:<http://www.tushu007.com>