《网球双打战术训练手册》

图书基本信息

书名：《网球双打战术训练手册》

13位ISBN编号：9787500938996

10位ISBN编号：7500938993

出版时间：2010-9

出版社：人民体育

作者：周海雄//金春林//白真

页数：178

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

《网球双打战术训练手册》

内容概要

《网球双打战术训练手册》内容简介：近十年来，中国女子竞技网球取得了很大的进步，我国承办的国际赛事规格逐渐提高，各地的网球场馆建设数量快速增长，参与网球运动的人员迅速增加，网球运动呈现一片欣欣向荣的景象。这十年间，我国广大的网球理论工作者写和翻译了大量的网球著作，这对推动网球运动的普及，提高网球运动水平发挥了重要的作用。为了使广大的网球专业教练员、体育专业学生、专业运动员和爱好者更多地了解网球双打战术训练方面的知识，在借鉴国内外经验的基础上，我们请教了国内著名的网球训练专家和教练员，并对网球双打的基本战术进行了总结，从而编写成了这本著作。
为了使广大读者对网球双打战术和相关理论有更深刻的认识，《网球双打战术训练手册》在内容的安排上注重简洁，分类清晰。全书重点对发球员、发球员同伴、发球方配合、接发球员、接发球员同伴以及接发球方的战术类型进行分类，并有针对性地介绍了不同战术的训练方法，尽可能做到图文并茂，简明易懂。

《网球双打战术训练手册》

书籍目录

第一章 网球双打概述 第一节 网球双打的特点 第二节 网球双打的比赛阵型 第三节 网球双打的战术类型 第四节 网球双打的移动和抢网 第五节 Ⅰ字阵型和澳式阵型第二章 网球双打发球员的战术训练 第一节 发球员的战术训练方法 第二节 发球员同伴的战术练习方法 第三节 发球方的战术配合训练方法第三章 网球双打接发球员的战术训练 第一节 接发球员的战术训练方法 第二节 接发球员同伴的战术训练方法 第三节 接发球方的战术配合训练方法第四章 网球双打的技术训练 第一节 单个技术训练方法 第二节 综合性技术练习方法参考文献

《网球双打战术训练手册》

章节摘录

插图：第一章 网球双打概述第一节 网球双打的特点在职业比赛中，单打比赛更能体现个人的能力和水平，参赛的运动员也能够获得更多的奖金，所以职业运动员更关注单打比赛。但在业余比赛中，人们更喜爱双打比赛，其特点有以下几个方面。一、双打的娱乐性更强双打比赛可以设置男子双打、女子双打和混合双打，这使比赛的形式更丰富。双打比赛还可以采用强弱搭配，老少搭配的模式，可以让不同层次和水平的人参加到比赛中来，这样不仅可提高他们参与网球运动的积极性，以进行更多的交流，而且可以更有效地利用场地。对于年龄大或初学网球的爱好者来说，通过与一位高水平的搭档配合参加比赛，可以更尽兴地参与网球运动，体验网球运动的乐趣。在双打比赛中，发球员同伴站在网前是发球方保持发球优势的关键。其主要职责是：第一，控制网前，尽可能扩大防守范围；第二，协助发球员的斜线击球，实施网前抢攻。发球员同伴在网前必须保持移动，随时做出抢攻和偷袭的姿态。这种动作意图的不确定性会分散对手的注意力，给对手制造压力，使其产生非主动性失误。发球员同伴要主动把握对手给自己的机会，要建立这样的意识：每一次击球我都要抢网。发球员同伴在练习中要注意解决以下问题：如何移动和控制网前；发球员发内角球和外角球时的截击方向；对方回击斜线球时如何处理；对方挑高球时如何换位；如何抢网。

《网球双打战术训练手册》

编辑推荐

《网球双打战术训练手册》是由人民体育出版社出版的。

《网球双打战术训练手册》

精彩短评

1、很好的图书！很实用，很强大，很有指导性！我的球技有提高！哈哈哈！！！！！！！！！
2、认真去学习
3、对于喜欢打双打的很有帮助

《网球双打战术训练手册》

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