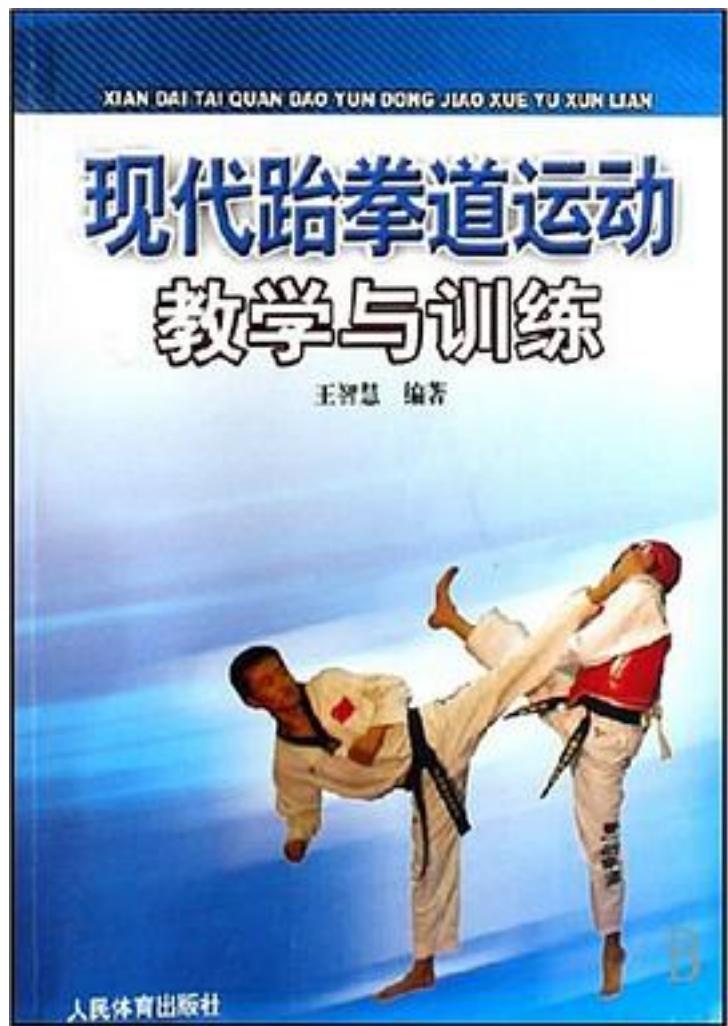


# 现代跆拳道运动教学与训练



[现代跆拳道运动教学与训练 下载链接1](#)

著者:王智慧

出版者:

出版时间:2007-7

装帧:

isbn:9787500931065

跆拳道作为奥运会的正式比赛项目，在日常生活中已成为一项集健身、防身、修身为一

体的时尚体育运动，并且以其浓厚的东方哲学意蕴感染着众多的练习者。它不仅动作简单实用、易学易懂，更重要的是练习跆拳道能够对人的精神品质和道德情操起着很深的熏陶作用，能够培养人谦逊、宽容、认真、谨慎的生活态度；磨炼自强不息、坚韧不拔、吃苦耐劳的意志品质，摒弃自身懒惰、胆怯、软弱、消极的心态，这也是跆拳道在世界范围内得到广泛传播的主要原因。

本书有以下几个特点：一、符合跆拳道训练和教学的基本要求，科学地论述了理论与实践相关的问题；二、脉络清晰、简单易懂，可以说是一本很值得跆拳道爱好者、运动员和教练员学习参考的好书；三、书中全面系统地介绍了竞技跆拳道中技、战术的训练环节，以及道馆和大众跆拳道教学课的内容与方法，具有较强的针对性和实用价值。

作者介绍：

目录：

[现代跆拳道运动教学与训练](#) [下载链接1](#)

标签

训练

竞技

〔工具书〕

【NF】

『工』

<中>

评论

[现代跆拳道运动教学与训练 下载链接1](#)

## 书评

---

[现代跆拳道运动教学与训练 下载链接1](#)