

《图解羽毛球技巧》

图书基本信息

书名：《图解羽毛球技巧》

13位ISBN编号：9787533524746

10位ISBN编号：7533524748

出版时间：2005-4

出版社：福建科学技术出版社

作者：周志辉

页数：134

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《图解羽毛球技巧》

内容概要

羽毛球运动是一项人们喜爱的、具有广泛群众基础的体育运动。人们常常从羽毛球运动中获得了健康和快乐。为了使羽毛球运动爱好者能更好地了解和掌握羽毛球的基本技术和战术，本书采用图文解说的方式，对羽毛球的技术动作要领、训练方法，以及对错误动作的纠正和技战术的运用等进行直观的解析，把动作形象地展示在读者面前，使羽毛球爱好者打开本书时，感到易读、易懂、易学、易练，十分方便羽毛球爱好者的学习。

在编写中还根据羽毛球基本技术和战术的难易程度，在内容的安排上由浅入深、循序渐进，缓解了技术学习的难度。考虑到羽毛球爱好者在羽毛球练习中可能出现的运动性损伤，本书还特别对常见的羽毛球运动性损伤与防治做了介绍。同时，还简要地介绍了羽毛球的比赛规则与裁判方法。

《图解羽毛球技巧》

书籍目录

一、羽毛球运动的基本知识 (一) 羽毛球场地与装备 (二) 羽毛球的基本术语 (三) 运动前的热身活动 (四) 羽毛球运动损伤的防治 二、羽毛球基本技术与训练 (一) 握拍技巧与训练 (二) 发球技巧与训练 (三) 高球技巧与训练 (四) 吊球技巧与训练 (五) 杀球技巧与训练 (六) 网前放网和搓球技巧与训练 (七) 勾球技巧与训练 (八) 推球和挑球技巧与训练 (九) 扑球技巧与训练 (十) 中场抽挡接杀球技巧与训练 (十一) 后场反手击球技巧与训练 (十二) 步法技巧与训练 三、羽毛球基本战术与训练 (一) 单打的基本战术与打法 (二) 双打的基本战术与打法 (三) 战术球路的训练 四、羽毛球比赛规则裁判 (一) 比赛基本规则 (二) 比赛中常见的违例 (三) 裁判术语与手势语

《图解羽毛球技巧》

精彩短评

- 1、操作性不强，图片质量极差
- 2、学习基础知识，主要还得多加练习
- 3、晕了。中间有页是烂的。难到发货时不检查的吗？
- 4、买它最好还是结合网上的教学视屏更好！
- 5、从常识，基本动作要领以，到战术，这本书都涉及到了。边练习动作边对照，一边从书本上学习一边运用于实战，我最近羽毛球自我感觉进步不小，握拍手势也是对照这本书才纠正过来的。
- 6、内容比较全，价格也便宜，就是图中的图片不是特别清楚
- 7、图解羽毛球技巧很实用值得大家看一看
- 8、帮老公买的，他觉得看了对打羽毛球有帮助。
- 9、所涉及方面蛮多的，也图文并茂。
- 10、不怎么样,建议购买DVD有视频的讲解
- 11、想自学下羽毛球，看了下，但认为还是去实战好，参加培训很重要。。。
- 12、书的内容还好，有的地方说的不是很细。
- 13、这本书介绍得很详细，但是里面的图片不是很清晰。
- 14、讲解清晰，通俗易懂，值得羽毛球爱好者阅读的一本好书！
- 15、对羽毛球爱好者来说，很好的书。
- 16、因为明天要教朋友入门所以看看，没想到还发现自己一些小问题。
- 17、很详细，只是图片有点糊涂。不是很清楚。。。总体还可以。
- 18、书很简明扼要，适合我这类。
- 19、非常有用得书，
- 20、对初学者来说，讲解多，图片略微少了一点，但还是有收获

《图解羽毛球技巧》

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:www.tushu000.com