

<<教你打排球>>

图书基本信息

书名：<<教你打排球>>

13位ISBN编号：9787500743835

10位ISBN编号：7500743831

出版时间：2003-10

出版时间：中国少年儿童出版社

作者：何玲

页数：107

字数：58000

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>

<<教你打排球>>

内容概要

青少年参加排球运动能使青少年的力量、速度、灵活、耐力、弹跳、反应等身体素质和运动能力得到均衡的发展；能改善身体各器官、系统的机能状态，促进青少年生长发育水平，增强身体对外界环境的适应能力和对各种疾病的抵抗力；能培养青少年机智、果断、沉着、冷静的心理品质；能树立团结战斗的集体主义精神，锻炼自己胜不骄、败不馁、勇敢顽强、克服困难、坚持到底的良好作风，以促进文化知识的学习，为今后报效祖国，建设祖国打下良好的基础。

<<教你打排球>>

书籍目录

一、打排球有什么好处二、排球运动的起源三、排球运动的传播与发展四、东洋魔女是谁五、中国女排五连冠六、著名的教练员和运动员七、国内外重大的排球比赛八、排球场地与器材九、排球比赛方法十、排球比赛主要规则与裁判法十一、排球比赛中裁判员的职责十二、排球比赛制度十三、排球比赛程序十四、排球比赛成绩的计算方法十五、基本技术十六、基本战术十七、排球比赛术语十八、其它形式的排球活动十九、排球练习中应注意的问题

<<教你打排球>>

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>