岗位-05

1. 招聘岗位工作所需考察的重要知识点

试讲主题：乒乓球项目—学习正手加转弧圈球技术

1. 试讲环节主要内容

**乒乓球项目—正手加转弧圈球技术动作要领：**左脚在前，身体重心较低。手臂自然下垂向右后下方引拍，身体随之向右转动，右肩下沉，重心在右脚上。拍触球时拍面稍前倾，上臂带动前臂向前上方挥动，手腕配合发力，身体向左侧转动。在来球的下降前期击球的中部或中上部，在摩擦球的瞬间迅速收缩前臂加大摩擦力。击球后，身体稍向上抬起，随势挥拍至头部高度，重心移至左脚，并迅速还原。