

<<乒乓球>>

图书基本信息

书名：<<乒乓球>>

13位ISBN编号：9787562330264

10位ISBN编号：7562330263

出版时间：2008-11

出版时间：华南理工大学

作者：张桦

页数：110

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

《体育职业技术学院系列教材：乒乓球》是根据体育职业技术学院的办学方向，从人才培养的实际需要出发，本着面向社会、服务社会的宗旨而编写的。

《体育职业技术学院系列教材：乒乓球》介绍了乒乓球运动项目的技术、战术、教学和训练的基本理论知识和基本技能，及其竞赛的常用知识，重点对进攻型打法的基本技术作专门的分析。

《体育职业技术学院系列教材：乒乓球》可作为体育类职业技术学院的教材，也可作为乒乓球体育爱好者的参考用书。

<<乒乓球>>

书籍目录

第一章 乒乓球运动的发展第一节 乒乓球运动的起源和发展第二节 乒乓球运动的特点和健身功能第三节 北京第29届奥运会乒乓球比赛概述第二章 乒乓球运动基本理论第一节 乒乓球运动常用术语第二节 球拍性能和握拍法第三节 乒乓球击球的基本原理第四节 乒乓球击球环节与动作结构第三章 乒乓球基本技术与教法第一节 基本站位与基本姿势第二节 基本步法及其运用第三节 发球与接发球第四节 推挡球第五节 攻球第六节 直拍反面进攻技术第七节 搓球第八节 弧圈球第四章 乒乓球基本战术第一节 发球抢攻战术第二节 对攻战术第三节 拉攻战术第四节 搓攻战术第五节 接发球战术第五章 双打第一节 双打的竞赛方法第二节 双打的配对第三节 双打的技术第四节 双打的战术第五节 双打的教学方法第六章 学校少儿乒乓球教学与训练第一节 少儿乒乓球队的组建第二节 训练计划的制订第三节 少儿乒乓球教学与训练的内容及特点第四节 教练员在比赛期间的主要工作第七章 乒乓球竞赛规则和竞赛办法第一节 乒乓球竞赛规则第二节 乒乓球竞赛办法参考文献

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>