

<<我为运动狂>>

图书基本信息

书名：<<我为运动狂>>

13位ISBN编号：9787538153668

10位ISBN编号：7538153667

出版时间：2008-3

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：英国排球协会 编

页数：63

译者：杨雪

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>

<<我为运动狂>>

内容概要

《我为运动狂：排球》是一本非常实用的介绍性读物。

无论你处于什么年龄段，无论你是一名专业球员，还是刚刚入门的新手，排球都是一项非常合适的运动。

在这本书里，你将看到专家所提供的专业叙述、清晰的插图和专业球员的动态照片。

本书包括以下精彩内容： 排球技巧全解——从接发球基础到进攻、防守，循序渐进地技术指导。

排球战术——观察对手的战术，然后针对他们的特点制订有效的防守和攻击策略。

排球规则详解——如何记分、场上站位、犯规处罚以及裁判手势等。

各种排球比赛介绍——从沙滩排球到公园排球，甚至还有残疾人排球比赛的相关介绍，让你全面了解排球这项运动。

<<我为运动狂>>

作者简介

译者：杨雪 编者：(英国)英国排球协会

<<我为运动狂>>

书籍目录

前言简介 一项世界运动 比赛特点设施与装备 场地 球网 网柱 排球 服装开始比赛 场地的选择 运动员站位 运动员的轮换 后排运动员比赛 三击违例 持球 发球 发球成功与失误 拦网与失误 替补换人 “自由”球员基础动作 基本技巧技巧 发球 垫球 上手传球 扣球 拦网 地面防守战术意识 团队战术得分 获胜局 其他队员职责 队员 教练比赛官员与处罚 第一裁判员 第二裁判员 记分员 巡边员 手势沙滩排球 记分与比赛 与室内排球的其他区别 奥林匹克运动会 战术 发球 上手垫球 扣杀排球的其他形式 公园排球 全民排球 坐式排球排球入门 小范围练习 在比赛中学习 场地尺寸 教学指导排球大事年表术语表

<<我为运动狂>>

章节摘录

插图：

<<我为运动狂>>

编辑推荐

《我为运动狂:排球》是“我为运动狂”系列之一，“我为运动狂”系列图书是专门为各种体育爱好者，特别是初学者量身打造的一套体育入门级自学手册类的图书，书中介绍了各种运动项目的运动规则、运动技巧以及运动心理和运动战术，配有大师级人物的亲自演示和图解说明，通俗易懂，非常适合各年龄段的体育爱好者阅读！

<<我为运动狂>>

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>