

《羽毛球乒乓球/校园体育》

图书基本信息

书名：《羽毛球乒乓球/校园体育》

13位ISBN编号：9787546352657

10位ISBN编号：7546352657

出版时间：2011-7

出版社：田云平、才立辉、赵锦锦、陈伟 吉林出版集团有限责任公司 (2011-06出版)

页数：152

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

《羽毛球乒乓球/校园体育》

内容概要

校园体育：羽毛球、乒乓球，ISBN：9787546352657，作者：田云平等编

《羽毛球乒乓球/校园体育》

书籍目录

第一章 运动保护 第一节 生理卫生 第二节 运动前准备 第三节 运动后放松 第四节 恢复养护第二章 羽毛球概述 第一节 起源与发展 第二节 特点与价值 第三节 国际大赛第三章 羽毛球场地器材和装备 第一节 场地 第二节 器材 第三节 装备第四章 羽毛球基本技术 第一节 握拍法 第二节 发球技术 第三节 接发球技术 第四节 高球 第五节 吊球 第六节 杀球 第七节 搓球 第八节 推球 第九节 勾球 第十节 扑球 第十一节 抽球 第十二节 挑球 第十三节 基本步法 第十四节 起跳腾空第五章 羽毛球基础战术 第一节 单打战术 第二节 双打战术第六章 羽毛球比赛规则 第一节 程序 第二节 裁判第七章 乒乓球概述 第一节 起源与发展 第二节 特点与价值第八章 乒乓球场地、器材和装备 第一节 场地 第二节 器材 第三节 装备第九章 乒乓球基本技术 第一节 握拍 第二节 发球 第三节 接发球 第四节 推挡球 第五节 攻球 第六节 搓球 第七节 削球 第八节 步法第十章 乒乓球基础战术 第一节 快攻型打法 第二节 弧圈球型打法常用战术第十一章 乒乓球比赛规则 第一节 程序 第二节 裁判

《羽毛球乒乓球/校园体育》

编辑推荐

重智商、轻体育，重营养、轻锻炼的倾向，将严重阻碍青少年素质的全面发展。开展阳光体育运动的目的，就是号召青少年学生走向操场、走进大自然、走到阳光下，并以奥运为契机，以全民健身为背景，促使青少年养成体育锻炼的良好习惯。这本由田云平、才立辉、赵锦锦、陈伟主编的《羽毛球乒乓球》出版希望能为各级各类学校开展阳光体育运动辅以指导和帮助。

《羽毛球乒乓球/校园体育》

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