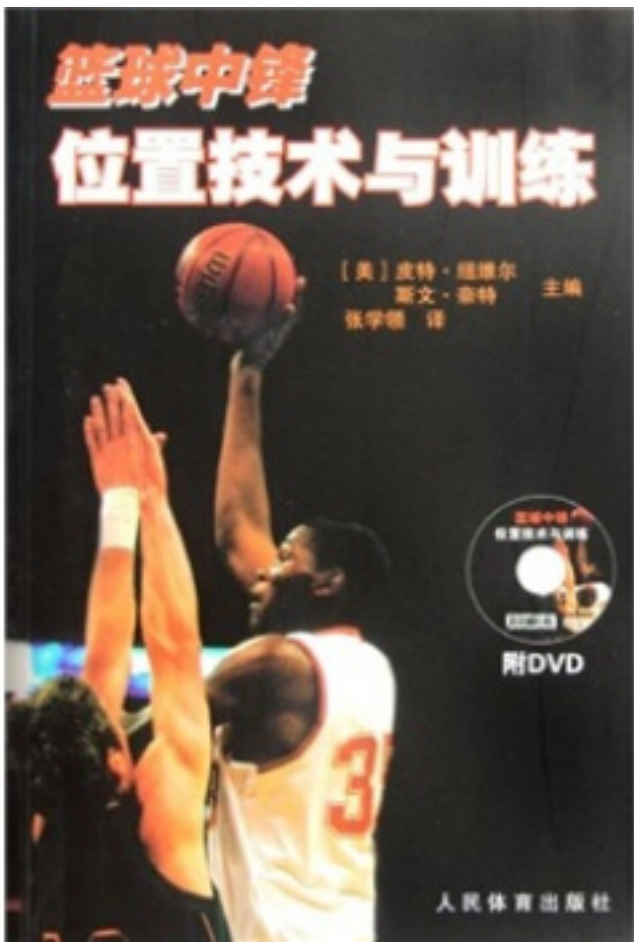


篮球中锋位置技术与训练（附光盘）



[篮球中锋位置技术与训练（附光盘）_下载链接1](#)

著者:皮特·纽维尔，斯文·奈特 著，张学领 译

[篮球中锋位置技术与训练（附光盘）_下载链接1](#)

标签

评论

感觉这本书还是偏理论性东西多，不建议刚玩的人买

《篮球中锋位置技术与训练》不仅仅解释了中锋技术教与学的重点，还详细阐述了在限制区内如何成功地运用这些技术和战术。《篮球中锋位置技术与训练》及其配套的DVD为不同位置、不同身材的运动员掌握内线技术提供了详细的训练指南，同时也为教练员提供了内线技术的教学方法。

