

身体素质田径项目课余锻炼指南



[身体素质田径项目课余锻炼指南 下载链接1](#)

著者:金祖云

出版者:浙江大学出版社

出版时间:2006-12

装帧:平装

isbn:9787894903310

学生身体素质的发展和培养他们对田径运动的兴趣，首先要依靠体育教师的课堂教学和课余锻炼的指导，体育考生也应在体育教师的指导下进行有计划自练才能不断提高。因此，如何提高体育教师的教学技巧和课外指导的能力？报考体育专业的学生能找到适合个人特点进行自练的参考资料和对已考取高校体育院系的本科生能有一本可以指导社会实践活动与科研的专业资料，应该是当前十分需要而又值得研究的重要课题。作者针对这一课题，通过几年的努力，在总结了几十年来从事田径这一课题，并结合对教师的培训和对考生辅导等科学实验和调查数据资料的积累，同时学习参考了有关同行，专家的文献著作，编写了《身体素质田径项目课余锻炼指导》一书。本书的特点：目的性，针对性，实用性和科学性都较强，内容丰富新颖，图文并茂，通俗易懂，具有一定的实用参考价值。

作者介绍:

目录:

[身体素质田径项目课余锻炼指南_下载链接1](#)

标签

评论

[身体素质田径项目课余锻炼指南_下载链接1](#)

书评

[身体素质田径项目课余锻炼指南_下载链接1](#)