

<<中小学网球教学（教师手册）>>

图书基本信息

书名：<<中小学网球教学（教师手册）>>

13位ISBN编号：9787500935551

10位ISBN编号：7500935552

出版时间：2009-6

出版时间：陈满森、黄灿明、林文骏 人民体育出版社 (2009-06出版)

页数：199

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>

<<中小学网球教学（教师手册）>>

内容概要

《中小学网球教学(教师手册)》的目的就是为广大中小学体育教师在网球教学中提供一些有益的参考和有效的帮助。

《中小学网球教学(教师手册)》还可用于各类体育高等院校作为网球教学参考用书。

网球是一项世界性的体育活动，由于其较高的锻炼价值和易于开展等特点而深受人们的喜爱。

网球运动少受年龄、性别等方面的限制，适应范围较为宽泛；对广大参与者，特别是对广大青少年来说，开展网球活动更是一种健身益智、陶冶情操、追求上进的极佳运动方式。

<<中小学网球教学（教师手册）>>

书籍目录

第一章 网球教师第一节 中小学体育教师在网球教学中的作用第二节 网球教学中学生的年龄特征第三节 中小学生网球心理培育第四节 班级教学的重要提示第五节 班级教学纪律第二章 中小学网球教学方法第一节 网球课的组织第二节 网球教学第三节 教学方法和练习方式第四节 分析和纠正动作第五节 网球课成绩考核第三章 网球基础技术教学第一节 场地、球、球拍、器材第二节 握拍方法与分析第三节 击球基础技术第四节 球的旋转与飞行轨迹第五节 球的控制第六节 击球时的前臂运动和手腕关节活动第七节 击球时的站立姿势第八节 脚步移动技术第四章 网球基本战术教学第一节 单打比赛中基本的战术原理第二节 五种比赛情况第三节 区域战术第四节 击球状态第五节 击球方法的选择第六节 影响单打战术的其他因素第七节 双打战术第五章 网球教学与身体素质培育第一节 中小学生网球身体素质练习第二节 网球运动营养与健身效果第三节 网球运动损伤的处理与预防第六章 网球其他内容教学第一节 网球游戏第二节 小学生网球操第三节 教案参考第四节 网球专用英语第五节 网球运动礼仪第六节 组织网球比赛第七节 网球比赛规则及裁判第八节 网球运动的起源与发展第九节 网球运动在中国

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>