乒羽网运动



作者: 贾鹏主编

出版社:天津:天津科学技术出版社

出版日期: 2020.07

总页数: 304

介绍:本书稿分为上下两篇,上篇为理论篇,包含有身心健康的理论,又有提高身体素质的具体方法以及预防损伤的理论与方法;下篇为实践篇,介绍基本技术、战术等比赛和训练的方法等。上篇内容包括大学体育基础理论、体育健康概论、体育文化概论、常见运动损伤与运动性疾病的预防与处理,以及体质与体质健康测试;下篇内容有,乒乓球章包括乒乓球场地与设备、基本技术和乒乓球比赛规则、裁判法与编排方法等;羽毛球章包括羽毛球运动的击球技术要素、基本技术,羽毛球比赛规则、裁判法与编排方法等;网球章包含网球基本方法、基本技术,基本战术以及网球比赛规则、裁判法与编排方法等。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/96258777.html) 查找全本阅读方式

乒羽网运动 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/96258777.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/96258777.html

书名: 乒羽网运动