

<<软式排球>>

图书基本信息

书名：<<软式排球>>

13位ISBN编号：9787807209447

10位ISBN编号：7807209445

出版时间：2008-8

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：赵锦锦 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>

<<软式排球>>

内容概要

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。

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，促使青少年养上成体育锻炼的良好习惯。

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

<<软式排球>>

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 准备姿势第二节 移动第三节 发球第四节 垫球第五节 传球第六节 扣球第七节 拦网
第五章 基础战术第一节 个人战术第二节 集体战术第六章 比赛规则第一节 程序第二节 裁判

<<软式排球>>

章节摘录

第一章 概述第一节 起源与发展软式排球是排球运动家族的新成员。

它是人们根据自身运动的要求，合理地改变球的原料而创建的一项新兴体育运动。

一、起源20世纪80年代初，软式排球诞生于日本的山梨县，随后流传到日本各个地方，它最初只是作为家庭成员和中老年人健身、娱乐的体育活动项目。

1988年8月，日本排协制定了软式排球竞赛规则，6个月后，在神奈川县举办了第1届全日本软式排球培训班。

1988年10月，日本山梨县举行了“全日本家庭软式排球比赛”。

1989年4月，日本正式出版了第一本

<<软式排球>>

编辑推荐

《软式排球》是由吉林出版社出版的。

<<软式排球>>

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>