

# 第九套广播体操图解手册（附DVD光盘2张）



[第九套广播体操图解手册（附DVD光盘2张）\\_下载链接1\\_](#)

著者:国家体育总局 编

[第九套广播体操图解手册（附DVD光盘2张）\\_下载链接1\\_](#)

标签

评论

一整套光盘加图解加手册都全了，不错，

dvd.cd和挂图都有，官方的，各种分解动作背后示范都有，，很实用

不错，两张碟效果都很好，很清晰

商品很给力，大家赶紧买吧。

不错的音响教材，学习很方便！

寻找传说中的第九套广播体操，互联网的方式怎么颠覆这压箱底的老物件？

马上单位喊搞工间操，买了学习！

印刷精美，好评，  
，凑字点赞

是原装正品，经常购买，非常好，满意

满意！东西是正品！

本来就想买个图，后来一起买了，东西不错

很好，单位即将每天做操【微笑】

-----  
发货速度超快，服务很到位

-----  
发货速度还行，是正品，比别的电商货源足

-----  
大图挂墙上挺好的，给孩子看。

-----  
很好，公司全员推广，简单易学

-----  
挺好用的质量不错喜欢下次还来

-----  
替单位买的，还可以。

-----  
好像没有我小学时的广播体操简单，变得复杂了些。

-----  
东西不错 值得购买

-----  
正品，质量很好。送货有点慢

-----  
还不错还不错还不错哈

-----

给老人买的，促进锻炼

商品很不错，公司一直在京东购买。

用了一次，小贵

锻炼身体，身体是革命的本钱。

很好很好很好很好很好

不错，帮别人买的

配送员态度很好

买给妈妈锻炼

挺实用的东西

使用了都说好

外壳脏兮兮的

-----  
挺好的，是正品，就是有点小贵

-----  
单位买，价格不是主要考虑的

-----  
不错，好评

-----  
替单位买的

-----  
不错不错不错

-----  
很满意

-----  
选的货到付款，同事替我签收付款，写着54元，为什么收59呢

-----  
单买光盘更合适好像，合一起买不合适

-----  
是正对着做的 于是做的时候需要动作相反

-----  
正品

-----  
包装里面一张DVD（体操视频教学，有用没用就见仁见智了），一张CD（里面只有一首网上随处可见的体操伴奏音乐），一本手册（十分十分没用，里面都是些体育总局政策性文件和一些体操图示），一张挂图（很有用，但京东上有单卖的，仅需14元）。总

结：为了14元的图解花了53元。

很好

愉快

貴

好

111

good,good,good,

对京东所有物品差评，自营商品购物页面赠送东西的红字说明消费误导，欺诈行为。

东西很不错，就是还没用

很好！

正品行货，质量好

-----  
锻炼身体

-----  
非常好，喜欢，还会再来

-----  
价格实惠，送货快捷

-----  
该单位买的，全民健身。。呵呵。。。送货很快。。送货员态度也很好。。

-----  
挺好的，不错

-----  
商品质量很好！

-----  
京东正版，热卖畅销！

-----  
质量不错，现在单位天天做操。

-----  
东西不错，已查收。人们用着还可以。点赞。

-----  
搞活动买的，还不错，五星

-----  
第九套广播体操图解手册（附DVD光盘2张）

-----  
在京东购物质量可靠，送货快，放心满意。

-----  
非常非常好，有挂图、光盘、手册。

-----  
东西不错，使用中。？。。。。

-----  
单位采购 好学好用 满意

-----  
单位广播操用的，正版原装的好书籍，材料很完整全面。很好。

-----  
质量很好，锻炼身体保卫祖国

-----  
帮人买的，很大一套，还可以吧

-----  
单位组织做广播操，挺好用的。

-----  
正版 清晰 有用 已经开始学习

-----  
第九套广播体操，公司老总非得让做操，

-----  
京东购物物流快，服务态度好！



-----  
替朋友买的，看起来还不错！

-----  
不错，性价比高…满意！

-----  
正版的，不错。单位买这个挺好

-----  
正版，非常清晰，还有图书和挂图，很好

-----  
光看盒子就非常高大上~~~

-----  
物流送货非常快 很好很满意

-----  
很不错，非常适合我们。

-----  
正版，送到楼下，方便极了！

-----  
商品很不错，性价比很高

-----  
东西不错，视频与音质都不错！

-----  
以后还会买这次为单位买

-----  
挺好吃的，味道很纯正，没有其他杂味

-----  
单位搞活动用的，是正品。

-----  
第九套广播体操图解手册（附DVD光盘2张）用起来不错！

-----  
京东正版京东正版京东正版

-----  
质量好，物流快！！！！

-----  
凑够十个字,效果不错.

-----  
东西不错，给单位买的，等待时间太长，差点误事。

-----  
单位买来学做操的，质量还不错

-----  
可以吧，跟平常的差不错。不过送货速度够快的

-----  
这个商品还是不错的，挺好用的

-----

非常好，已经学会了呢，教材很全面

-----  
不错，很实用，很完整。

-----  
不错，学习的很快.....

