

<<乒乓球运动>>

图书基本信息

书名：<<乒乓球运动>>

13位ISBN编号：9787040284232

10位ISBN编号：7040284235

出版时间：2010-3

出版时间：高等教育出版社

作者：张瑞林 主编，冯爱华，何秋华，李永平 分册主编

页数：202

字数：230000

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：<http://www.tushu007.com>

<<乒乓球运动>>

前言

近些年的体质健康监测表明，我国青少年学生的耐力、力量、速度等体能指标持续下降，视力不良率居高不下，城市超重和肥胖青少年的比例明显增加。

青少年的体质健康问题引起了全社会的广泛关注，也引起了党和政府的高度重视。

为此，2006年12月23日，教育部、国家体育总局和共青团中央联合召开了建国以来的第一次“全国学校体育工作会议”，并于2007年4月29日正式启动了“全国亿万青少年学生阳光体育运动”；2007年5月7日，中共中央国务院颁发了《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》（下称《意见》）。

《意见》中明确指出：“广大青少年身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力，是一个民族旺盛生命力的体现，是社会文明进步的标志。

是国家综合实力的重要方面……要认真落实健康第一的指导思想，把增强学生体质作为学校教育的基本目标之一……全面实施《国家学生体质健康标准》，把健康素质作为评价学生全面健康发展的重要指标。

广泛开展‘全国亿万学生阳光体育运动’，鼓励学生走向操场、走进大自然、走到阳光下，形成青少年体育锻炼的热潮。

确保学生每天锻炼一小时……”

<<乒乓球运动>>

内容概要

本书修订是在遵循第一版“指导思想明确、突出教育功能、围绕健康促进、强调个性发展、彰显文化特色”的编写基础上，进一步强调了系列教材的实用性、针对性等特点。

具体体现在：以“健康第一”思想为指导，统领整个教材编写工作；以突出学校体育的教育功能为根本，使教材内容呈现鲜明的知识性、系统性、先进性特色；以促进学生体质健康发展为宗旨，突出教材内容的方法性、实用性，并对增强学生体质内在规律性的认识进行了系统的诠释；以满足学生的个性需求为原则，使系列教材内容呈现丰富多彩；以适应“阳光体育运动”开展为基本要求，使教材内容能够充分反映课内外有机衔接；以先进的体育文化为引领，使教材内容集知识性、教育性、娱乐性于一体。

<<乒乓球运动>>

书籍目录

第一章 体育与健康概述 第一节 健康概述 第二节 体育锻炼与健康 第三节 普通高校体育教育要求 第四节 校园体育文化第二章 乒乓球运动与健康 第一节 乒乓球运动与身体健康 第二节 乒乓球运动与心理健康 第三节 乒乓球运动与社会适应能力第三章 乒乓球运动的起源与发展 第一节 乒乓球运动的起源 第二节 世界乒乓球运动的发展 第三节 中国乒乓球运动的发展第四章 乒乓球基本技术与练习方法 第一节 乒乓球运动基本理论 第二节 乒乓球基本技术 第三节 乒乓球技术练习方法 第四节 乒乓球体能练习第五章 乒乓球基本战术 第一节 发球抢攻战术 第二节 接发球战术 第三节 对攻战术 第四节 拉攻战术 第五节 削攻结合战术 第六节 搓攻战术 第七节 战术意识 第八节 战术练习方法第六章 乒乓球运动的竞赛组织及规则 第一节 乒乓球比赛前的组织工作 第二节 乒乓球比赛规则规程答疑 第三节 裁判员临场工作程序 第四节 裁判员手势第七章 乒乓球运动观赏 第一节 乒乓球运动观赏的意义 第二节 乒乓球运动观赏的内容附录一 大学生体质测试评分表附录二 大学生心理健康自评量表(SCL-90)附录三 大学生社会适应测试量表(附表8、附表9)主要参考文献

<<乒乓球运动>>

章节摘录

插图：（一）乒乓球运动促使人和睦相处社会稳定、国家发展、经济繁荣，才能使广大人民群众安居乐业。

当今世界，人们对和平的渴望，促使各国之间的冲突日益减少，各国相互尊重，和平共处，共同发展。

体育项目虽然处处表现出了竞争，但是每一个竞争环节都是有公正的规则约束着每一个热爱运动和参与运动的人。

比赛中的公平竞争与各国运动员之间的相互交流与切磋，使体育运动具有特殊的意义。

不论国度、不论语言、不论肤色，大家在同一个赛场、同一个起点，共同为发展这个项目做着个人的贡献。

所以，体育可以培养人的和平观念，规范人的和平作为。

如闻名遐迩的“乒乓外交”，就是我国乒乓球运动员为中华外交作出的贡献，小球转动大球，融化了中美两国20多年来僵持的坚冰，为中美建交立了大功。

所以说，乒乓球运动对人们的和平价值趋向有着潜移默化的影响。

（二）乒乓球运动处处体现着自由、愉悦和平等乒乓球运动寓意了所有人都可以参与的平等性，无论男、女、老、幼，肤色深浅和地位高低以及信仰差异，人人均可分享它的快乐。

它搭建了一个使每个人都乐于接受并愿意参与的平台。

在这种平等和谐的氛围里，不管水平高低，人们均能找到适合自己的对手和位置。

它让人领悟到了机会的均等、参与的自由，使人从中深深地体会到了锻炼的舒畅和洒脱。

它让每一个热爱它、拥有它的人爱不释手，并不知疲倦地投入其中。

乒乓球运动所体现出来的平等参与精神，会对人们的平等观念和行为起到一定的影响。

<<乒乓球运动>>

编辑推荐

《乒乓球运动(第2版)》由全国高等学校体育教学指导委员会审定

<<乒乓球运动>>

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:<http://www.tushu007.com>