

<<网球运动>>

图书基本信息

书名：<<网球运动>>

13位ISBN编号：9787040283716

10位ISBN编号：7040283719

出版时间：2010-1

出版时间：高等教育出版社

作者：张瑞林 总主编

页数：143

字数：170000

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>

<<网球运动>>

内容概要

为了适应新时期国家提出的一系列学校体育改革发展要求，以促进学生体质健康发展为根本目的，在遵循学生生长发育规律和认知规律的基础上，我们对2005年版系列教材进行了全面的修订。

本次修订是在遵循第一版“指导思想明确、突出教育功能、围绕健康促进、强调个性发展、彰显文化特色”的编写基础上，进一步强调了系列教材的实用性、针对性等特点。

具体体现在：以“健康第一”思想为指导，统领整个教材编写工作；以突出学校体育的教育功能为根本，使教材内容呈现鲜明的知识性、系统性、先进性特色；以促进学生体质健康发展为宗旨，突出教材内容的方法性、实用性，并对增强学生体质内在规律性的认识进行了系统的诠释；以满足学生的个性需求为原则，使系列教材内容呈现丰富多彩；以适应“阳光体育运动”开展为基本要求，使教材内容能够充分反映课内外有机衔接；以先进的体育文化为引领，使教材内容集知识性、教育性、娱乐性于一体。

<<网球运动>>

书籍目录

第一章 体育与健康概 第一节 健康概述 第二节 体育锻炼与健康 第三节 普通高校体育教育要求 第四节 校园体育文化第三章 网球运动与健康 第一节 网球运动与身体健康 第二节 网球运动与心理健康 第三节 网球运动与社会适应能力第三章 网球运动的发展与演变 第一节 网球赛事概述 第二节 我国网球运动的发展 第三节 现代网球技、战术发展趋势第四章 网球运动的基本技术 第一节 网球运动的常识 第二节 握拍方法和预备姿势 第三节 球感练习 第四节 正手底线抽球 第五节 反手底线抽球 第六节 发球 第七节 截击 第八节 其他技术介绍 第九节 脚步技术 第十节 网球游戏 第十一节 网球体能锻炼处方第五章 网球运动的基本战术 第一节 战术原则 第二节 单打战术 第三节 双打战术 第四节 网球比赛过程中的心理控制第六章 网球运动的竞赛与组织 第一节 网球竞赛的主要规则和裁判法 第二节 大满贯比赛简介 第三节 网球比赛的编排方法第七章 网球运动的欣赏 第一节 网球运动欣赏的意义 第二节 网球运动的魅力附录一附录二附录三主要参考文献

<<网球运动>>

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>