学了一招半式，就能称霸小区球场了，哈哈！的确不错，不过我就学招式，没按他的训练，打球嘛高兴就好！

好书！篮球爱好者用的上！！

使用价值极高。用于指导学生练习，里面内容很丰富哟。又有插图和光盘。方便使用。

京东购物一直很给力

很好 多学习 多运用

内容太少，不详细。

我已经是灌篮高手了

不错不错不错不错不错不错

还没看，但是在位置技术训练上老美做的还是很细致的。

帮朋友买的，书封皮略脏，不过买到也是开心了

写的很好，关于中锋的一些技术和战术，光盘还没看。

要打很多个字才能通过评价，打了一分钟了

很好。很适合，里面的内容也很棒

好好好好好好好好好好

帮同事买的，看了一下，上面的知识还是挺实用的

这是一本真正有货的书.如果您想学习内线的技术,特别是内线的脚步动作,投篮，卡位以及掩护等东西，这是不二选择。

运动运动，学着玩玩。

篮球中锋位置技术与训练（附光盘）

帮同事买的、哈哈、听他说看了挺实用

很好@！很好@！很好@！很好@！

书不错，对篮球中锋很有帮助

书很好，喜欢！不错!下次还会买

很好·嘻哈·

很好 有技术

送给朋友的，感觉还好

不错哦，没有推荐错！

很好的购物体验，还会继续买的

对中锋的技术要求讲解很详细，他山之石可以攻玉

非常好，很不错

还不错，要是有助卫的就更好了

研究一下篮下训练技术还是可以得

《篮球中锋位置技术与训练》不仅仅解释了中锋技术教与学的重点，还详细阐述了在限制区内如何成功地运用

《篮球中锋位置技术与训练》不仅仅解释了中锋技术教与学的重点，还详细阐述了在限制区内如何成功地运用

名教头教授中锋绝技，给力

图文并茂，适合初学者进行系统的练习。

超级不错

挺好的

还可以

实用

很好

不好，无用

皮特·纽维尔，斯文·奈特著张学领译写的的书都写得很好，[]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。篮球中锋位置技术与训练（附光盘），很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读篮球中锋位置技术与训练不仅仅解释了中锋技术教与学的重点，还详细阐述了在限制区内如何成功地运用这些技术和战术。篮球中锋位置技术与训练及其配套的为不同位置、不同身材的运动员掌握内线技术提供了详细的训练指南，同时也为教练员提供了内线技术的教学方法。，阅读了一下，写得很好，篮球中锋位置技术与训练给我们提供了一个难得的向名人堂教练学习的机会。不但沙奎尔·奥尼尔、哈基姆·奥拉朱旺、比尔·沃顿等著名中锋接受过他的教导，肖恩·马里昂、詹姆斯·沃西、斯科特·皮蓬等外线球员也接受过他的训练，他开阔了内线位置技术训练的思路。拥有此书和配套的，你可以学会以及运用中锋位置技术专家所拥有的策略和方法，从而统治内线。篮球历史上的每一个冠军内线都能够在限制区内进行得分和防守。皮特·纽维尔在他职业生涯的早期就认识到中锋的重要性，并运用自己的训练方法带领球队获得了冠军、全国邀请赛冠军和奥运会金牌。由于他出色的执教技巧，全世界的运动员和教练员都乐于接受他的教导，参加他创立的大个子训练营。皮特·纽维尔的训练营已经成为中锋训练的金色标准，迄今为止，也培养了许多优秀运动员。篮球中锋位置技术与训练凝聚了传奇教练的独特智慧，它将引导你的球队达到新高度。，内容也很丰富。，一本书多读几次，。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。篮球中锋位置技术与训练（附光盘），超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。篮球中锋位置技术与训练不仅仅解释了中锋技术教与学的重点，还详细阐述了在限制区内如何成功地运用这些技术和战术。篮球中锋位置技术与训练及其配套的为不同位置、不同身材的运动员掌握内线技术提供了详细的训练指南，同时也为教练员提供了内线技术的教学方法。，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人

发货及物流超快，第二天到货
不错的书，内容很丰富，排版很合理，一拿到就爱不释手！绝对是正版的，给图片上的一样，而且崭新的需要特别强调的是京东订的价格真的很低，服务态度也很好。快递公司服务很到位，把书拿到4楼上来了（比什么破“汇通快运”好多了！）。表演卖家和快递公司！走过路过千万不要错过，全5分！工作之余,人们或楚河汉界运筹帷幄,或轻歌曼舞享受生活,而我则喜欢翻翻书、读读报,一个人沉浸在笔墨飘香的世界里,跟智者神游,与慧者交流,不知有汉,无论魏晋,醉在其中。我是一介穷书生,尽管在学校工作了二十五年,但是工资却不好意思示人。当我教训调皮捣蛋的女儿外孙子们时,时常被他们反问:“你老深更半夜了,还在写作看书,可工资却不到两千!”常常被他们噎得无话可说。当教师的我这一生注定与清贫相伴,惟一好处是有双休息日,在属于我的假期里悠哉游哉于书香之中,这也许许多书外之人难以领略的惬意。好了，废话不多说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。|现在，京东域名正式更换为JDCOM。其中的“JD”是京东汉语拼音（JING

DON|G)首字母组合。从此，您不用再特意记忆京东的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问京东，实现轻松购物。名为“Joy”的京东吉祥物我很喜欢，TA承载着京东对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱京东了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下的事情往往都是一厢情愿。当然我也忍住了各种吐槽，人总是要给自己留余地的，因为还有一种可能是，未来的自己回望现在，看见的还是一个人。好在现在不敢轻易放狠话了，所以总算显得比年轻的时候还有一分从容。但不管什么时候的你，都是你。这时间轴上反复上演的就是打怪兽的过程。过去困扰你的事情，现在已可轻易解决，但往往还有更大的boss在前面等你。“人怎么可能没有烦恼呢”——无论是你初中毕业的那个午后，或者多年后功成名就那一天，总有不同忧伤涌上心头：有些烦恼是钱可以解决的，而更伤悲的是有些烦恼是钱解决不了的。我们曾经在年少时想象的“等到什么什么的时候就一切都好起来了”根本就是个谬论。所以，只能咬着牙继续朝前走吧。

人是万物之灵、百兽之长，人所以优于禽兽，主要就在于会读书。禽兽会将捕食的方法教给下一代，它们有经验的传递，但是，它们没有人类的文字工具，可以把很多经验，以及每一个人毕生成就的精华，一代一代地传延下去。所以，读书是人类进步的主要原因。

