

《网球》

图书基本信息

书名：《网球》

13位ISBN编号：9787040290004

10位ISBN编号：7040290006

出版时间：2011-2

出版社：国家体育总局职业技能鉴定指导中心 高等教育出版社 (2011-02出版)

作者：国家体育总局职业技能鉴定指导中心 编

页数：287

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》

内容概要

《社会体育指导员国家职业资格培训教材:网球(专用于体育行业国家职业资格认证)》是以《社会体育指导员国家职业标准》为依据,以网球社会体育指导员所应具备的职业能力为主导编写的。全书共分9章,详细介绍了网球运动的基本理论知识,技、战术方法,教学、健身指导方法以及网球运动竞赛规则等内容。

书籍目录

第一章 绪言 第一节 网球运动概述 第二节 网球运动的定义、分类、特点、价值和礼仪 第三节 软式网球和短式网球简介 第二章 网球社会体育指导员概述 第一节 网球社会体育指导员的职责 第二节 网球社会体育指导员的专业素质 第三节 网球社会体育指导员交流的技巧 第三章 网球运动技术 第一节 网球运动的基本技术 第二节 网球运动的技术原理与分析 第四章 网球运动战术 第一节 网球运动战术的基本知识 第二节 网球运动的单打战术 第三节 网球运动的双打战术及其训练 第五章 网球运动教学 第一节 网球运动教学概述 第二节 网球运动教学的方法 第三节 网球运动教学的组织与实施 第四节 网球运动技术教学的基本步骤 第五节 网球运动教学文件的制定 第六章 网球运动训练 第一节 网球运动的球感训练 第二节 网球运动的步法训练 第三节 网球运动的身体素质训练 第四节 网球运动的心理训练 第七章 网球运动的营养支持以及运动损伤的防治 第一节 网球运动的营养支持 第二节 网球运动常见运动损伤及预防 第八章 网球运动的场地、设施与器材 第一节 网球运动的场地与设施 第二节 网球运动器材 第九章 网球运动竞赛规则、裁判法与组织 第一节 网球运动竞赛规则和裁判法 第二节 网球运动竞赛与活动的组织 附录 附一 网球运动常用术语 附二 常用英汉网球用语 附三 球技自我评价分级表 参考文献 注： ——初级； ——中级； ——高级。

版权页：插图：一、智力素质 智力是人认识客观事物并运用知识解决实际问题的能力。通常包含知识和能力两个方面，集中表现在文化程度、表达水平、思维层次、受授能力、审美意识、经验阅历等方面。网球社会体育指导员作为球队的指导者，应具备与其职责相适应的知识和能力结构。（一）知识素质 1.宽阔的现代基础知识 知识是人类认识和改造世界实践活动的经验总结，是人们对事物的系统认识，是对某一学科基本概念和基本原理的掌握。现代社会已经进入知识化、信息化、数字化的高科技时代，不少网球社会体育指导员的知识结构单一，浅而不专，即资料的占有、信息的收集和处理都带有片面性，工作缺乏条理性、概括性、抽象性和规律性，如不改变这种现状，是难以跟上现代网球运动发展步伐的。由于网球是隔网对抗性项目，因此网球社会体育指导员应掌握基本的哲学原理和方法论，以及政治经济学、社会学、军事学的基础理论。另外，应熟练掌握和运用系统论、信息论、控制论和思维科学、行为科学的知识，以及相关的体育学科知识，形成多元素的知识结构，这对自己胜任高水平的训练和指导工作尤其重要。（1）系统论与网球运动：系统论认为系统是具有整体功能和综合行为的统一体，其内部是协同、有序、稳定的。网球训练、比赛中的活动内容是复杂多样的，如身体素质、技术、战术、心理、营养等。网球社会体育指导员在进行训练和指导工作时，应预先制定训练计划，进行总体设计，将网球训练工作中的各组成部分合理地布局 and 规划，使各部分在运作时相互协调，最终使训练工作取得良好效果。对每一名练习者的训练也要以系统论的观点和方法对待，即从该练习者参训时就制定长远的训练计划，哪个时期以什么训练内容为主，事先都要有安排，实现训练的系统化、科学化。（2）信息论与网球运动：在训练过程中，网球社会体育指导员必须根据采集的各种信息加以归纳、分析并作出决策；在训练过程中，再通过观察、测试，获得实际的信息反馈。训练过程实际上就是以上过程的重复，即通过信息的传递来掌握学员情况，控制学员的行为。（3）控制论与网球运动：控制论研究系统中的控制过程和信息过程，网球训练过程中的许多内容在经过长期实践的基础上，可以形成自动控制，即网球社会体育指导员对学员的操作行为的控制不是纯经验式，也不是模糊的，而是可以定量表达和控制的。如可以通过学员在运动中的心率或血液指标来掌握学员的机能水平和承受负荷的能力，通过控制论可以更精确地实施网球训练和比赛工作。

《网球》

编辑推荐

《社会体育指导员国家职业资格培训教材:网球(专用于体育行业国家职业资格认证)》配合社会体育指导员(网球)国家职业资格培训使用,同时可作为普通高等学校体育专业相关课程教材,也可作为相关体育管理机构、网球健身俱乐部的业务培训教材。

《网球》

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