

图书基本信息

书名：<<素质教育书系.学生体育知识丛书-羽毛球>>

13位ISBN编号：9787501517022

10位ISBN编号：7501517029

出版时间：1998-06

出版时间：知识出版社

作者：麻雪田

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

内容提要

本书从羽毛球运动发展概况、羽毛球基本技战术、羽毛球竞赛规则简介、羽毛球裁判法和知名羽毛球运动员介绍等方面，较为系统地介绍了羽毛球运动的基本常识，旨在为广大青少年朋友学习并积极参加羽毛球运动提供指导。

本书内容精练、文字流畅、图文并茂，是一本很好的羽毛球普及读物。

书籍目录

目录

第一章 羽毛球运动发展概况

一、羽毛球运动的起源

1.古代羽毛球活动的萌芽

2.现代羽毛球运动的诞生

二、国际现代羽毛球运动发展概况

1.英国羽毛球协会的诞生

2.国际羽毛球联合会的形成与发展

3.汤姆斯杯赛的形成与发展

4.尤伯杯赛的形成与发展

5.世界羽毛球联合会的形成

6.世界羽毛球系列大奖赛的形成

三、我国现代羽毛球运动发展概况

第二章 羽毛球运动与青少年身心发展

一、羽毛球运动对青少年身体形态、
机能发展的影响

1.促进青少年身体形态的发展

2.促进青少年身体机能的发展

二、羽毛球运动对青少年身体素质发展的影响

1.羽毛球运动对青少年灵敏素质的提高

2.羽毛球运动对青少年柔韧素质的提高

3.羽毛球运动对青少年速度素质的提高

4.羽毛球运动对青少年力量素质的提高

5.羽毛球运动对青少年耐力素质的提高

三、羽毛球运动对青少年心理素质发展的影响

第三章 羽毛球的基本技术

一、握拍法

1.握拍法的分类

2.握拍法的要点

二、发球法

1.发球的基本分类

2.发球的几种方法

3.发球的要点

三、手法

1.高手击球

2.低手击球

3.网前击球

四、步法

1.起动

2.移动

3.配合到位

五、基本技术练习方法

1.握拍、挥拍练习

2.击球练习

3.步法练习

4.综合练习

第四章 羽毛球的打法与战术简介

一、羽毛球的几种主要打法

- 1.压后场底线
- 2.攻四方球控制落点
- 3.快拉快吊控制网前
- 4.后场下压上网搓推
- 5.守中反攻

二、羽毛球战术简介

- 1.单打战术
- 2.双打战术

第五章 羽毛球竞赛规则简介

一、场地与器材

- 1.场地
- 2.器材

二、比赛通则

- 1.计分
- 2.交换场区
- 3.发球
- 4.单打
- 5.双打
- 6.发球区错误
- 7.重发球
- 8.死球

三、违例及其罚则

第六章 羽毛球裁判法

一、赛前裁判人员的准备

- 1.每节赛前准备工作
- 2.每场赛前准备工作
- 3.裁判员、运动员进退场

二、赛中裁判法

- 1.羽毛球竞赛时间单位
- 2.发球前期裁判法
- 3.发球期裁判法
- 4.比赛进行期裁判法
- 5.重发球裁判法
- 6.行为不端处理方法
- 7.异议处理方法

三、报分和记分法

- 1.报分方法
- 2.记分方法

四、赛后裁判工作

五、裁判员手势

- 1.主裁判员手势
- 2.发球裁判员手势
- 3.司线员手势

第七章 国内国际重大羽毛球赛事

一、国内主要羽毛球赛事

- 1.全运会羽毛球比赛
- 2.全国羽毛球等级赛和全国羽毛球单项赛

二、国际重大羽毛球赛事

- 1.汤姆斯杯赛
- 2.尤伯杯赛
- 3.世界羽毛球锦标赛
- 4.世界杯羽毛球赛
- 5.世界羽毛球系列大奖赛
- 6.全英羽毛球锦标赛
- 7.欧亚羽毛球对抗赛

第八章 国内外知名羽毛球运动员

- 一、国外知名羽毛球运动员
- 二、国内知名羽毛球运动员

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>