

<<网球运动教学与训练>>

图书基本信息

书名：<<网球运动教学与训练>>

13位ISBN编号：9787500937289

10位ISBN编号：7500937288

出版时间：2009-9

出版单位：人民体育出版社

作者：唐小林 编

页数：279

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>

## <<网球运动教学与训练>>

### 内容概要

随着我国体育事业的不断发展，网球作为一项高雅的体育运动越来越受到人们的喜爱和参与。同时随着社会的不断发展，国内对网球技术人员的需求也日益增加，这对网球的教学工作提出了更高的要求。

目前，全国的体育院校尚无通用教材，大多选用有关网球的书籍作参考，有的则是自编教材。为了适应现代网球运动飞速发展的需要，适应体育院校日益增长的教学要求，更好地保障学生面向社会适应网球运动向纵深发展的需求，在全国体育院校教材委员会及人民体育出版社的支持与指导下，我们编写了这本《网球运动教学与训练》作为体育院校通用教材使用。

《体育院校通用教材：网球运动教学与训练》除了系统地介绍了网球运动的一般教学内容外，特别注意了教材内容与教学改革相结合，与当今社会的需要相结合。

随着教学改革的深入，体育院校网球专业的学生所需主要技能，是如何教会别人打球的技能、如何进行陪练的技能。

为此，我们把网球“陪练”作为专门的章节进行编写。

对网球“陪练”所必须具备的能力，以及在陪练过程中应注意的事项等进行了介绍，虽篇幅不大但很实用。

## <<网球运动教学与训练>>

### 书籍目录

第一章 网球运动发展简况一、网球运动的起源二、网球运动的发展及演变三、网球器材和规则的演变及发展四、世界网球运动的发展趋势、重要组织和重大赛事（一）发展趋势（二）重要国际网球组织（三）重大国际赛事五、中国网球运动的发展及重大赛事（一）网球运动在中国的发展（二）中国举办的重大国际赛事第二章 网球基本理论一、常用术语（一）选位（二）球场区分（三）正手、反手（四）击球点（五）拍面角度（拍形）和击球部位（六）击球的路线（七）击球的深度（八）击球的角度（九）击球的速度（十）击球的力量（十一）击球的落点（十二）击球的旋转（十三）击球的弧线（十四）击球的动作结构（十五）甜点（十六）击球时机（十七）击球的有效性（十八）平衡（十九）移动（二十）击球区（二十一）角度的运用二、网球竞技制胜因素（一）制胜规律的含义（二）制胜因素的含义（三）网球制胜因素的要点三、网球打法的类型（一）打法的确立（二）网球打法的发展（三）单打运动员打法的分类（四）双打运动员打法的分类四、影响打法类型形成的因素（一）运动员的身体形态（二）运动员的身体素质（三）运动员所受训练与教育的程度（四）运动员的技术特点（五）运动员的神经类型第三章 网球技术一、准备姿势二、握拍方法（一）握拍方法及种类（二）握拍方法的选择（三）不同握拍方法的要点三、击球过程的基本环节（一）判断（二）底线反弹球十三、放小球技术.....第四章 网球战术第五章 网球教学第六章 网球训练第七章 网球双打第八章 网球竞赛的组织第九章 网球陪练第十章 网球运动常识附录一 网坛风云人物简介附录二 世界四大网球赛事冠军榜主要参考文献

<<网球运动教学与训练>>

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>