

<<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>