

图书基本信息

书名：<<中国乒乓球竞技制胜规律的科学研究与创新实践>>

13位ISBN编号：9787500936046

10位ISBN编号：7500936044

出版时间：2009-5

出版时间：吴焕群、张晓蓬 人民体育出版社 (2009-05出版)

作者：吴焕群等著

页数：348

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>

## 内容概要

乒乓球竞技制胜规律是一个大系统,《中国乒乓球竞技制胜规律的科学研究与创新实践》的论述侧重在竞技和训练方面,围绕临场制胜的核心规律,展现为多层次的规律系统。

主要包括:竞技制胜原理;竞技训练理念;后备人才的培养与生产线的构建;直拍反手反面进攻(直拍横打)技术的可行性;对各种发球旋转规律的科学论证等。

## 作者简介

吴焕群，1932年生，湖北省武汉市人。

1954年入党。

1956年考入北京体育学院（现北京体育大学）。

之前，毕业于湖北省实验师范，结业于湖北省进修学院体育科。

曾任师范学校教师，做过体委干部。

大学期间，就读于球类系和体育科学系，发表过乒乓球论文和文艺诗作，做过足球代表队队员，并通过了多项等级运动员测验。

1959年被评为系“红专标兵”。

1960年毕业后，被分配至国家体委（现国家体育总局）体育科学研究所，随即跟随科研组进入国家乒乓球队，从事科技服务。

1997年退休。

至2007年共发表一百多万字的科研论文和文章，多次获得体育系统的科技成果一、二等奖。

1992年获国务院政府特殊津贴，1999年获国际乒联杰出贡献奖，2002年获中国乒乓球运动50周年杰出贡献奖，2007年获国家科学技术奖励证书（国家科学技术进步奖二等奖）。

张晓蓬，1965年1月20日出生。

内蒙古自治区赤峰市人。

1976年在辽宁省乒乓球运动学校从事乒乓球训练，1979年在辽宁省乒乓球队从事专业乒乓球训练。

1981年获得世界少年锦标赛单打第三名。

1987年获得沈阳体育学院乒乓球专业学士学位，1990年获得国家体委（现国家体育总局）科研所乒乓球专业硕士学位，2005年获得北京体育大学教学与训练乒乓球专业博士学位。

