

《阳光少年运动体能系列》

图书基本信息

书名：《阳光少年运动体能系列》

13位ISBN编号：9787553700106

10位ISBN编号：755370010X

出版社：王正伦 江苏科学技术出版社 (2013-01出版)

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《阳光少年运动体能系列》

书籍目录

第一篇 初识排球 第一讲 百年排球家喻户晓 一、排球运动的起源与发展 (一)排球运动的起源 (二)排球运动的传播 (三)排球运动的发展演变 二、排球运动在中国 (一)旧中国排球运动的状况 (二)新中国排球运动的发展 第二讲 魅力排球享誉世界 一、排球运动简介 (一)排球运动的比赛方法 (二)排球运动的比赛特点 二、排球运动的价值 (一)健身价值 (二)娱乐价值第二篇 欣赏排球第三篇 体验排球第四篇 相约排球第五篇 展望排球附录 排球规则

《阳光少年运动体能系列》

编辑推荐

王正伦主编的《教你打排球》从排球的历史渊源、运动技术的结构、运动技术的掌握、运动创伤的预防、运动营养、运动与健康以及如何运动等方面，深入浅出地描绘了排球的基本知识和基本技能，从理论上探讨了排球的规律和特征。本书以青少年学生和热爱体育运动的社会各界人士为主要读者对象，其行文力求将知识性、科学性和趣味性融为一体，通过大量鲜活的事例，以通俗的语言、轻松的笔墨，讲述体育的故事，极易将读者引入知识的殿堂，相信您的阅读将会是一段激动人心的旅程。

《阳光少年运动体能系列》

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:www.tushu111.com