

<<健美操>>

图书基本信息

书名：<<健美操>>

13位ISBN编号：9787501516681

10位ISBN编号：7501516685

出版时间：1998-05

出版时间：知识出版社

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>

<<健美操>>

内容概要

内容简介

本书简洁生动地介绍了健美操的由来和发展，图文并茂地展示了适于中小學生进行的健美操基本动作与组合练习、套路练习，健美操锻炼的注意事项等。

此外，本书还介绍了竞技健美操比赛及裁判方法，我国健美操赛事中的明星人物等，以拓宽学生知识面，增进对健美操的欣赏能力。

<<健美操>>

书籍目录

目录

一、健美操简介

- 1.健美操的由来与发展
- 2.健美操的概念与特点
- 3.健美操对中小學生健身、健美、健心的作用

二、中小学健美操

- 1.健美操的基本动作与组合练习
- 2.健美操的套路
- 3.中小學生健美操锻炼的注意事项
- 4.中小学健美操的表演和比赛
- 5.中小学健美操比赛评判方法

三、竞技健美操的比赛与裁判方法

- 1.竞技健美操比赛的知识简介
- 2.竞技健美操比赛的裁判方法

四、我国健美操赛事的风云人物

- 1.王连起 执着的追求
- 2.张平 梅花香自苦寒来
- 3.刘令妹 圆梦
- 4.马鸿韬 有心人
- 5.王宏 战胜自己便可战胜一切
- 6.吴哲 有志气的姑娘

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>