1997年被评为副研究员，2002年被评为国家体育总局科研所研究员。

曾多年从事乒乓球科研工作，作为主要研究人员，三次获得国家体育总局备战奥运会科研攻关与科技服务一等奖，2007年获得国家科技进步一等奖。

现任国家体育总局乒乓球羽毛球运动管理中心乒乓球二部部长。

## 书籍目录

第一篇乒乓球竞技制胜总体规律的发现与系统的建立 第一章研究目的、背景、思路与方法 第一节研究工作的时代背景 第二节研究的思路与基本任务 第三节研究方法 第二章制胜规律的研究、发现与系统的建立 第一节辉煌的历史给研究带来的难度 第二节新的历史高度的探索 第三章竞技制胜原理 第一节乒乓球项目的竞技要素 第二节乒乓球项目的制胜因素 第三节竞技要素与制胜因素的组合 第四节打法类型的区分 第四章竞技训练理念 第一节“百花齐放，以我为主”的制胜效用 第二节技术创新、出奇制胜的制胜效用 第三节“三从一大”与特长突出的制胜效用 第四节打法改革与创新的制胜效用 第五章竞技训练实践 第一节把握好专项特性与矛盾性安排 第二节理解与把握好训练安排的“五性” 第三节把握好六对矛盾性安排的“度” 第六章精雕细刻抓好各类打法的对抗 第一节细致精确的技术 第二节技术细化的与时俱进 第七章从实战出发，细化技、战术的科学基础 第一节条件反射理论的应用 第二节动力定型理论的应用 第三节动力定型的效度 第四节“以赛代练”与“赛练结合”的理论依据 第八章后备人才的培养与生产线的构建 第一节关于“人才生产线”理论 第二节“人才生产线”的方向性与推动力 第三节“人才生产线”的操作实践 第四节保证后备人才培养的投入 第二篇乒乓球竞技制胜个案规律的发现与实证研究 第九章直拍反手反面进攻(直拍横打)技术的可行性 第一节研究、创新直拍反手反面进攻(直拍横打)的时代背景 第二节实验结果 第十章直拍反胶打快攻 第一节关于反胶快攻打法 第二节反胶快攻打法的模式要求 第十一章对直拍打法创新的必要性与可行性的科学论证 第一节关于“如何过欧洲关”的争论 第二节直拍正胶打法已走过历史顶峰 第三节正手反胶进攻的优越性 第四节反手反面攻的优越性 第十二章对各种发球旋转规律的科学论证 第一节国家乒乓球队男女运动员发球旋转强度无显著差异 第二节下蹲发球的旋转强度高于站立式 第三节反胶发球转速高于正胶 第四节长球的转速高于短球 第五节侧上旋的旋转强度高于侧下旋和下旋 第十三章模拟训练的科学性 第一节模拟训练符合从实战出发的训练指导思想 第二节模拟训练能使队员掌握适应和战胜特定对手的技、战术 第三节模拟训练有利于特定技、战术迁移到比赛中 第四节模拟训练能培养队员良好的比赛心理 第五节模拟训练组成的基本要求 第六节安排模拟训练应注意的问题 第十四章技术的纵向、横向计量观察对理解具体制胜规律的实证 第一节第43届世乒赛技术计量观察报告 第二节1971-1993年世界乒坛技术发展轨迹 第三节第40届世乒赛中国男队0：5败于瑞典队的计量观察 第三篇21世纪新规则条件下对制胜规律的实践探索 第十五章“大球”对竞技水平的影响 第一节使用“大球”的历史背景 第二节“大球”的基本竞技特性 第三节“大球”条件下的竞技对策 第十六章11分赛制对竞技水平的影响 第一节11分赛制的竞技特征 第二节11分赛制对训练水平的要求与对策 第十七章无遮挡发球对竞技水平的影响 第一节无遮挡发球出台的时代背景 第二节无遮挡发球对现有发球方式的影响 第三节现有发球的改进方法 第四节无遮挡发球的竞技特点与竞技训练对策 附录 主要参考文献 后记

章节摘录

要练就广泛的适应能力，必不可少的条件是多打比赛，多与具有不同球性的外国人比赛，类似于欧洲选手那样。

但这不经济，且有效度也有限，一次比赛并不能碰上所有的球路。

经济而有效的方法是在国内培养和扶持各种打法，“采诸家之长”，集纳世界上各种打法和流派，容纳于“中国乒坛小世界”中，百花齐放，争奇斗艳。

把不能经常出现的“世界大赛”搬到我们的训练馆来。

从广义上讲，这就是世界比赛的“模拟试验”。

在这个“试验”中，一方面磨炼和检验我们各种打法的运动员应对复杂新奇刺激的能力，以我为主，塑造各种打法、绝招，克敌制胜；另一方面又培养了适应各种球路、对付各路豪杰十八般武艺的能力。

可以说，这项技术政策具有很强的实效性。

尖子运动员对我国乒乓球优势优在何处的深切感受，浓缩成一句话是：训练对手和训练环境为外国所不及，超前意识和忧患意识为外国所不及。

在“中国乒坛小世界”中，各种打法，包括各种超前的新人新技术，通过激烈对抗和竞争，众多不同打法的运动员先后或同时攀登上世界乒坛的最高峰，是其他国家的运动员难以达到的。

而我国选手能在“乒坛小世界”里，同与外国的主要对手打法相似的运动员一起训练、比赛，因而具备了对外国选手的适应能力，对他们的技、战术不感到陌生。

特别是有针对性的陪练，模拟外国强手的模拟训练，更符合从实战需要出发的训练要求，更能使运动员掌握适应和战胜对手的技、战术，更有利于使特定技、战术迁移到比赛中，并能培养运动员良好的比赛心理。

这些带有规律性的认识、理念和政策，具有鲜明的中国特色，几十年来促使中国队取得了巨大成功。

.....

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>