第一图书网, tushu007.com

<<羽毛球教学与训练>>

图书基本信息

书名：<<羽毛球教学与训练>>

13位ISBN编号：9787564407230

10位ISBN编号：7564407239

出版时间：2012-4

出版时间：北京体育大学出版社

作者：杨敏丽

页数：185

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《羽毛球教学与训练》内容介绍：羽毛球是一项隔着球网，使用长柄网状球拍击打平口端扎有一圈羽毛的半球状软木的室内运动。
依据参与的人数，可以分为单打与双打。
相较于性质相近的网球运动，羽毛球运动对选手的身体素质要求并不很高，却比较讲究耐力，极适合东方人发展。

第一图书网, tushu007.com

<<羽毛球教学与训练>>

书籍目录

第一章　羽毛球运动简介
　第一节　羽毛球运动的起源与发展
　第二节　羽毛球场地、器材
第二章　羽毛球运动基本技术
　第一节　握拍
　第二节　发球技术
　第三节　接发球技术
　第四节　击球技术
　第五节　步法
第三章　羽毛球运动基本技术训练
　第一节　握拍与挥拍练习
　第二节　单项击球技术练习
第四章　羽毛球运动基本战术
　第一节　单打战术
　第二节　双打战术
第五章　羽毛球竞赛规则及比赛编排
　第一节　国际羽联羽毛球规则（中英文对照）
　第二节　羽毛球比赛编排
第六章　羽毛球运动常见损伤的预防和一般处理

章节摘录

从而诞生了现代羽毛球运动，“伯明顿”（Badminton）即成为英文羽毛球的名字。
未出10年，这种室内游戏便从小小的伯明顿镇迅速传遍开来，成为大众喜闻乐见的活动。
正是这种大众娱乐性活动的广泛开展，创建了举世闻名的全英羽毛球锦标赛，把群众性运动发展成了竞技性运动。
二、羽毛球运动的发展　　1877年，第一本羽毛球比赛规则在英国出版。
1893年，在英国成立了世界上第一个羽毛球协会。
1899年，该协会举办了第一届“全英羽毛球锦标赛”，每年举办一次，沿袭至今。
羽毛球运动从斯堪的纳维亚到英联邦各国，20世纪初流传到亚洲、美洲、大洋洲，最后传到非洲。
1934年，成立了国际羽毛球联合会，总部设在伦敦。
1939年国际羽毛球联合会通过了各会员国共同遵守的《羽毛球竞赛规则》。
20世纪20年代到40年代欧美国家的羽毛球运动发展很快，其中英国、丹麦、美国、加拿大的水平相当高。
50年代亚洲羽毛球运动发展很快，马来西亚取得两届汤姆斯杯赛冠军。
同时印度尼西亚队在技术和打法上有所创新，很快取得了霸主地位。
60年代以后羽毛球运动的发展逐渐移向亚洲。
1981年5月国际羽毛球联合会重新恢复了中国在国际羽联的合法席位，从此揭开了国际羽坛历史上新的一页，进入了中国羽毛球选手称雄世界的辉煌时代。
在1988年汉城奥运会上，羽毛球被列为表演项目，1992年巴塞罗那奥运会列为正式比赛项目，1996年亚特兰大奥运会混双列为比赛项目。
从此羽毛球运动进入新的发展时期。
2006年，在试行了3个月的羽毛球新规则后正式实施。
在当年汤、尤杯赛中首先采用。
三、羽毛球运动的赛事　　目前，由国际羽联主办的世界重大羽毛球比赛如下。
（一）汤姆斯杯　　世界男子团体羽毛球锦标赛。
1948年举行第一届比赛，现为2年一届，在偶数年举行。
比赛由三场单打、两场双打组成。
历史上夺得汤姆斯杯冠军最多的国家是印度尼西亚队，共11次。
（二）尤伯杯　　世界女子团体羽毛球锦标赛。
1956年开始举行第一届比赛，2年一届，在偶数年举行。
比赛由三场单打、两场双打组成。
历史上夺得尤伯杯冠军最多的国家是中国队，共11次。
（三）世界羽毛球锦标赛　　世界羽毛球单项锦标赛。
设有男、女单打、双打和混合双打5个比赛项目。
1977年起开始为3年一届，1983年改为2年一届，在奇：数年进行。
2005年改为每年一届，但奥运年不举办。
（四）苏迪曼杯　　世界羽毛球混合团体比赛。
1989年开始举办，2年一届，在奇数年举行，比赛由男女单打、男女双打组成。
（五）世界杯羽毛球赛　　属于邀请性比赛，由国际羽联邀请当年成绩优异的选手参加。
创办于1981年，1997年国际羽联决定从1998年起改为主办由世界顶尖级选手参加的明星赛，并准备尝试奖金丰厚的羽毛球大满贯赛事。
……

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