

<<体操（中学）>>

图书基本信息

书名：<<体操（中学）>>

13位ISBN编号：9787040191011

10位ISBN编号：7040191016

出版时间：2006-5

出版时间：高等教育

作者：李艳翎 编

页数：79

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>

<<体操（中学）>>

内容概要

本书以实用性为指导思想，借鉴与创新相结合，选编了深受中学生喜爱的形体训练、技巧运动、跳跃与蹦床等项目，本书着重培养学生对体操类项目的兴趣，使学生掌握体操类项目的基本项能，全面提高学生的身体素质，推进全国小学生课外文体活动工程的展开。

<<体操 (中学) >>

书籍目录

第一章 形体训练

把杆练习

组合练习

第二章 技巧运动

滚翻运作

手翻运作

多人技巧动作

第三章 跳跃与蹦床

跳跃运作

蹦床

空翻运作

<<体操 (中学) >>

章节摘录

插图

<<体操（中学）>>

编辑推荐

《体操(中学)》是根据教育部颁发的《教育振兴行动计划》的精神和《全国课外文体活动工程“体育、艺术2+1项目”指导书编写方案》所规定的内容和要求编写的，是中学生在课外学习体操类项目的指导书，同时也可供教师参考。

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>