

<<现代网球>>

图书基本信息

书名：<<现代网球>>

13位ISBN编号：9787564401658

10位ISBN编号：7564401656

出版时间：2009-6

出版时间：燕成 北京体育大学出版社 (2009-06出版)

作者：燕成 著

页数：346

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>

<<现代网球>>

内容概要

《现代网球》在吸收各类网球教材和著作的基础上，力求体现网球运动必要的知识结构体系，基本上体现了网球运动知识体系的完整性和对实践指导的应用性。也体现了网球知识的严谨性和趣味性等特点。既适合高校体育专业学生网球学习所需，也适合业余网球爱好者网球练习参考。

<<现代网球>>

书籍目录

第一章 网球运动的起源与发展第一节 网球运动的起源第二节 网球运动的发展趋势第二章 网球场地与器械第一节 网球场地第二节 网球拍第三节 网球第四节 线与其它器械第三章 网球比赛的组织与规则第一节 网球比赛的组织第二节 正式网球比赛的编排方法第三节 网球比赛常用规则第四节 网球比赛中的裁判与判罚第五节 比赛中的犯规和处罚第四章 网球基本技术第一节 握拍第二节 正手击球第三节 反手击球第四节 发球第五节 接发球第六节 截击第七节 切削第八节 高压球第九节 近网短球第五章 网球基本战术第一节 基本打法第二节 单双打战术第三节 单打比赛中的经典打法第四节 单打比赛中针对不同选手的战术第五节 大师比赛战术第六节 双打比赛战术第六章 网球练习随感第七章 网球训练第一节 网球基本步伐训练第二节 网球练习墙的利用第三节 网球素质训练第五节 网球技术训练第六节 日常网球训练第七节 网球训练中多种运动的互补第二节 网球技能掌握的阶段和训练的安排第八章 网球比赛技巧第一节 遵守比赛常规和要求第二节 比赛的热身与放松第三节 如何在比赛中应用新技术第四节 比赛中处于被动时常用的技巧第五节 业余选手比赛取胜秘笈第九章 网球运动心理及训练对策第一节 网球运动中的心理动力第二节 网球心智技巧第三节 网球练习者的认识与心态第四节 克服网球比赛中的不良心理第五节 职业网球选手的心态调节第十章 网球运动中的损伤防治与保健第一节 网球运动中的损伤与防治第二节 网球运动中的保健与营养第十一章 网球运动中的等级规定第一节 我国网球运动员的等级划分第二节 网球世界排名的产生第三节 网球选手的技术等级标准第三节 如何理解个人的技术水平第十二章 网球运动中的礼仪与修养第一节 网球场上的潜规则第二节 职业网球比赛对球员的行为规范第三节 与低手打球的风范第十三章 网坛顶级赛事与顶级球星第一节 四大网球公开赛第二节 当今网坛世界排名前10选手技术风格第三节 网坛顶尖高手的至理名言第四节 网坛名将绝招欣赏附网球术语中英文对照参考文献

<<现代网球>>

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>