第一图书网, tushu007.com

<<体育素质活动户内运动指导>>

图书基本信息

书名：<<体育素质活动户内运动指导>>

13位ISBN编号：9787533655341

10位ISBN编号：7533655346

出版时间：2010-5

出版时间：时代出版传媒股份有限公司，安徽教育出版社

作者：陈斌

页数：312

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

第一图书网, tushu007.com

<<体育素质活动户内运动指导>>

内容概要

《体育素质活动户内运动指导》的编写，旨在提高青少年的思想道德素质，培养青少年的能力和个性，促进青少年身心健康的发展。
内容涵盖了文化素质、科技素质、心理健康素质、思想道德素质、礼仪素质、体育素质、活动课素质、环境教育、安全教育、法制教育等11大方面。
素质教育作为一种教育思想，以育人为本。
实施素质教育是社会发展的需要，是面对21世纪高新科技挑战的必然要求，是国家教育改革的必然选择。

第一图书网, tushu007.com

<<体育素质活动户内运动指导>>

书籍目录

第一章 中国象棋第一节 象棋基本规则第二节 中国象棋中的杀着与胜和定式第三节 象棋布局的常见套路第四节 象棋中局战术第五节 象棋残局浅说第二章 国际象棋第一节 国际象棋行棋规定第二节 国际象棋的棋子实力价值第三节 国际象棋残局基础第四节 国际象棋的布局原理第五节 国际象棋的战术配合第三章 围棋第一节 围棋的胜负第二节 围棋的气第三节 常用的吃子方法第四节 行棋的基本手法第五节 围棋的金角银边草肚皮第六节 围棋中的定式第七节 围棋布局的类型第八节 围棋中盘战术第九节 围棋中的打劫第十节 围棋的“ 收官 ”第四章 其他棋类第一节 跳棋第八章 体操各项目动作技术第一节 队列队形第二节 徒手体操第三节 轻器械操第四节 双杠第五节 单杠第九章 体操的保护与帮助第一节 概述第二节 体操保护与帮助的运用第十章 舞蹈基本理论第一节 舞蹈概述第二节 舞蹈常用术语及记写方法第十一章 舞蹈基础第一节 舞蹈基本练习第二节 交谊舞……第十二章 健身与健美第十三章 器械健美锻炼第十四章 实用健美操第十五章 实用健美方法指南

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

庄家通常可以领牌，有时还有决定将牌花色的权利。
领牌游戏开始时，一般由发牌人打出的第一张牌叫“ 领牌 ”。
有时在有些游戏中则可能规定为发牌人左侧或右侧.定约人左侧或右侧的人领牌。
有时在一圈牌中首先打出来的一张牌也叫“ 领牌 ”。
基牌指每一圈中打出的第一张牌。
基牌在一圈中有特殊权力，其余牌手必须跟打（有些游戏也可不跟打）。
如果基牌是红心，其他牌手若没有红心牌的话，即便拿其他花色最大的牌A，也是红心花色的牌获胜，其他花色的牌只可作弃牌。
但是，在有将牌游戏中，将牌可以吃掉基牌。
跟牌基牌打出之后，其他牌手根据基牌的花色和点力，每人也打出一张牌.即为“ 跟牌 ”。
在很多游戏中，往往要求跟牌鲋花色必须与基牌的花色一样，只有在手中没有这一花色的牌时，才可以打出其他花色的牌，这叫。
垫牌 ”。
弃牌从手牌中打出的与基牌不同花色的非将牌，又称废牌或垫牌。
将吃在领打者打出某一花色的基牌时，其他牌手自己手中若没有这种花色的牌时.可以用将牌来吃进，这叫“ 将吃 ”。
逼出用某种方式强迫对方打出某一张大牌栗，即攻出或跟出一张足够大的牌.迫使对方用最大的一张牌来赢进}或者连续打出这样的大牌，直到对方用最大的一张牌来赢进为止。
牌墩在一位牌手首先攻出一张牌后，其余的牌手依次各打出一张牌，这样的一圈牌即构成一个牌墩。
圈、盘、局一个圈次。
多指参加游戏的牌手每位各打出一张牌所完成的一个循环。
有些游戏没有这种明确的圈次概念。
每发L次牌，当所有的桌牌和每位牌手的手牌均打光成为弃牌时，即为一盘，每一盘包括许多圈次。
以打完规定的盘数或者不计盘数而以达到预先确定的目标为标志·即为一局结束，每一局包括不同的盘散。
缺门原始的一手手牌中，缺少某一种花色的牌。
单张原始的一手手牌中，某一种花色的牌只有一张。
同花手牌皆为同一花型，叫“ 同花 ”，两手同花牌，以最大的一张牌牌点为大。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

提高青少年素质是21世纪教育改革的重任。
要提高青少年的素质，就要充分发展青少年的个性，唤起他们的主体意识，发挥他们的积极主动性，有针对性地对他们进行全方位的培养。
我们针对以上需要，结合国家对青少年素质教育的要求，参考大量的资料、案例和相关著作，选取了一些经典事例编写了本系列丛书，力求把各项素质的教育理论知识转化为普及性读本，并渗透于青少年日常生活中。
这些系统的学习，将提高我国青少年的国际竞争力，使青少年更有担当重任的能力。

第一图书网, tushu007.com

<<体育素质活动户内运动指导>>

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