

<<网球教程>>

图书基本信息

书名：<<网球教程>>

13位ISBN编号：9787040163155

10位ISBN编号：7040163152

出版时间：2005-3

出版时间：高等教育出版社

作者：董杰

页数：200

字数：250000

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>

<<网球教程>>

内容概要

全书十章，分别阐述了网球运动的发展、技术原理、基本技术与教学、战略与战术、运动训练、竞赛规则和裁判法、竞赛组织与编排、场地种类与绘制、网球科研方法和网球相关知识。

书后附有英汉常用专业词汇。

本书内容全面，通俗易懂，图文并茂，可作为高等学校体育专业选修课的教学用书，及普通高等学校学生体育公共选修课的教学用书，也可作为广大网球爱好者的自学指导书。

<<网球教程>>

书籍目录

第一章 网球运动发展概述 第一节 网球运动简介 第二节 中国网球运动简介第二章 网球基本技术原理 第一节 击球技术原理 第二节 网球的三种基本打法 第三节 网球的旋转轴及种类第三章 网球基本技术与教学 第一节 网球基本技术 第二节 双打的基本技术 第三节 网球基本技术教学与教法第四章 网球战术与教学 第一节 网球比赛策略 第二节 网球比赛战术第五章 网球运动训练 第一节 网球技术训练 第二节 网球身体训练 第三节 网球心理训练第六章 网球竞赛规则与裁判方法 第一节 基本规则简介 第二节 网球竞赛裁判工作方法第七章 网球竞赛的组织与编排 第一节 网球竞赛的组织方法 第二节 种子选手的确定及位置第八章 现代网球场 第一节 网球场地的种类 第二节 网球场地的规格、画法与建设第九章 网球运动的科研工作 第一节 网球运动科研工作的形式 第二节 网球运动科研工作的程序 第三节 网球运动科研工作的方法第十章 网球运动知识 第一节 软式网球与短式网球简介 第二节 世界著名网球赛事附录 网球常用语英汉对照参考文献

<<网球教程>>

章节摘录

第1章 网球运动发展概述第一节 网球运动简介一、网球运动的起源网球运动起源于法国。早在12-13世纪，法国传教士常常在教堂的回廊里用手掌击打一种类似小球的物体，以此来调节教堂生活。

渐渐地这种活动传入法国宫廷，并很快成为王室贵族的一种娱乐游戏。

当时，把这种游戏叫“jeu de paume”（法语，用手掌击球的意思），即“掌球戏”。

开始人们只是在室内进行这种游戏，后来在室外一块开阔的空地上，将一条绳子架在中间，两边各站一人，双方用手来回击打一种裹着头发的布球。

14世纪中叶，法国王储将掌球戏使用的球赠送给英国国王亨利五世，这种游戏便传入了英国。

当时这种球的表皮是用埃及坦尼斯镇所生产的最为著名的绒布——斜纹法兰绒制作的，英国人就将这种球称为“Tennis”（英文，网球），并流传至今，“Tennis”也就成了网球运动的专用语。

15世纪，这种游戏不再用手掌击球而是改用板拍打球了，并很快出现了一种用羊皮纸做拍面的卵形球拍。

尽管这种球拍并不美观，拍柄也较重，但与用手掌击球的方法相比，无疑是一种极大的进步。

同时，场地中央的绳子也换成了网子。

于是这种游戏使更多的贵族产生了兴趣。

由于这种活动只是在法国和英国宫廷中流行，所以，网球运动亦称为“宫廷网球”和“皇家网球”。

<<网球教程>>

编辑推荐

董杰主编的《网球教程》内容丰富，图文并茂，深入浅出，通俗易懂，其中对教与学的流程及教法、练法进行了详细讲述；对各个主要技术环节及临场运用，双打的配合与战术运用，网球运动所必备的身体素质、心理素质，包括临场的心理准备等要素以及如何提高这些素质的训练方法做了明确的阐述。

本书还介绍了如何观赏网球比赛，组织和参加比赛，以及网球竞赛规则与裁判法及其国际比赛中常用的英语术语。

<<网球教程>>

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>