

《排球》

图书基本信息

书名：《排球》

13位ISBN编号：9787546314273

10位ISBN编号：7546314275

出版时间：1970-1

出版社：吉林出版集团有限责任公司

页数：122

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

《排球》

内容概要

《排球》

书籍目录

第一章 概述第一节 起源与发展 / 002第二节 场地、器材和装备 / 004第二章 运动保健第一节 自我身体评价 / 014第二节 运动价值 / 018第三节 运动保护 / 023第三章 基本技术第一节 准备姿势与移动 / 034第二节 发球 / 043第三节 传球技术 / 058第四节 垫球技术 / 066第五节 扣球 / 083第六节 拦网 / 091第四章 基础战术第一节 排球战术系统 / 100第二节 个人战术 / 102第三节 集体战术 / 106第五章 基本规则第一节 比赛方法 / 118第二节 裁判方法 / 119

《排球》

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