

<<网坛驰骋-网球>>

图书基本信息

书名：<<网坛驰骋-网球>>

13位ISBN编号：9787534548437

10位ISBN编号：7534548438

出版时间：2006-1

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：张克仁

页数：181

字数：138000

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>

## <<网坛驰骋-网球>>

### 内容概要

本书是《“动感中国人”现代竞技运动系列》丛书之一，它的结构脉络是从羽毛球运动的历史渊源、运动技术的结构、运动技术的掌握、运动创伤的预防、运动营养、运动与健康以及如何运动等方面，深入浅出地描绘了，羽毛球运动项目的基本知识和基本技能，从理论上探讨了羽毛球运动项目的规律和特征。

这种结构是在梳理、归纳、抽象和概括的思维基础上与当今体育运动的变革相呼应，不仅仅是对体育运动纯认知性的简单介绍，更重要的是在追问着蕴藏在体育运动深处所所在的人文精神、文化内涵和社会价值，赋予了当代体育运动以新的存在意义，从而使人们在体悟运动快感中不仅获得主体参与的价值升华，而且懂得体育运动所能够改变的人对社会的审视态度和现实人的主体性价值载体作用。

本书以青少年学生和热爱体育运动的社会各界人士为主要读者对象，将知识性、科学性和趣味性融为一体，通过大量鲜活的事例，以通俗的语言、轻松的笔墨，讲述有关羽毛球的故事，极易将读者引入知识的殿堂，相信您的阅读将会是一段激动人心的旅程。

## &lt;&lt;网坛驰骋-网球&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 入门之路 第一讲 走出宫廷的贵族游戏 一、网球运动的起源与发展 (一)网球运动的起源 (二)近代网球运动的发展阶段 二、现代奥运会网球的发展 三、我国网球运动的发展 第二讲 日益盛行的时尚运动 一、网坛家族其他成员 (一)软式网球 (二)短式网球 二、网球运动的特征 (一)比赛时间长 (二)比赛跑动量大 (三)击球次数多 (四)心理素质要求高 三、打网球的好处 (一)网球的健身效果 (二)网球与社交 第二篇 武器装备 第三讲 挑选你的球拍 一、球拍的规格 (一)球拍的概况 (二)球拍的种类 二、球拍的重量和平衡 (一)球拍的重量 (二)球拍的平衡 三、球拍的稳定性和甜点 (一)球拍的稳定性 (二)甜点 四、挑选适合自己的球拍 (一)挑选球拍的参数 (二)根据打球的目的挑选 (三)当今世界“四大天王”球拍 五、明星装备的新趋势 第四讲 保养你的武器 一、球拍的保养 二、为球拍换弦 三、拍框保护 第五讲 选择其他装备 第六讲 网球场 第三篇 进入“网谈” 第四篇 “网事”悠悠 第五篇 网坛瞭望 附录1 全国业余网球晋级赛试行办法 附录2 网球运动员技术等级标准 附录3 网球术语英汉对照

<<网坛驰骋-网球>>

编辑推荐

本书以青少年学生和热爱体育运动的社会各界人士为主要读者对象，其行文力求将知识性、科学性和趣味性融为一体，通过大量鲜活的事例，以通俗的语言、轻松的笔墨，讲述网球的故事，极易将读者引入知识的殿堂，相信您的阅读将会是一段激动人心的旅程。  
祝愿每一位体育爱好者和正准备参加体育运动的人都积极行动起来!

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>