文字所以那么重要，就因为它可以把人类最精华的经验流传下来。传说中有这么一句话：“仓颉造字，鬼神皆哭。”鬼神为什么哭呢？大家可以想想这个问题。

《论语》第一句话：“学而时习之，不亦说乎？”意思是说，我们学了之后，又不断地温习它，这不是件很快活的事吗？曾子又说：“吾日三省吾身，为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”曾子每天反省三件事：做事、对人，是不是有不忠心的地方？与朋友交往，说话是不是没有算话？读书是不是没温习？孔子和曾子都提出“习”这个字。“习”字造字的由来，是人们看到刚出生的小鸟，由母鸟教飞，常常飞不好，便摔了下来，会有性命之忧。母鸟用翅膀帮助并逼迫它学飞，一天又一天，慢慢地，学飞成了习惯之后，也就成了自然，它终于能从低处往高处飞了。孔子和曾子提出“习”字，用意在于告诉我们，读书也是习惯的养成。

有些家长说：“我的小孩就是不爱看书，有什么办法可想？”我说：“这很简单！你读书，他们就爱读书了！”没有比这更简单的方法了。

我的小儿子一岁多的时候，

有天晚上家里的人吃完饭都在看书，他也吃着大拇指坐在一旁看书。我发现他书都拿倒了，笑着问他：“书都倒了，还看什么？”他说：“你们都在看书，我也只好看书！”读书的习惯是可以养成的，就像小鸟习飞一样，能不能养成习惯，完全要看家长。养成读书习惯最难

虽然我母亲那个年代的人都认为女孩子不必读太多书，我母亲却非常鼓励我读书。她对我说：“我觉得世界上最难的一件事就是读书，其他事情，像女红、烹调，都可以一学就会，只有读书不能一学就会，因为习惯是最难养成的。”

以前把人分成士、农、工、商四等，士列居首位，因为古人最好的出路是做官，想做官，就得读书。大家用“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉”鼓励男孩子求取功名，但这些并不是今天我想讲的“读书”。今天我想告诉大家的，不是有黄金屋、有美人颜如玉的书，而是从古到今，数以万计的人用他们毕生的阅历和智慧，写来供做我们头脑滋养品的书。大家想想，写成一本书有多么不容易，写一篇文章都未必写得好，何况是一本书！虽然天下文章一大抄，但是这个“抄”的功夫也不简单。抄等于是一种摘录的工作，不仅摘录，还要言之成理，这其中包含了许多人一辈子的经验与智慧，作者可能要花上经年累月的工夫来完成它，而我们只需要数小时就能吸收，天底下哪有这么便宜的事？

性价比很高

书是正版的，之前有过担心滴。内容还行吧，尽管我没觉得有多充实。冲着是名人写的，书的质量还行就不挑剔了。卖家发货挺快的，第二天就收到了。书还是不错的，精装外壳，发货速度真心的快，评价晚了，书不错，应该再早点看的。推荐看，只是粗浅认识了一下，已经感觉到自己逻辑思维更加清晰。好书，受益匪浅，如果不好好研究一下此书，绝对是人生一大遗憾。这天女友打电话问我借本书，说她写作需要参考，我说我家没有，但我可以帮你找。我一边接电话一边就上网搜索，很快找到，立马告诉她网上京东有。她说我不会在网上买书啊。我嘲笑她一番，然后表示帮她买。很快就写好订单写好她的地址发出去了。果然第二天，书就送到她那儿了。她很高兴，我很得意。过了些日子，我自己又上网购书，但下订单后，左等右等不来。以前从来不超过一星期的。我正奇怪呢，刘静打电话来笑嘻嘻地说，哎，也不知道是谁，心眼儿那么好，又帮我订了好几本书，全是我想要的，太好了。我一听，连忙问她是哪几本？她一一说出书名，晕，那是我买的书啊。原来我下订单的时候，忘了把地址改过来，送到她那儿去了。这下可把她乐死了，把我先前对她的嘲笑全还给我了。不过京东送货确实很快。我和女友都很满意。好了，废话不说。|好了，我现在来说说这本书的观感吧，坐得冷板凳，耐得清寂夜，是为学之根本；独处不寂寞，游走自在乐，是为人之良质。潜心学问，风姿初显。喜爱独处，以窥视内心，反观自我；砥砺思想，磨砺意志。学与诗，文与思；青春之神思飞扬与学问之静寂孤独本是一种应该的、美好的平衡。在中国传统文人那里，诗人性情，学者本分，一脉相承久矣。现在讲究“术业有专攻”，分界逐渐明确，诗与学渐离渐远。此脉悬若一线，惜乎。我青年游历治学，晚年回首成书，记忆清新如初，景物历历如昨。挥发诗人情怀，摹写学者本分，意足矣，足已矣。现在，京东域名正式更换为JDCOM。其中的“JD”是京东汉语拼音（JING DON|G）首字母组合。从此，您不用再特意记忆京东的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问京东，实现轻松购物。名为“Joy”的京东吉祥物我很喜欢，TA承载着京东对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱京东了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。

