

<<乒乓球>>

图书基本信息

书名：<<乒乓球>>

13位ISBN编号：9787501516872

10位ISBN编号：7501516871

出版时间：1998-06

出版时间：知识出版社

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

内容提要

本书作者长期从事乒乓球教育工作，从中小學生及乒乓球运动爱好者的需要出发，写成此书。

本书

从乒乓球运动的健身作用、发展概况、基本理论知识、基本技术、基本战术及比赛规则、比赛组织编排和管理、裁判员权限与操作程序、国内外重大赛事、世界优秀运动员等各个方面，进行了详尽而系统的阐述。

本书不但能使初学者掌握乒乓球运动的基本知识和技能，更能使乒乓球运动爱好者提高技术和战术水平。

<<乒乓球>>

书籍目录

目录

- 一、乒乓球运动的强身健体作用
 - (一) 乒乓球运动有益于人的生理健康
 - (二) 乒乓球运动能促进人的心理健康
 - (三) 乒乓球运动能促进人的智力发展
- 二、乒乓球运动发展概况
 - (一) 乒乓球运动的起源
 - (二) 国际乒乓球联合会
 - (三) 世界乒乓球锦标赛的诞生及其发展简况
- 三、乒乓球基本理论知识
 - (一) 乒乓球常用术语
 - (二) 乒乓球比赛条件和器材
 - (三) 乒乓球球拍的种类和性能
 - (四) 乒乓球的弧线、力量、速度、旋转、落点
 - (五) 判断来球
 - (六) 乒乓球击球动作结构
- 四、乒乓球基本技术
 - (一) 握拍法
 - (二) 基本站位和基本姿势
 - (三) 基本步法
 - (四) 发球
 - (五) 接发球技术
 - (六) 推挡技术
 - (七) 攻球技术
 - (八) 弧圈球技术
 - (九) 搓球技术
 - (十) 削球技术
- 五、乒乓球的基本战术
 - (一) 发球抢攻战术
 - (二) 接发球战术
 - (三) 对攻战术
 - (四) 拉攻战术
 - (五) 搓攻战术
 - (六) 削中反攻战术
- 六、双打
 - (一) 双打的特点
 - (二) 双打的配对
 - (三) 双打的站位和移动方法
 - (四) 双打的战术
- 七、乒乓球竞赛的组织与编排
 - (一) 竞赛的组织
 - (二) 乒乓球比赛的基本方法
- 八、乒乓球比赛规则
 - (一) 定义
 - (二) 合法发球

<<乒乓球>>

- (三) 合法还击
- (四) 比赛次序
- (五) 比赛状态
- (六) 重发球
- (七) 失一分
- (八) 一局比赛
- (九) 一场比賽
- (十) 发球、接发球和方位的选择
- (十一) 发球、接发球次序和方位的错误
- (十二) 轮换发球法
- 九、乒乓球比赛的管理
 - (一) 报分
 - (二) 轮换发球法的程序
 - (三) 比赛的连续性
 - (四) 练习
 - (五) 场外指导
 - (六) 运动员的行为表现
 - (七) 兴奋剂
 - (八) 赌博
- 十、乒乓球比赛裁判员的管辖权限和操作系统
 - (一) 裁判员的管辖权限
 - (二) 裁判员操作系统
 - (三) 裁判术语和手势
- 十一、国、内外大赛介绍
 - (一) 世界乒乓球锦标赛
 - (二) 奥运会乒乓球比赛
 - (三) 世界杯乒乓球锦标赛
 - (四) 亚洲乒乓球锦标赛
 - (五) 亚运会乒乓球比赛
 - (六) 全国乒乓球锦标赛
 - (七) 全运会乒乓球比赛
- 十二、世界优秀乒乓球运动员介绍
 - (一) 男子优秀运动员
 - (二) 女子优秀运动员

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>