

《教你玩中学游泳》

图书基本信息

书名：《教你玩中学游泳》

13位ISBN编号：9787500923459

10位ISBN编号：7500923457

出版时间：2003-1-1

出版社：人民体育出版社

作者：东岛新次,堂下雅晴

页数：172

译者：赵振平

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

《教你玩中学游泳》

内容概要

本书作者积20年经验，将颇有难度的游泳技术深入浅出地教授给读者。相信中国读者也会喜欢上这种形式新颖、技术要求灵活、轻松愉快的水上游戏。它将给您和您的家人带来无限乐趣，也许在不知不觉的游戏过程中，您的孩子正一步步向奥运会游泳冠军迈进。

本书还可作为基层游泳教练员的参考用书。

书籍目录

第一章 在水中玩耍（嬉水）

1 利用浴缸熟悉水性

2 利用淋浴熟悉水性

.....

第二章 学会四种游泳姿势

1 打水滑行练习

2 脸浸在水中不呼吸的自由泳练习

.....

第三章 游泳游戏100例

1 熟悉水性篇

2 初级篇

.....

第四章 啊！该参加比赛啦！

1 比赛前一个月至比赛前一天

.....

第五章 怎样挑选、培养好运动员苗子

1 一流游泳运动员的特征

.....

第六章 消除烦恼

1 解答孩子们的问题

.....

《教你玩中学游泳》

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