

羽毛球



[羽毛球 下载链接1](#)

著者:郑兆云//许绍哲

出版者:北京体育大学

出版时间:1970-1

装帧:

isbn:9787564403409

《羽毛球》内容简介：羽毛球是一项隔着球网，使用长柄网状球拍击打平口端扎有一圈羽毛的半球状软木的室内运动。依据参与的人数，可以分为单打与双打。相较于性质相近的网球运动，羽毛球运动对选手的体格要求并不很高，却比较讲究耐力，极适合东方人发展。

作者介绍:

目录:第一章 羽毛球运动概况第一节

羽毛球运动的发展一、羽毛球运动的起源与演变二、世界羽毛球运动发展的几个重要时期三、中国羽毛球的发展第二节

羽毛球运动的特点及其与现代人的关系一、羽毛球运动的特点二、羽毛球运动与现代人的关系第三节 羽坛名将一、中国著名羽毛球运动员二、国外著名羽毛球运动员第四节

羽毛球运动的官方组织机构一、国际羽毛球联合会二、亚洲羽毛球联合会三、中国羽毛

球协四、中国乒羽运动管理中心第二章 羽毛球运动的基本知识第一节

羽毛球拍一、拍框和拍柄二、拍弦面三、球拍的保养第二节

羽毛球一、羽毛球球毛二、羽毛球头第三节 场地第四节 羽毛球网柱与球网第五节

站位与击球第六节 持拍手与非持拍手第七节 击球的基本线路第八节

拍形角度与拍面方向第九节 击球点第三章 羽毛球运动基本技术第一节

握拍法一、正手握拍技术二、反手握拍技术三、初学者常见的握拍错误四、练习步骤第二节 发球技术一、正手发球技术二、反手发球技术三、发球技术的练习步骤第三节

接发球技巧一、接发球的准备姿势和站位方法二、接发各种来球第四节

击球技术一、高远球二、平高球三、平射球四、吊球五、杀球六、网前击球七、抽球八、快挡击球法九、半蹲快打击球法十、接杀球第五节

基本步法一、上网步法二、后退步法三、两侧移动步法四、前后连贯步法第六节

羽毛球运动中的假动作一、在发球中的假动作二、在接发球中的假动作三、处理网前球的假动作四、中场上手击球的假动作五、后场击球的假动作第四章

羽毛球运动的基本战术第一节 单打战术一、单打进攻战术二、单打防守战术第二节

双打战术一、双打进攻战术二、双打防守战术三、双打进攻与防守应注意的几个问题第五章 羽毛球比赛的组织和竞赛规则第一节

羽毛球比赛的组织一、羽毛球比赛所需的基础设施与器材二、羽毛球比赛的准备流程三、常规比赛赛制第二节

羽毛球竞赛规则一、挑边二、计分方法三、交换场区四、发球规定五、重发球六、单打规定七、双打规定八、发球区错误九、违例十、死球十一、比赛连续性第六章

赛事欣赏第一节

重大国际赛事简介一、汤姆斯杯赛二、尤伯杯赛三、世界羽毛球锦标赛四、苏迪曼杯赛

五、国际奥林匹克运动会羽毛球比赛六、世界羽毛球大奖赛总决赛七、世界杯羽毛球赛

第二节 国际积分排名方法一、积分计算二、排名第三节

如何观看比赛一、羽毛球观赛礼仪二、羽毛球比赛的看点

· · · · · (收起)

[羽毛球](#) [下载链接1](#)

标签

羽毛球

G

评论

基本技术和假动作那块儿还行！

比较基础的一本书。球场学到的东西再看书有了更深的理解。如网前击球中细分的放网前球、搓球、推球、勾球、扑球、抹球。

[羽毛球 下载链接1](#)

书评

[羽毛球 下载链接1](#)