

《普通高等学校公共体育专业选修课程稀

图书基本信息

书名：《普通高等学校公共体育专业选修课程系列教材·排球2003》

13位ISBN编号：9787563341412

10位ISBN编号：7563341412

出版时间：2003-8

出版社：

作者：常智等

页数：140

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

书籍目录

第一章 排球文化第一节 排球运动简介第二节 排球运动的特点第三节 排球运动与体能发展第四节 我国排球运动的发展概况第五节 世界排球运动的发展概况第二章 排球技术第一节 排球技术概述第二节 排球基本技术与练习第三节 排球基本技术水平的自我评价第三章 排球战术第一节 排球战术概述第二节 阵容配备与位置交换第三节 战术与打法第四节 排球战术练习中的自我评价第四章 排球健身娱乐方法第一节 排球健身计划的制定第二节 排球的健身价值及体能发展第三节 排球练习中易出现的损伤及其防治第五章 排球竞赛与欣赏第一节 排球竞赛的组织工作第二节 排球竞赛的主要规则与裁判方法第三节 排球比赛与欣赏第六章 沙滩排球第一节 沙滩排球概述第二节 沙滩排球的规则及裁判方法第三节 沙滩排球的技术与战术第七章 软式排球第一节 软式排球的憧憬第二节 软式排球的技术及其特色第三节 软式排球的主要规则及裁判法第四节 软式排球的乐趣与健身主要参考书目附表软式排球比赛记分表

章节摘录

插图：

《普通高等学校公共体育专业选修课程稀

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:www.tushu000.com