

<<轮滑>>

图书基本信息

书名：<<轮滑>>

13位ISBN编号：9787807209553

10位ISBN编号：7807209550

出版时间：2008-8

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：支二林 编

页数：74

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>

## <<轮滑>>

### 内容概要

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。本书是“阳光体育运动丛书”之《轮滑》，该书的出版，能为各级各类学校开展阳光体育运动辅以指导和帮助。

<<轮滑>>

书籍目录

第一章 概述第一节 起源与发展第二节 特点与价值第三节 比赛项目第二章 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 恢复养护第三章 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 基本技术第一节 陆地模仿练习第二节 滑行前练习第三节 初步滑行练习第四节 直线滑跑第五节 弯道滑跑第六节 起跑与冲刺第五章 基础战术第一节 抢占有利位置第二节 超越第六章 比赛规则第一节 程序第二节 裁判



#### 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>