

<<搏击操徒手体操/校园体育>>

图书基本信息

书名：<<搏击操徒手体操/校园体育>>

13位ISBN编号：9787546352459

10位ISBN编号：7546352452

出版时间：2011-6

出版时间：张楠、冯歆雅、孙建华、苏晓明 吉林出版集团有限责任公司 (2011-06出版)

作者：张楠，冯歆雅，孙建华 编

页数：152

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>

<<搏击操徒手体操/校园体育>>

内容概要

为配合阳光体育运动的开展，吉林出版集团组织有关专家和一线体育工作者，共同编著了这套《校园体育》。

希望本丛书的出版，能为各级各类学校开展阳光体育运动辅以指导和帮助。

《校园体育：搏击操徒手体操》是该系列中的一册，收录搏击操基本技术、徒手体操场地和装备等数章内容。

<<搏击操徒手体操/校园体育>>

书籍目录

第一章 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 恢复养护第二章 搏击操概述 第一节 起源与发展 第二节 特点与价值第三章 搏击操场地和装备 第一节 场地 第二节 装备第四章 搏击操基本技术 第一节 基本步法 第二节 基本拳法 第三节 基本腿法第五章 搏击操动作组合 第一节 拳法组合 第二节 腿法组合 第三节 拳腿组合第六章 徒手体操概述 第一节 起源与发展 第二节 特点与价值第七章 徒手体操场地和装备 第一节 场地 第二节 装备第八章 徒手体操基本技术 第一节 单人动作 第二节 双人动作 第三节 集体动作第九章 徒手体操比赛规则 第一节 程序 第二节 裁判

编辑推荐

盛世奥运举国同辉。

北京奥运会来临之际，教育部、国家体育总局、共青团中央联合启动“全国亿万青少年学生阳光体育运动”。

这是我国新时期加强青少年体育锻炼、增强青少年体质的战略举措。

为配合阳光体育运动的开展，吉林出版集团组织有关专家和一线体育工作者，共同编著了这套《校园体育丛书》。

希望本丛书的出版，能为各级各类学校开展阳光体育运动辅以指导和帮助。

《截拳道跆拳道》为该运动系列丛书之一，主要介绍了截拳道、跆拳道，由张楠等编著。

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>