第一图书网, tushu007.com

<<羽毛球>>

图书基本信息

书名：<<羽毛球>>

13位ISBN编号：9787811135657

10位ISBN编号：7811135655

出版时间：2009-2

出版时间：湖南大学出版社

作者：毛秋明，刘佳　主编

页数：175

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

内容概要

本书以知识性、趣味性、指导性、实用性为宗旨，融羽毛球运动的理论和实践于一体，内容全面、系统。
全书既有对羽毛球运动基本知识的阐述，又有对羽毛球各项基本技术、战术及训练方法的详细讲解，还对羽毛球运动身体素质训练的内容、方法以及运动的装备、竞赛规则等方面的知识进行了专题介绍，使读者能全面地获得与羽毛球相关的知识。
编排科学，循序渐进，是本书的一个特点。
作为羽毛球运动的练习者，必须了解和掌握羽毛球的基本技术动作、训练方法、基本战术、运用准则和应变方法。
图文并茂，易学易练，是本书的另一个特点。
书中通过大量图片，对各项技术动作逐一分解，使练习者能获得直观感受。

书籍目录

第一章 羽毛球运动　第一节 羽毛球运动的历史　第二节 羽毛球运动的健身价值、科学方法及运动损伤的防治　第三节 羽毛球运动的艺术魅力　第四节 羽毛球竞赛观赏　第五节 羽毛球竞赛的组织工作　第六节 羽毛球重大赛事　第七节 羽毛球球星简介第二章 羽毛球技术　第一节 羽毛球基本技术动作　第二节 羽毛球基本技术教学训练　第三节 羽毛球技术发展目标第三章 羽毛球战术　第一节 羽毛球战术训练的任务、特点及要求　第二节 羽毛球基本战术　第三节 羽毛球战术运用准则及战术应变　第四节 羽毛球战术训练方法第四章 羽毛球专项身体素质训练　第一节 羽毛球专项身体素质训练的特点　第二节 羽毛球专项身体素质训练的方法第五章 羽毛球运动装备　第一节 羽毛球运动装备的选择　第二节 羽毛球运动装备的维修　第三节 羽毛球运动装备的保养第六章 羽毛球知识问答　第一节 羽毛球基本知识问答　第二节 羽毛球基本技术问答　第三节 羽毛球基本战术问答　第四节 羽毛球常用术语第七章 羽毛球竞赛规则及章程　第一节 羽毛球竞赛规则　第二节 羽毛球竞赛章程附录参考文献

章节摘录

插图：第一章羽毛球运动第一节 羽毛球运动的历史一、羽毛球运动溯源相传羽毛球最早出现于14～15世纪的日本，球拍是木制的，球用樱桃核插上羽毛制成。
这种球由于球托是樱桃核，太重，球飞行速度太快，使得球的羽毛极易损坏，加之球的造价太高，所以该项运动时兴了一阵子就慢慢消失了。
大约至18世纪时，印度的普那出现了一种与早年日本的羽毛球极相似的游戏，球用直径约6cm的圆形硬纸板中间插羽毛制成（类似我国的毽子），板是木质的，玩法是两人相对站着，手执木板来回击球。
现代羽毛球运动诞生于英国，大约在1800年，由网球派生而来。
我们可以注意到现今的羽毛球场地和网球场地仍非常相似。
1870年，出现了用羽毛、软木做的球和穿弦的球拍。
那时的活动场地是葫芦形，两头宽中间窄，窄处挂网，直至1901年才改作长方形。
据记载：“ 2000多年前，原始羽毛球游戏活动在世界一些地区就流行了。
”不过由于民族、地区及语言的差异，对这项游戏活动名称的叫法也不一样。
如：法国称“ 羽毛球 ”（Feather Ball），英国、瑞典、丹麦等国称“ 毽子板球 ”（Battledore and Shuttlecock），印度称“ 普那 ”（Poona）。
这就是羽毛球运动名称的前身。

编辑推荐

《羽毛球》由湖南大学出版社出版。

第一图书网, tushu007.com

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