

<<打网球的基本要领>>

图书基本信息

书名：<<打网球的基本要领>>

13位ISBN编号：9787309019704

10位ISBN编号：7309019709

出版时间：1998-01

出版时间：复旦大学出版社

作者：朱天赐

译者：王箴

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>

<<打网球的基本要领>>

内容概要

内容提要

为推动我国网球运动的开展，美籍华人朱天赐先生以自己多年来在网球运动方面的实践与理论的丰富积累，推出此书，满足我国网球爱好者的需要。

全书共八章，以写实的形式，深入浅出地论述了打网球穿的服装和鞋、网球拍、球场上的行为等有用的信息及打球的各种基本动作和技巧，还介绍了网球比赛的基本方法。

附有很多示范图片。

它既对初学打网球者有指导作用，也是一本网球爱好者不可多得的好书。

<<打网球的基本要领>>

作者简介

作者简介

朱天赐（Hamilton G. Schoon），
出生在美国西部图森市的
美籍华人，祖籍中国广东
省台山市。
1940年毕业于
美国南加州大学，获工程
学学士学位。
曾在美国加
州水利资源部担任水利工
程师，1981年退休。
曾多
次获得洛杉矶地区华人男
子网球单打冠军。
业余时
间喜欢钻研网球教学法，
并热情指导广大业余网球
爱好者。
在网球运动的理
论与实践方面有较深的造
诣，积累了丰富的经验。

<<打网球的基本要领>>

书籍目录

目 录

序

序言

关于作者

前言

致谢

第一章 有用的信息

1服装和鞋

2网球拍

(1) 网球拍的框架材料及其性能

(2) 球拍头的设计

(3) 线与球拍的性能与牢度

(4) 球拍线的张力

(5) 网球拍握柄的大小规格

3球场上的行为

第二章 增加球速的力量，控制球的飞行

1增加球速的力量

2控制球的飞行

3三种基本的拍面位置

4球的旋转

第三章 正手抽球

1四个基本要点

2网球拍的正确握法

(1) 欧洲大陆握法

(2) 西部正手握法

(3) 东部正手握法

3脚的位置

4手腕的位置

5准备位置

6转肩和后摆

7前摆和重心移动

(1) 产生中度上旋抽球的前摆
和重心移动

(2) 产生重上旋抽球的前摆
和重心移动

第四章 反手抽球

1单手反手上旋抽球

(1) 握法

(2) 手腕的位置

(3) 转肩和后摆

(4) 重心移动和前摆

2双手反手上旋抽球

第五章 发球

1发球的效果

2发球的旋转

<<打网球的基本要领>>

3发球的要领

- (1) 持拍和站立
- (2) 后摆
- (3) 球拍的弧形运动
- (4) 随球动作

第六章 正手和反手截击空中球

1正手和反手截击空中球

2近网截击

第七章 击反弹球、挑高球、高手高压球和近网小球

1击反弹球

2挑高球

- (1) 进攻性挑高球
- (2) 防守性挑高球

3高手高压球

4近网小球

第八章 网球比赛的基本方法

1比赛分类及球场规格

2单打比赛

- (1) 选择发球员
- (2) 发球
- (3) 交换场地
- (4) 胜一局、胜一盘和胜一场比赛的

确定方法

3双打比赛

- (1) 发球次序
- (2) 接发球次序
- (3) 发球失误或得分
- (4) 回击球
- (5) 平局决胜制

附录(一)

大洋彼岸一颗中国心

附录(二)

朱天赐的中国心

<<打网球的基本要领>>

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>