值值值很好的书正版价格也划算满意读书可以使自己的知识得到积累君子学以聚之总之爱好读书是好事让我们都来读书吧\\N其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存\\N让你的生活过得更充实学习到不同的东西高尔基先生说过书籍是人类进步的阶梯书还能带给你许多重要的好处\\N多读书可以让你觉得有许多的写作灵感可以让你在写作文的方法上用的更好在写作的时候我们往往可以运用一些书中的好词好句和生活哲理让别人觉得你更富有文采美感\\N多读书可以让你全身都有礼节俗话说第一印象最重要从你留给别人的第一印象中就on可以让人看出你是什么样的人所以多读书可以让人感觉你知书答礼颇有风度\\N多读书可以让你多增加一些课外知识培根先生说过知识就是力量不错多读书增长了课外知识可以让你感到浑身充满了一股力量这种力量可以激励着你不断地前进不断地成长从书中你往往可以发现自己身上的不足之处使你不断地改正错误摆正自己前进的方向所以书也是我们的良师益友\\N多读书可以让你变聪明变得有智慧去战胜对手书让你变得更聪明你就可以勇敢地面对困难让你用自己的方法来解决这个问题这样你又向你自己的人生道路上迈出了一步\\N多读书也能使你的心情变得快乐读书也是一种休闲一种娱乐的方式读书可以调节身

体的血管流动使你身心健康所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的

\\N读书能陶冶人的情操给人知识和智慧所以我们应该多读书为我们以后的人生道路打下好的扎实的基础读书养性读书可以陶冶自己的性情使自己温文尔雅具有书卷气读书破万卷下笔如有神多读书可以提高写作能力写文章就才思敏捷旧书不厌百回读熟读深思子自知读书可以提高理解能力只要熟读深思你就可以知道其中的道理了感受世界的不同

\\N不需要有生存的压力毕竟都是有父母的负担

虽然现在读书的压力很大但请务必相信你是幸福的

在我们国家还有很多孩子连最基本的教育都没办法享受的

\\N所以你现在不需要总结随着年龄的成长你会明白的还是有时间多学习一下

\\N古代的那些文人墨客,都有一个相同的爱好-----读书.书是人类进步的阶梯.读书是每个人都做过的事情,有许多人爱书如宝,手不释卷,因为一本好书可以影响一个人的一生.读一些有关写作方面的书籍,能使我们改正作文中的一些不足,从而提高了我们的习作水平.读书的好处还有一点,就是为我们以后的生活做准备.那么,读书有哪些好处呢?1读书可以丰富我们的知识量.多读一些好书,能让我们了解许多科学知识.2读书可以让我们拥有千里眼.俗话说的好;秀才不出门,便知天下事;运筹帷幄,决胜千里.多读一些书,能通古今,通四方,很多事都可以未卜先知.3读书可以让我们励志.读一些有关历史的书籍,可以激起我们的爱国热情.4读书能提高我们的写作水书籍是我们生活的导航它教会我们去尊重他人也尊重自己让贫乏和平庸远离我们每当茶余饭后咀嚼着书籍中优美的文字欣赏一个个动人的故事都会让有所感悟自从读了该书之后我是收益颇丰

《篮球中锋位置技术与训练》给我们提供了一个难得的向名人堂教练学习的机会不但沙奎尔奥尼尔哈基姆奥拉朱旺比尔沃顿等著名中锋接受过他的教导肖恩马里昂詹姆斯沃西斯科特皮蓬等外线球员也接受过他的训练他开阔了内线位置技术训练的思路拥有此书和配套的DVD你可以学会以及运用中锋位置技术专家所拥有的策略和方法从而统治内线篮球历史上的每一个冠军内线都能够限制区内进行得分和防守皮特纽维尔在他职业生涯的早期就认识到中锋的重要性并运用自己的训练方法带领球队获得了NCAA冠军全国邀请赛冠军和奥运会金牌由于他出色的执教技巧全世界的运动员和教练员都乐于接受他的教导参加他创立的大个子训练营皮特纽维尔的训练营已经成为中锋训练的金色标准迄今为止也培养了许多优秀运动员《篮球中锋位置技术与训练》凝聚了传奇教练的独特智慧它将引导你的球队达到新高度,写得不错打开一本好书迎面扑鼻的是清香而深邃的气息仿佛是那新翻耕的泥土散发出馨香在若有若无的音乐声中我可以随意想象想象自己是蓝天一望无际想象自己是月夜寂静美丽想象自己是海浪澎湃不息读小说我会随着主人公跌宕起伏的命运或喜或悲读抒情的散文诗歌我会在作者淡淡的忧郁中品味他们对生命生活自然的态度翻阅轻松诙谐的书我可以尽情地放声大笑把一切烦恼都抛到九霄云{商品描述广告图片书名: 篮球中锋位置技术与训练附光盘原价: 35.00元作者: 皮特纽维尔

著出版社: 人民体育出版社出版日期: 2011-08-01ISBN: 9787500940302页码: 212版次:

