

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