

<<乒乓球-教学.训练.竞赛与科研>>

图书基本信息

书名：<<乒乓球-教学.训练.竞赛与科研>>

13位ISBN编号：9787500929826

10位ISBN编号：750092982X

出版时间：2006-10

出版时间：人民体育出版社

作者：韩志忠

页数：305

字数：250000

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>

## <<乒乓球-教学.训练.竞赛与科研>>

### 内容概要

本书作为“乒乓球理论与实践方法探索”应用技术成果，获2001年省部级科学技术进步奖。

本书的构建打破了传统乒乓球技术书的体系，采用运动生理学、运动生物力学、运动心理学等基础理论和方法，来解决乒乓球理论在教学、训练、竞赛和科研四个应用领域的技术问题，丰富了乒乓球技术理论。

其中主要选题对传统的教学法、训练法和竞赛法以及乒乓球技术打法都有显著的创新点。

本书适合不同层次学校的体育教师、业余的和专业的教练员、运动员、不同级别的裁判员以及小运动员的家长 and 广大乒乓球爱好者阅读。

<<乒乓球-教学.训练.竞赛与科研>>

书籍目录

教学篇 一、学打乒乓球好处多多 二、乒乓球课的教学任务和教学原则 三、乒乓球技术教学原理  
四、乒乓球基本技术动作规格 五、乒乓球技术教学课时计划 六、直拍正手攻球教学方法 七、  
乒乓球课程教学法训练篇 一、乒乓球意识系统 二、最难的乒乓球技术——接发球 三、乒乓球  
运动员的柔韧素质训练 四、乒乓球直拍换手进攻打法 五、双打规律例释 六、“意外球”及提高  
回接“意外球”能力竞赛篇 一、乒乓球比赛“轮换发球法”的特点和比赛程序 二、乒乓球竞赛规  
则、规程系统 三、乒乓球裁判员的职责 四、乒乓球临场裁判员操作程序 五、“比赛中断”和“  
比赛连续进行”的关系 六、淘汰赛与循环赛 七、循环赛确定比赛秩序的优化方法科研篇 一、乒  
乓球运动科研准备 二、乒乓球运动研究方法 (一)文献综述法 附 乒乓球运动发展历程和发  
展规律 (二)经验总结法 附 少年乒乓球运动员正确掌握击球时间的练习方法 (三)教育  
实验法 附 乒乓球“节奏训练法”在启蒙训练阶段中的效果初探 (四)观察法 附 乒乓球比  
赛进程技术统计方法及应用研究 (五)生物力学分析法 附 侧身弧圈球技术动作分析 (六  
)专家调查法 附 陈新华技术、战术分析——第6届世界杯赛观察报告主要参考文献

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>