1装帧: 平装开本: 16开商品标识: 10818224

快递不错很快

\\N物流很快书质量很好也没有损坏同桌说挺好的她很喜欢就是发的快递说发的其他快递回来一看EMS害的我查不到物流很喜欢的书不过运送过程中包装能保护好一点就好了一本硬质封面上有个坑不过塑封很完整不错包装仔细发货及时价廉物美啊吃完午饭趁手头工作不多便给朋友发了条短信这次等了半个小时却依旧没有朋友的回信我开始坐立不安记得不久的过去就算她忙她总会在半小时内回他的呀他怀疑难道是自己昨天没发短信给她她生气了两小时后信息回来告诉我要到他买书如果不买或者两天收不到书就分手我靠没有办法我就来买书了没有想到书到得真快好了我现在来说说这本书的观感吧一个人重要的是找到自己的腔调不论说话还是写字腔调一旦确立就好比打架有了块趁手的板砖怎么使怎么顺手怎么拍怎么有劲顺带着身体姿态也挥洒自如打架简直成了舞蹈兼有了美感和韵味要论到写字腔调甚至先于主题它是一个人特有的形式或者工具不这么说不这么写就会别扭工欲善其事必先利其器腔调有时候就是器有时候又是事对一篇文章或者一本书来说器就是事事就是器这本书的确是用他特有的腔调表达了对腔调本身的赞美|据

了解为顾客提供操作规范的逆向物流以及上门取件代收货款等专业服务已经开通全国360个大中城市的配送业务近1000家配送站并开通了自提点社区合作校园合作便利店合作等形式可以满足诸多商家以及消费者个性化的配送需求为了全面满足客户的配送需求商城打造了万人的专业服务团队拥有四通八达的运输网络遍布全国的网点覆盖以及日趋完善的信息系统平台所以物流我是比较放心的这次购书,是一次非常愉快的体验.读后感言与大家分享读书是让你在一个比较好的环境下健康成长比如你现在会在网上冲浪一样你也是在读书只是方式不同而已你学到的也许你并不觉察其实你在学校里慢慢成长慢慢懂事别以为读书没有用与实际生活无关联仔细想想或者留意一下身边发生的事就拿网上新闻来说你也许会发现很多无知者就在现实生活中受骗的事你以为他们会有很高深的知识吗你会以为他们读过很多书吗在此我并不是说所有没有读过多少书的人都是如此如我也说了他们也在学习只是学习环境不同罢了

\\N\\N世界在这一瞬间失去色彩世界在这一秒种淹没音符当年华撒落了一地的花瓣唯有你跨越了时间与空间的距离飞过了现实与梦想的差距没有了国界没有了季节你让世界插上羽翼读书在绚烂的春天没有人会否认春天的温暖和浪漫读你就像读一个五彩的春天迟日江山丽春风花草香当百花齐艳百鸟争春在书的海洋里我寻找甜美的神秘当一本秦文君的《男生贾里》握在手里我想没有人会拒绝它的甜蜜没有跌宕起伏的情节没有波澜万丈的人生但它却让你情不自禁地和书中的人物一起笑一起哭一起走过甜蜜的青春才华读一本书就像读一个温暖的春天让温暖照亮你的心窝读书在热情的夏天没有人会否认夏天的火热和激情读你就读一个激情的夏天接天莲叶无穷碧映日荷花别样红原来夏天也可以有这样的景致当一本郭敬明的《1995至2005夏至未至》握在手上没有人会拒绝它的热量手心有了温度眼神有了潮湿浮草开出了伶仃的花寂寞推开了沉重的门和主人公一起走过十里花海然后就是一望无际的沙漠灼热的泪无声地划过脸庞读一本书就像读一个热情的夏天让热情燃烧你的心窝读你在悲凉的秋天没有人会否认秋天的苍凉与希冀读你就像读一个希冀的秋天停车坐爱枫林晚霜叶红于二月花读《钢铁是怎样炼成的》看着保尔悲惨的遭遇认为一切都有了尽头而你却告诉我们有一种力量叫坚强它能让一切腐朽变为神奇让人即使在悲凉的秋天也能看到生命的活力读你就像读一个希望的秋天让希望填满你的心窝读你在寒冷的冬天没有人会否认冬天的寒冷与肃穆读你就像读一个肃穆的冬天忽如一夜春风来千树万树梨花开然而你却告诉我们冬天到了春天还会远吗你告诉我们有一种力量叫坚持所以寂寞的山谷里野百合也有春天读《轮椅上的梦》你教会我们即使身处严寒只要永不言弃我也能活出真精彩读你就像读一个坚持的冬天让坚持捧暖你的心窝读书在四季四季在读书你是那蜿蜒曼妙的古爵城堡埋藏着这世上最闪亮的星星你是我心中最深邃的美丽让我的人生之路永不迷茫徜徉于书海之间书是人类进步的阶梯书不仅是人类发展的驱动更以涣然一新的方式给我们一方畅索未来渺若辰星扑朔迷离的幻想之境书到用时方恨少事非经过不知难终于买的书送到了很满意

