第一图书网, tushu007.com

<<网球技战术教程>>

图书基本信息

书名：<<网球技战术教程>>

13位ISBN编号：9787533741020

10位ISBN编号：7533741021

出版时间：2008-7

出版时间：安徽科学技术出版社

作者：殷剑巍

页数：192

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

本书从网球运动的特点和规律出发，深入浅出地讲解了各项技术动作以及单、双打战术的教学和实战运用，并通过大量的照片和图示加以说明，清晰明了，书中还介绍了网球器具的基本知识、网球饮食、如何欣赏网球，以及身体素质、心理素质的练习方法，无论对于业余爱好者还是具备一定水平的球员来说，都具有很大的参考和学习价值。

作者简介

殷剑巍，男，中国科学技术大学网球教师。
1993年毕业于北京体育大学体育教育系，2001年考取网球国际裁判。

自1993年以来一直从事网球的教学、教练以及裁判工作。
培养的学生多次在省市和全国的比赛中获得优异的成绩。
曾担任过英国温布尔顿网球锦标赛、澳大利亚网球公开赛、上海大师杯赛、中国网球公开赛、全运会网球赛等众多国际、国内顶级网球赛事的裁判。

书籍目录

第一篇 网球运动概述 1.网球运动的起源和演变 2.近、现代国际网球运动的概况 3.我国网球运动的发展概况第二篇 网球场地和装备 （一）场地 1.草地球场 2.硬地球场 3.土地球场 （二）球 （三）球拍 1.球拍的材质 2.拍头的尺寸 3.握柄的尺寸 4.球拍的重量 （四）拍弦 1.材质 2.弦的粗细 3.强度 （五）鞋第三篇 网球基本技术和练习方法 （一）握拍方法 1.东方式握拍法 2.大陆式握拍法 3.西方式握拍法 4.双手握拍法 （二）球的旋转 1.上旋球 2.下旋球 3.平击球 4.侧旋球 （三）底线击球基本技术 1.正拍击球 2.反拍击球 3.正、反拍教学和练习方法 （四）发球技术 1.基本技术和原理 2.三种不同的发球方式 3.发球教学和练习方法 （五）截击球 1.正拍截击 2.反拍截击 3.截击球教学和练习方法 （六）高压球 1.基本技术和原理 2.几种类型的高压球 3.高压球教学和练习方法 （七）挑高球 1.防御性挑高球 2.进攻性挑高球 3.练习方法 （八）放小球 1.基本技术 2.练习方法 （九）反弹球 1.基本技术 2.练习方法第四篇 网球基本战术第五篇 身体素质和心理素质训练第六篇 网球饮食第七篇 欣赏网球网球心情（温网日记三篇）澳网散记偶遇晏紫和孙甜甜

章节摘录

插图：第一篇1.网球运动酌起源和演变网球运动起源于法国。
14世纪时，法国宫廷中开展起一种叫掌球戏的游戏，方法是：在两人中间隔一条绳子，用手将球打来打去。
当时用的球是用布裹头发制成的，以埃及坦尼斯镇所产的布最为著名，网球英文名“ tennis ”可能由此得名。
16世纪时出现了用羊皮纸作为拍面的球拍，拍子重且很不美观。
17世纪这种游戏传入英国后绳子改成了网，球拍不再是平面的羊皮纸，而是穿上了有弹，陛的弦线。
1873年，英国人M.温菲尔德把早期的网球打法改进，变成夏天在草坪上的娱乐，名为草地网球。
同年，出版了一本题为《草地网球》的小册子。
1874年又进一步确定了场地大小和网的高度。
1875年英国人制定了最初的网球比赛规则，后来逐步演变发展成现在这样的网球运动。
2.近、现代国际网球运动酌概况早在1896年的第一届现代奥林匹克运动会上，网球就是正式比赛项目。
1924年因为在技术、设备和运动员资格问题上发生了争执，网球项目从此退出奥运会，直到1984年网球运动才作为表演项目又被列入奥运会。
1987年5月，在伊斯坦布尔第92届国际奥委会全会上，网球被重新列入奥运会正式比赛项目。
1987年12月23日国际网联召开会议，通过了关于职业运动员可以参加1988年第24届奥运会网球比赛的决议，从此网球项目彻底回到了奥运会的大家庭。
国际上主要有三大网球权威性组织，即：ITF（International Tennis Federation）国际网球联合会、ATP（Association of Tennis Professional）男子网球职业联盟、WTA（Women ’ S Tennis Asso—ciation）女子网球职业联盟。
ATP主要负责男子职业比赛，目前总奖金2.5万美元以上的比赛都属于ATP；WTA主要负责女子职业比赛，目前总奖金7.5万美元以上的比赛属于WTA；ITF主要负责四大公开赛、奥运会以及其他各级别的赛事。

编辑推荐

《网球技战术教程》由安徽科学技术出版社出版。

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