

<<乒乓球>>

图书基本信息

书名：<<乒乓球>>

13位ISBN编号：9787500930075

10位ISBN编号：7500930070

出版时间：2006-12

出版时间：体育报业（原人民体育

作者：刘建和 编

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

为了更好地适应体育院校成人教育的教学工作，我们在体育院校专业教材《乒乓球教学与训练》的基础上，根据成人教育教学特点对部分内容进行了增减和调整，作为全国体育院校成人教育教材使用。

本书根据成人教育的特点，在力求充分地向学生介绍乒乓球理论与方法的同时，加强了“自学指导”部分的内容。

每章开始，都首先较为简要地介绍了本章的内容、学习重点、学习方法和学习提示，从而有利于学生自学。

书籍目录

第一章 乒乓球运动概述 自学指导 一、乒乓球运动的起源 二、乒乓球运动的发展 三、国际乒乓球联合会 四、顶级赛事 复习与思考第二章 乒乓球教学训练法 自学指导 一、预备知识 (一)球台 (二)击球范围 (三)站位 (四)击球点 (五)击球时间 (六)击球部位 (七)触拍部位 (八)拍形 (九)击球距离 (十)击球线路 (十一)短球、长球与追身球 二、乒乓球教学训练的基本要求 (一)乒乓球教学与训练工作的概念与任务 (二)乒乓球教学训练工作的具体要求 三、乒乓球常用教学训练法介绍 (一)直观教学法 (二)语言提示法 (三)完成指标法 (四)练习法 (五)预防和纠正动作错误法 (六)多球训练法 复习与思考第三章 乒乓球竞技制胜因素及类型打法 自学指导 一、乒乓球竞技制胜因素 (一)快 (二)转 (三)准 (四)狠 (五)变 二、乒乓球各种类型打法的分类 三、各种类型打法的发展简况及打法特点 (一)快攻类打法 (二)快攻结合弧圈类打法 (三)弧圈球结合快攻类打法 (四)削球和削攻类打法 四、各种类型打法的主要技术 (一)快攻类打法的主要技术第四章 击球技术第五章 技术诊断、纠正错误及考核第六章 参赛战术第七章 乒乓球的双打第八章 乒乓球运动员的身体训练第九章 关于参赛选手的心理能力第十章 乒乓球比赛的组织附录 世界乒乓球运动大事记主要参考文献

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>