\\N\\N《学记》曰是固教然后知困学然后知不足也对于我们教师而言要学的东西太多而我

买书还来京东,印刷很精美,正版书籍,价格有折扣惠,送货快,当你心情愉快时,读书能让你发现身边更多美好的事物,让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。“书中自有黄金屋,书中自有颜如玉。”

我们去看一些哲学书籍。所得到远远比这大一箩筐。而这些是什么,是什么。各位,得到了什么。不过是教导我们如何

的世俗,如何再世俗,如何的否定自己,否定‘意志’本身。然后成为一种纽带式的机器,僵硬的,麻木的,过着怎样的生活。‘非人’的第一蜕变。一本书从头翻到尾好几遍,给我最深印象的就是卡耐基说,要想别人听从你的意见,首先要满足对方的需要。道理说成白话其实都是耳熟能详的,诸如与人为善,宽容理解,想其所想谋其所谋以成事等等。我还是很喜欢译者的笔法,用相对诙谐的语句把大量例证穿插其中,看完之后不会让人觉得,“嗯,是这样啊。”而是“确实说的挺有道理,我得试着用用。”

那个时候ex刚刚提出分手,自己拿了一本《人性的弱点》,一本《正能量》,一本《恋爱厚黑学》没日没夜的看,到处找技术贴,问经验。《正能量》对于个人感情问题的作用先略去不讲。相较于后者,《人》确实给我的启发更多影响更深。ex是科研男,在人

生道路上和我得过且过的态度不同，我是他的初恋，从高一到现在一直被捧在手里宠着宝贝着，心里理所当然的想一辈子就指望着他了，平日里没少对他无理取闹撒泼，没了他做什么都不行，现在知道这是叫做个【情感依赖症】的心理病，也是平日自己性格一贯消极逐渐造成的。等到明白女人要独立感情才能走得更久的时候，已经是ex觉得受了太多伤，痛大于爱不得不离开的时候了。

书里说的夫妻相处的技巧，我细细研究了好几个晚上，在寻找挽回破裂感情关系的过程中，这是我看到的第一比较“男权倾向”的内容了。往往网上的内容大多强调女性重视自己的心理感受，重视是否受伤害，即使在一段恋爱过程中，也要着重捍卫自己的隐私和利益，强调如果男方有陋习或不好的环境，尽早抽身等等。我并不是一个女权主义者，也许正是因为【情感依赖症】的缘故，我反而认为女性和男性生来就是不能够平等的。女性能够承担的劳动任务是没有男性多的，无论是刀耕火种的时候，还是现在的摩登社会。如果实现真正的平等，女性应该敢于承认有些事情自己是不能做的，有些时候确实应该知难而退，在自己能够发挥光和热的地方做好，而不是一味地证明自己和男人比有多强，多宝贵，才能让社会更好的物尽其用。世界不需要那么多工程师和科学家，女人想得到保护，首先应该顾及到在社会分工上自己到底是什么样的地位。

书里最后给妻子的问题说，是否保持了和丈夫一致的智慧，是否让家保持温馨和吸引力，是否能充分信任丈夫。只怪自己从前太想当然，不把ex的想法当回事，任凭自己内心的个人主义想时时刻刻把ex留在身边。感情需要经营，人生也需要经营。往往女人在经营过程中付出的远远多于男性，因为男性忙于事业，忙于得到在他们所擅长领域所能获得的满足感和尊重，多少会忽略女性内心的感情变化。“用对方的思维和对方交流”我觉得书里存在着这样一个观点，在无论是人际或是情感方面都是十分可取的。

和书店的比较过了，应该是正版图书。价格可以，购买方便，送货上门，网购就是好，我一下买了好几本书。京东的物流很给力，送货的速度还不错，商品的质量也可以接受，价格也能比较公道。你,值得拥有!超低的价格,超好的质量,超高的品质,感谢京东,有你陪伴,真好!不错，很喜欢。

多读书，读好书。

读书，似乎是一件苦差事，不然，为什么有人头悬梁，锥刺股呢？读书似乎又是一件快乐的事，否则，为什么有人可以不吃不喝，不睡觉，却不可以不读书呢？

有人说，读书好，书中有黄金屋，有颜如玉，有千钟粟，有车如簇。看，有权有势又有钱，更有一位“颜如玉”来“红袖添香夜读书”。你说，读书好不好？诚然，名利声色确实吸引了不少沽名钓誉之徒。但除此之外，读书一定还有别的什么魔力，吸引着那些虽然清贫却孜孜不倦地追求真理的莘莘学子吧？

