

<<玩的艺术>>

图书基本信息

书名：<<玩的艺术>>

13位ISBN编号：9787810513593

10位ISBN编号：7810513591

出版时间：1999-01

出版时间：北京体育大学出版社

作者：海克尔(德)

译者：丁鹏

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>

<<玩的艺术>>

书籍目录

- 目录
- 前言
- 导论
- 通过协调能力的培养进行安全教育
- 1定向能力的培养
 - 1.1运球
 - 1.2小型球类游戏
 - 1.3不同形式的滚翻
- 2反应能力的培养
 - 2.1跑和捕猎游戏
 - 2.2使用球的反应游戏
- 3平衡能力的培养
 - 3.1在固定底板上的平衡练习
 - 3.2在摇晃底板上的平衡练习
- 4韵律能力的培养
 - 4.1使用绳子的练习
 - 4.2单独、双人、三人的跑和跳过障碍 也可以用手抓住障碍物
 - 4.3运动任务 同步执行
 - 4.4韵律助跑
 - 4.5使用音乐
- 5分辨能力的培养
 - 5.1带球技巧
 - 5.2投掷目标
 - 5.3跳、跳跃物体、跳跃目标
 - 5.4在绳、圈和吊架上摇荡
 - 5.5在双杠、单杠上的爬行和吊挂
- 6综合练习形式 通过跨跃器械通道的灵活跑动培养
- 协调能力
- 6.1跑的路线
- 6.2用器械组合练习实例
- 7小学体育教学课教法介绍
 - 7.1关于授课方法的提示
 - 7.2关于装卸器械的建议
- 8授课实例
- 9草图复制

<<玩的艺术>>

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>