

<<网球运动教程>>

图书基本信息

书名：<<网球运动教程>>

13位ISBN编号：9787811012811

10位ISBN编号：7811012812

出版时间：2005-9

出版时间：南京师范大学

作者：乔校钹裙颇钗隆

页数：162

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>

## &lt;&lt;网球运动教程&gt;&gt;

## 前言

本人从事网球运动多年，有幸目睹和经历了这项高雅、文明、时尚的体育运动在我国的发展过程。尤其是在2004年雅典奥运会上我国优秀网球运动员李婷、孙甜甜喜获女子双打桂冠后，更是推动了网球运动在神州大地上的进一步开展，从而掀起了一股网球热。

在这一过程中，许多与网球运动有关的书籍和刊物如雨后春笋般地涌现出来，这对于网球运动的普及和提高起到了极大的推动作用。

其中，由南京师范大学出版社出版，乔仔、李先国等中青年教师编著的《网球运动教程》，在我看来，不失为一本有特色的好教材。

具体讲有以下几个特点。

第一，理论性强。

与其他网球书籍不同的是，该书网球理论知识较为丰富，这一点在网球运动概述、网球运动的教学和训练等章节中表现得尤为突出，即将大量教育学、心理学的知识与网球运动有机地结合起来，使该书的内容更加生动和饱满，对于网球运动的教学和训练，就会更加显得有理有据。

第二，内容全面。

纵览全书，该书不仅包括网球运动的发展、技术、裁判等其他书籍常见的内容，还包括网球运动的战术、教学、训练等独特的内容，充分体现了《网球运动教程》的特点，使得该书的读者面扩大，不仅适用于一般的网球爱好者，也适用于网球专业的学生、教师和教练等专业人员。

第三，敢于探索。

通过阅读全书，不难发现，许多跟网球运动有关的专业术语，书中都给了较为全面的、恰当的解释或注释，这在其他同类书籍中是难以看到的。

这里，先不探讨这些定义的科学性，就这种探索精神而言，就让人不得不佩服作者“敢为天下先”的勇气和信心，使得该书的内容更加丰满、系统和科学，突出了“教程”二字的特色。

第四，结构严谨。

全书不仅内容丰富、翔实，而且在结构上层次分明、严谨，有利于读者阅读、学习和查找，表现出作者纵观全局的理论视野。

众所周知，网球运动从诞生到现在，已经经历过数百年的发展，并且有进一步创新的趋势，任何一本书都不可能将其内容穷尽。

要说不足之处，该书对于网球运动各种技战术的发展趋势、网球规则的演变过程等内容尚未涉及，这对于想进一步了解网球运动走势的人士而言，就会显得有点美中不足。

## &lt;&lt;网球运动教程&gt;&gt;

## 内容概要

全书共分六章，外加附录共7部分内容。

本书第一章内容，在阐述网球运动的特点和发展的同时，对于网球运动的装备也作了详尽的介绍，突出了实用性；第二章网球技术部分力求详细和准确；三、四、五章是本书的重点内容，也是本书区别于其他网球教材的独特之处，“教学”一章主要是针对一般教师和学生而提出的较为详细的教学理论知识、练习方法、技巧和常见错误动作的改正方法等，“战术和训练”两章的内容则主要是针对网球教练员和运动员而提出的系统的身体、心理以及专项技战术训练的理论、方法和在比赛过程中的一些应变措施等，对于运动员取得良好的比赛成绩具有一定的参考、借鉴作用；第六章竞赛、裁判部分对于网球比赛场地、比赛的组织和比赛规则做了较为详细的阐述，对于网球运动的开展具有一定的推广作用；为了提高读者对网球运动的兴趣和爱好，本书的最后附录部分还增加了国际网球竞赛最新规则、网球裁判记分表等内容，力求做到翔实和实用。