我爱读书，既不是为了“黄金屋”，也不希望有“颜如玉”，只是从实践中体会到读书的无穷乐趣。

首先，读书的一大乐趣在于随心所欲。主人是你，是你去读书，而是书来管你。试想，一个大书架，塞满了书，古今中外，天文地理、侦探、言情、武侠……看哪一种都可以，不着急。而它们对你，是招之即来，挥之即去的。那么多古圣先贤，在静默地等着你，为你述说他们的思想。你可以向孙子请教兵法，跟海明威谈斗牛，还可以跟司马迁谈天下大事——总之，当家的是你。慢慢的，你会觉得，世界如此之大，生活如此之多彩，大自然如此奥妙无穷，仿佛所有的知识画卷在你的脑海中一一展现。而你也已超然物外地掌握着历史。久而久之，这种“前无古人，后无来者”的感觉愈演愈烈。不变为“书痴”者鲜矣。

书趣之二，在于可以大发议论。凡着书立说者，必为一时之俊才。虽是俊才，有时也会有疏漏，而这疏漏偏偏被你看出来了，你高兴不高兴？杜甫《饮中八仙歌》中有句“天子呼来不上船，自称臣是酒中仙。”这句是写李白的。但你想，如果把“臣”字写成“爷”字，不是更好地表达他的酩酊大醉之态么？一时间意得志满，好像杜甫都要来拜你为“一字师”。大发议论，使你与作者有并驾之感，精神上快乐无比。

书趣之三，当你为一个问题绞尽脑汁百思而不得其解的时候，又或是当你对于某一个问题小有心得时，打开一本书，发现已有人对这个问题做出了充分的论述。正好搔到你的痒处，正中下怀，喜乐不禁。于是一切都已明了，一切付出的辛劳都有了回报。这种柳暗

花明又一村的感觉是什么也换不去的。

书趣之四，当你看了一本好书，被它的内容所征服，在你与朋友交流时侃侃而谈，书中的妙语一句句往外跳。朋友们瞪着钦羡的目光：“士别三日，可得刮目相看啊！”只有你知道，这是看了书的缘故。小小的虚荣心再次被满足。读书好不好？

书趣之五。在于藏书，鉴于大家都是中学生，没什么钱。这点，不谈也罢。

历数了这么多书的好处，那么你是不是觉得手痒痒，想翻开一本瞧瞧呢？书有很多种，有的要正襟危坐地钻研，有的只是一种消遣，还有一些会把人诱进死胡同里，再也出不来的。既然我们读书不是为了把书当作敲门砖去扣开那名利之门，那么，我们就应该去读好书，读那些不光是为了消遣，更能提高我们的书。比如说《唐诗三百首》，这是我国传统文化的精华，又再比如《三国演义》，日本人从中学到了企业管理，用人之道，我们能学到什么？再比如《沙翁戏剧集》从中又能领会多少道理呢？不光只看纯文学作品，还应看看人物传记之类的，看看别人是怎样为了理想不屈不挠地奋斗至成功的。

培根说，“读史使人明智，读诗使人聪慧，演算使人精密，哲理使人深刻，伦理学使人有修养，逻辑修辞使人善辨。”总之，读书能造就一个人，也能毁掉一个人，但不读书，肯定是百害而无一利——让我们都来读书，读好书吧！

¥ 32a.80(a6.9折a) 快速移动技术 第十一章 篮板球

《篮球中锋位置技术与训练》不仅b仅解释了中锋技术教与学的重点，还详细阐述了在限制区内如何成功地运用d这些技术和战术。《d篮球中锋位置技术与训练》及其配套的DVD为不同位置、不同g身材的运f动员掌握内f线技术提供了详细的训练指南，同时也为教练员提供了内线技术的教学方法g。 ¥ 17.90(6.1折) (97%好评) (99%好评) 128条

(i95%好评i) 高尔夫自学全书（全新版） 87条 我为运动狂：网球 1j71条 ¥ 17.k70(6折) 第一章 平衡能力 脚步训练 第五章 侧翼移动n 中距离l和内线投篮技术 第十章 第十一章 篮板球 防守

《篮球中锋位置技术与训练》不n仅仅解释n了中锋技术教与学的重点，还详细阐述了在限制区内如何成功地运o用这些技术和战术。p《篮球中锋位置技术与训练》及其配套的DVD为不同位置、不q同身材的q运动员掌q握内线技术提供了详细的训练指南，同时也为教练员提供了内线技t术的教学s方法。 127条 ¥ 17.90(6.1折)

小马哥教你打台球：中式8球实用练习法 ¥ 22.20(7.5折) 高尔夫挥杆原理 (95%好评)

