

<<手球棒球/校园体育>>

图书基本信息

书名：<<手球棒球/校园体育>>

13位ISBN编号：9787546352633

10位ISBN编号：7546352630

出版时间：2011-7

出版时间：陈刚、赵锦锦、郑风家、等吉林出版集团有限责任公司 (2011-07出版)

作者：陈刚，等 编

页数：151

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>

## <<手球棒球/校园体育>>

### 内容概要

盛世奥运，举国同辉。

北京奥运会来临之际，教育部、国家体育总局、共青团中央联合启动“全国亿万青少年学生阳光体育运动”。

这是我国新时期加强青少年体育锻炼、增强青少年体质的战略举措。

民族复兴，体育同行。

近世中国，面对民族危难，仁人志士坚信“少年强则国强”，号召新青年“文明其精神，野蛮其体魄”。

新中国成立后，党和政府十分重视青少年的健康成长，提出“健康第一，学习第二”、“发展体育运动，增强人民体质”等口号。

当今世界，体育水平已成为民族文明的一项重要指标。

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是，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。

<<手球棒球/校园体育>>

书籍目录

第一章 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 恢复养护第二章  
手球概述 第一节 起源与发展 第二节 特点与价值第三章 手球场地、器材和装备 第一节 场地 第二节  
器材 第三节 装备第四章 手球基本技术 第一节 站立与移动 第二节 持球与传接球 第三节 运球 第四  
节 掷界外球 第五节 守门员技术 第六节 射门 第七节 个人防守 第八节 假动作第五章 手球基础战术  
第一节 11人制手球比赛 第二节 7人制队员职责 第三节 进攻战术 第四节 防守战术第六章 手球比赛  
规则 第一节 程序 第二节 裁判第七章 棒球概述 第一节 起源与发展 第二节 特点与价值第八章 棒球  
场地、器材和装备 第一节 场地 第二节 器材 第三节 装备第九章 棒球基本技术 第一节 进攻技术 第二  
节 防守技术第十章 棒球基础战术 第一节 进攻战术 第二节 防守战术第十一章 棒球比赛规则 第一节  
程序 第二节 裁判

<<手球棒球/校园体育>>

编辑推荐

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。

这本由陈刚、赵锦锦、郑风家、岳言主编的《手球棒球》出版希望能为各级各类学校开展阳光体育运动辅以指导和帮助。

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>