另外，本书对于网球运动、技战术和训练等术语也作了全面的定义，尽可能做到准确、科学和易懂；而在丰富理论知识的同时，尽量做到图文并茂、文字简洁明了。

## &lt;&lt;网球运动教程&gt;&gt;

## 作者简介

乔宁(1960年~)上海人。

1984年毕业于南体育学院，国家一级运动员。

现为南师范大学体育科学院副教授。

中国网球协会会员，江苏省网球协会委员，江苏省网球委员会主任，南市网球委员会主任。

1988年获网球国际脂肪裁判证书，1990年通过亚洲网联组织的考试，获银牌证书。

同年参加第十一届亚运会网球项目的裁判工作，被授予亚运会先进工作者称号。

多次任全国、江苏省、南市各类比赛裁判长副裁判长。

2005年十运会网球决赛副裁判长。

是国内首批上场执法全国男子网球俱乐部赛的主裁判。

业绩被收入《当代中国著名教练员裁判员大辞典》。

主编专业教材1部，在《网球天地》、《体育科学》等省级以上刊物发表论文近20篇。

李先国(1973年~)，安徽寿县人，体育教育训练学硕士，体育人文社会学士研究生。

从事网教学、训练、裁判工作多年，对网球运动的理论与实践有一定的造诣。

主持和参与主持国家级、省、局、厅级课题多项，在《体育科学》等刊物上发表论文多篇。

黄念新(1962年~)，江苏东台人。

国家一级运动员。

1976年~1985年，江苏网球队运动员。

1985~1997年任江苏网球青少年队主教练，先后培养过曾少弦，徐猛等多名国家级优秀网球选手。

所带队员获全国第二届青运会网球团体冠军，多次获全国青少年比赛单、双打冠军。

1998年至今，着力研究网球业余训练的办法，对青少年网球训练以及网球、业余训练有丰富的教学经验和独特的见解。

<<网球运动教程>>

书籍目录

前言第一章 网球运动概述 第一节 网球运动的起源与发展 第二节 网球运动的一般知识 第三节 网球运动的装备 第四节 网球运动的组织机构与重大比赛 第五节 其他形式的网球运动第二章 网球运动的基本技术 第一节 网球技术概述 第二节 网球运动的无球技术 第三节 网球运动的有球技术第三章 网球运动的基本战术 第一节 发球战术 第二节 接发球战术 第三节 底线球战术 第四节 网前球战术 第五节 双打战术第四章 网球运动的教学 第一节 网球教学工作 第二节 网球教学文件的制定 第三节 网球技术教学与练习方法 第四节 网球战术教学与练习方法网球运动教程第五章 网球运动的训练 第一节 网球运动训练理论 第二节 网球运动身体素质训练 第三节 网球运动心理素质训练 第四节 网球运动专项素质训练 第五节 网球运动的常见运动损伤及预防第六章 网球运动的竞赛与裁判工作 第一节 网球运动竞赛场地 第二节 网球比赛的组织 第三节 网球运动裁判工作主要参考文献附录一 网球竞赛规则(2003年) 附录二 网球裁判记分表

## &lt;&lt;网球运动教程&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 网球运动概述〔内容提要〕本章介绍了网球运动的起源、演变，网球运动在当今体坛所处的地位、状况、发展趋势及竞技网球运动带来的经济效益；阐述了网球运动的定义、特点和所需的装备，以及组织机构和重要赛事等内容。

作为与高尔夫球、保龄球、台球并称为世界四大绅士运动的网球运动，其特有的魅力早已深入人心。首先，网球运动是一种老少皆宜的体育项目，上至白发老者，下到少年儿童，均能在球场上体会到充足的乐趣；其次，网球运动对参加者的体能要求并不太高，且运动量可以得到有效的控制，是一项有效的有氧运动项目；再次，网球运动的魅力还在于能把激烈竞争与平心交流完美地结合在一起，对于参加运动双方的身体和心理来说都能达到一种和谐、完美的锻炼和净化。

《中国大百科全书》将网球运动定义为“2人或4人在中间隔一网的场地上，用球拍往返拍击一个有弹性的橡胶小球的球类运动”。

这里我们将网球运动定义为：“由参加运动的人，在一个隔网的场地上，以球拍相互在空中击球，球既可以在地上弹一次，也可以不弹就把球击到对方场地上的一种体育项目。”

第一节 网球运动的起源与发展一、网球运动的起源 网球运动起源于12、13世纪的法国。

当时法国的传教士常常在教堂的回廊里用手掌击打一种类似小球的物体，以此来调剂刻板的教堂生活。

渐渐地这种活动传入法国宫廷，并很快成为王室贵族的一种娱乐游戏。

开始他们把这种游戏叫“掌球戏”，并由室内移向室外，在一块开阔的空地上，将一条绳子架在中间，两边各站一人，双方用手来回击打一种裹着头发的布球。

14世纪中叶，法国王储将这种游戏使用的球赠给英皇亨利五世，于是这种游戏便传入英国。

15世纪，这种游戏由手掌击球改用板拍打球，并很快出现了一种用羊皮纸做拍面的椭圆球拍；同时，场地中央的绳子也改成了网子。

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>