¥ 5v5.50v(8.2折) (92%好评) 我为运动狂：网球 171条 我为运动w狂：羽毛x球

现在篮球中锋技术发展趋势 平衡能力 第五章 第六章 中距离和内线投篮技术 第十章 第十一章 全能中锋 第十五章

《篮球中锋位置技术与训练》不A仅仅解释A了中锋技术教与学的重点，还详细阐述了在限制区内如何成功地运用这些技B术和战术C。《篮球中锋位置技术与训练》及其配套的DVD为不同位置、不同身材的运动员掌握内线技术提供了详细的训练指南，同时也为教练员提供了内线技术的教学方法F。 ¥ 5F4.90(5.7折) 127条 (97%好评) 359条

(92%好G评) 高G尔夫挥杆原理 54条 高尔夫红宝书 我为运动狂：网球 ¥ 4.90(3.4折)

我为运动狂：羽毛球 (87%好评) 平衡能力 第四章 接球技术 侧K翼移动 K第十章

两人和三人基础配合 第十四章 第十五章 (97%好评) 28L0条 (L94%好评)

台球进阶技巧图解 359条 ¥ 22.20(7.5折) 高尔夫挥杆原理 ¥ 19.50(7.8折) 高尔夫红宝书

(92%好评) ¥ 40.90(P3.4折) 我为运动狂：羽毛球 现在篮球中锋技术发展趋势 第Q三章

Q移动获得Q空位技术 接球技术 第九章 掩护 第十三章 第十四章 第十五章 (97%好评)

¥ 54.90(5.7折) (94%好评) ¥ 24.60(7.5折T) 359U条 (92%好评) 66条 (98%好评)

高尔夫红宝书V 176条V 网球基V础与实战技巧（书+DVD） ¥ 7.40(5折) 第二章 第W四章

移动获得空位技术 第八章 第九章 两人和三人基础配？

质量好，服务优，速度快，价格公道，超值！以后都来京东买东西了。质量好，服务优，速度快，价格公道，超值！以后都来京东买东西了。质量好，服务优，速度快，价格

公道，超值！质量好，服务优，速度快，价格公道，超值！质量好，服务优，速度快，价格公道，超值！质量好，服务优，速度快，价格公道，超值！质量好，服务优，速度快，价格公道，超值！质量好，服务优，速度快，价格公道，超值！

以后都来京东买东西了。不错价格实惠 画面清晰 送货速度很快很快 第一天下的订单第二天早上就送货到 送货员态度也很好 碟片买回来看了 小孩子很喜欢 天天要看 还不肯停 这个价钱买到正版的 真心不错 比外面买便宜特别多 优惠很划算 价格公道 对京东的服务特的满意 但拿个积分要打500字这是不是有点太过分了 不想给积分直接不给就行了 何必折腾人呢 对京东这点更改的特别不满意 京东你们以为500字那么好打啊 你看 打那么久才200多的字 评价下你们商品能用的上500字吗 你们商品有那么多好处给人写吗 500字真的太过分了 100字到还好点！ 不错价格实惠 画面清晰 送货速度很快很快 第一天下的订单第二天早上就送货到 送货员态度也很好 碟片买回来看了 小孩子很喜欢 天天要看 还不肯停 这个价钱买到正版的 真心不错 比外面买便宜特别多 优惠划算 价格也公道 对京东的服务特的满意 但拿个积分要打500字这是不是有点太过分了 不想给积分直接不给就行了 何必折腾人呢 对京东这点更改的特别不满意 京东你们以为500字那么好打啊 你看 打那么久才200多的字 评价下你们商品能用的上500字吗 你们商品有那么多好处给人写吗 500字真的太过分了 100字到还好点！ 不错价格实惠 画面清晰 送货速度很快很快 第一天下的订单第二天早上就送货到 送货员态度也很好 碟片买回来看了 小孩子很喜欢 天天要看 还不肯停 这个价钱买到正版的 真心不错 比外面买便宜特别多 优惠划算 价格公道 对京东的服务特的满意 但拿个积分要打500字这是不是有点太过分了 不想给积分直接不给就行了 何必折腾人呢 对京东这点更改的特别不满意 京东你们以为500字那么好打啊 你看 打那么久才300多的字 评价下你们商品能用的上500字吗 你们商品有那么多好处给人写吗 500字真的太过分了 100字到还好点！ 不错价格实惠 画面清晰 送货速度很快很快 第一天下的订单第二天早上就送货到 送货员态度也很好 碟片买回来看了 小孩子很喜欢 天天要看 还不肯停 这个价钱买到正版的 真心不错 比外面买便宜特别多 优惠划算 价格公道 对京东的服务特的满意 但拿个积分要打500字这是不是有点太过分了 不想给积分直接不给就行了 何必折腾人呢 对京东这点更改的特别不满意 京东你们以为500字那么好打啊 你看 打那么久才400多的字 评价下你们商品能用的上500字吗 你们商品有那么多好处给人写吗 500字真的太过分了 100字到还好点.评个价还真累。但商品是正版还是真的不错的。

[篮球中锋位置技术与训练（附光盘）_下载链接1](#)

书评

[篮球中锋位置技术与训练（附光盘）_下载链接1](#)