

<<乒乓球>>

图书基本信息

书名：<<乒乓球>>

13位ISBN编号：9787564402143

10位ISBN编号：7564402148

出版时间：2009-8

出版时间：北京体育大学出版社

作者：周林，陈作B 著

页数：143

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

乒乓球运动是较为普及的体育项目，具有健身、竞技、娱乐等多种功能，可有效地增强身体机能，培养良好的心理品质，陶冶情操，深受广大群众的喜爱。

本书主要适合于乒乓球初学者阅读，对广大乒乓球爱好者也有裨益。

本书力求通俗易懂，突出了知识性和实用性。

需要说明的是，由于篇幅所限，本书对各种技术动作要领的分析，均以右手握拍为例。

左手握拍的读者在阅读时，只要把各关节的动作方向反取即可。

<<乒乓球>>

作者简介

周林，男，1972年出生，陕西丹凤人，嘉兴学院体军部小球教研室讲师。
1996年毕业于西安体育学院体育教育系，获教育学学士学位；2005年毕业于浙江师范大学研究生部教育学专业，获教育硕士学位。
多年来坚持乒乓球的教学、训练和科研工作。
在各类体育期刊中发表多篇论文。

<<乒乓球>>

书籍目录

第一章 乒乓球发展概述 第一节 乒乓球运动的起源 第二节 乒乓球运动的发展第二章 乒乓球基础知识 第一节 器材 第二节 握拍方法 第三节 常用术语 第四节 基本步法 第五节 准备姿势第三章 乒乓球基本技术 第一节 发球 第二节 推挡球 第三节 攻球 第四节 接发球技术 第五节 搓球技术 第六节 削球技术 第七节 弧圈球第四章 乒乓球基本战术第五章 乒乓球竞赛基本规则 第一节 乒乓球竞赛的规则 第二节 乒乓球竞赛的组织第六章 乒乓球赛事欣赏

<<乒乓球>>

章节摘录

插图：乒乓球的魅力之本，源于其球。

乒乓球运动诞生初期，球是用软木或橡胶做成，有时在外包上一层轻而结实的毛线。

这种球大多是实心球，分量比较重，弹性也较弱，而且容易损坏。

大约在1890年，英格兰的一位退休的越野跑运动员詹姆斯·吉布（James·Gibb）到美国旅游时，偶然发现了一种用赛璐珞制成的空心玩具球，弹力很强，于是就产生了用赛璐珞球取代软木球或橡胶球的想法。

他回到英国后，开始使用赛璐珞球，后来这种球因其分量轻、弹性好等特点而被广泛使用。

从此，乒乓球由软球改为硬球，由实心球改成空心球，并且分量得到了减轻，弹性得到了提高。

产生的直接结果就是打球者更容易控球、回合数增多、对抗性加强，乒乓球的比赛也更加精彩激烈，其观赏性也随之增强。

自1926年12月国际乒联成立之后，乒乓球运动得到了进一步地规范。

通过工艺技术的提高、生产能力的增强以及乒乓球运动的实践，乒乓球的直径被确定为38毫米，并且这一标准一直沿用到20世纪末期。

伴随着乒乓球技术的发展和乒乓欣赏力亟待进一步提升的需求，国际乒联修改了对比赛用球的规则，并从2000年10月1日起，开始启用“大球”。

从此，乒乓球的球体直径从38毫米增至40毫米。

乒乓球直径的增加，在一定程度上增加了空气对球的阻力，降低了球在飞行中的绝对速度，减少了球的旋转程度，从而能够在两方面对乒乓球运动的竞争力产生影响：首先，对高水平的运动员而言，会在某种程度上增加比赛的回合，提高运动员之间的对抗性，特别是在两名运动员对拉弧圈球或者一方进攻、另一方防守的过程中，增加运动员的回球成功概率和局面转变的可能性，从而通过对抗性的增加和悬念的增强来增加乒乓球的欣赏竞争力；其次，对广大参与者而言，球体直径的增加导致的飞行速度、旋转程度的下降，能够在一定程度上进一步降低乒乓球的门槛，球的可控性增加使得最初接触乒乓球的人感到乒乓球更容易打了，因而增加了人们参与这项运动的积极性，从传播的意义上扩大了乒乓球的影响力，同时培养了乒乓球的潜在关注群体，为其欣赏竞争力的提升打下了基础。

<<乒乓球>>

编辑推荐

《乒乓球》：体育爱好者丛书。

篮球 足球 排球 网球 羽毛球 乒乓球 台球 游泳 跆拳道 轮滑 健美 滑雪

<<乒乓球>>

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