

<<健美操>>

图书基本信息

书名：<<健美操>>

13位ISBN编号：9787040169669

10位ISBN编号：7040169665

出版时间：2008-6

出版时间：高等教育出版社

作者：黄宽柔

页数：239

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

《普通高等学校体育教育专业主干课系列教材：健美操》是由教育部组织编写的普通高等学校体育教育本科专业教材。

全书共4章，从理论到实践两方面介绍了健美操的基本理论、基本技术、锻炼设计、练习方法、教学指导、创编原则等内容。

由于本教材内容丰富，形式多样，具有较大的选择性，既是体育教育专业本科主干必修课的统编教材，也适用于普通高等学校本科、专科，中等职业学校及成人教育学院的选修课教学，还可以作为课外健美操锻炼和训练的参考用书。

<<健美操>>

书籍目录

第一章 健美操基本知识第一节 健美操运动概述第二节 健美操锻炼指导第三节 健美操的组织教学第四节 健美操的观赏指导第二章 健美操基础训练第一节 健美操基本动作训练第二节 健美操身体能力训练第三节 竞技健美操基本难度动作训练第三章 健美操套路实践第一节 健身健美操第二节 竞技健美操第三节 时尚健美操第四章 健美操创编指导第一节 健美操造型创编第二节 健美操队形设计第三节 健美操音乐选配第四节 健美操套路创编附录 健美操常用英语词汇参考文献

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>