-----  
公司学广播体操买的，很好，还有图示，非常方便

-----  
非常满意。。。。。。。。。

-----  
很好，质量不错，送货挺快的

-----  
网上购物很方便，京东送货时间上能把握，收货方便。

-----  
正常

-----  
好好好好好好好好好好

-----  
感觉还不错，光盘内容很好

-----  
质量好，物流快！！！！

东西不错，快递给力。

是正品，不是盗版的，只不过里面的视频内容没有预期的那么清楚，DVD应该很清楚才对；

[illegible]

hao!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

套装很好，公司集体运动用的，发货也很及时，赞一个。

非常满意！ 满意非常！

牙膏搞活动买的 还可以

包装挺大，不错不错。

已经跟着学做了，易学，满意。

很好，是正版的。挺满意。

可以，还行！ 可以，还行！

单位购买用，值得购买

商品很好，送货及时，快递师傅态度很好。

质量好，服务优，速度快，价格公道，超值！  
价格很优，送货很快，十分满意。感谢感谢！  
一如继往的支持京东商城，为什么是京东的忠实顾客呢，因为具我了解，京东所有产品都是跟厂家真接合作，其它网站很多是中间代理商供货，内部消息，还有很是自己网站的业务员设立的公司，自己  
供货，遇到好卖的自己生产了供给网站，所有有很多时间买到的是盗版，假货，京东就不一样了，都是直接找到生产厂家，一手供货，有些人可能看到这样的评价以为是京东的托，我在这里保证，绝对不是。请你相信。  
一如继往的支持京东商城，为什么是京东的忠实顾客呢，因为具我了解，京东所有产品都是跟厂家真接合作，其它网站很多是中间代理商供货，内部消息，还有很是自己网站的业务员设立的公司，自己  
供货，遇到好卖的自己生产了供给网站，所有有很多时间买到的是盗版，假货，京东就不一样了，都是直接找到生产厂家，一手供货，有些人可能看到这样的评价以为是京东的托，我在这里保证，绝对不是。请你相信。

最后还是说说这次买的产品的质量很好，价格很优，送货很快，十二分满意。再次感谢！质量好，服务优，速度快，价格公道，超值！  
价格很优，送货很快，十分满意。感谢感谢！  
一如继往的支持京东商城，为什么是京东的忠实顾客呢，因为具我了解，京东所有产品都是跟厂家真接合作，其它网站很多是中间代理商供货，内部消息，还有很是自己网站的业务员设立的公司，自己  
供货，遇到好卖的自己生产了供给网站，所有有很多时间买到的是盗版，假货，京东就不一样了，都是直接找到生产厂家，一手供货，有些人可能看到这样的评价以为是京东的托，我在这里保证，绝对不是。请你相信。  
一如继往的支持京东商城，为什么是京东的忠实顾客呢，因为具我了解，京东所有产品都是跟厂家真接合作，其它网站很多是中间代理商供货，内部消息，还有很是自己网站的业务员设立的公司，自己  
供货，遇到好卖的自己生产了供给网站，所有有很多时间买到的是盗版，假货，京东就不一样了，都是直接找到生产厂家，一手供货，有些人可能看到这样的评价以为是京东的托，我在这里保证，绝对不是。请你相信。  
最后还是说说这次买的产品的质量很好，价格很优，送货很快，十二分满意。再次感谢！质量好，服务优，速度快，价格公道，超值！  
价格很优，送货很快，十分满意。感谢感谢！  
一如继往的支持京东商城，为什么是京东的忠实顾客呢，因为具我了解，京东所有产品都是跟厂家真接合作，其它网站很多是中间代理商供货，内部消息，还有很是自己网站的业务员设立的公司，自己  
供货，遇到好卖的自己生产了供给网站，所有有很多时间买到的是盗版，假货，京东就不一样了，都是直接找到生产厂家，一手供货，有些人可能看到这样的评价以为是京东的托，我在这里保证，绝对不是。请你相信。  
一如继往的支持京东商城，为什么是京东的忠实顾客呢，因为具我了解，京东所有产品都是跟厂家真接合作，其它网站很多是中间代理商供货，内部消息，还有很是自己网站的业务员设立的公司，自己  
供货，遇到好卖的自己生产了供给网站，所有有很多时间买到的是盗版，假货，京东就不一样了，都是直接找到生产厂家，一手供货，有些人可能看到这样的评价以为是京东的托，我在这里保证，绝对不是。请你相信。  
最后还是说说这次买的产品的质量很好，价格很优，送货很快，十二分满意。再次感谢！  
！

-----  
好东东 好商品 看的舒心

-----  
上班前活跃大家气氛，舒展身体

-----  
很好，不错相当满意，下次再来。

-----  
这是第九套广播体操最全面的版本：有挂图、有说明书、有视频的DVD碟片、有音频的CD碟片。图像非常清晰，学习很方便。包装也非常精美，就是作为收藏也很值啦。

-----  
图像清晰，动作较为标准

-----  
这是一件非常好的商品，不管是书籍还是vcd都是很好的。

-----  
教学讲解很详细，容易学

-----  
广播体操因其具有简单易行、运动量适宜、受客观条件限制少、易于普及与推广等特点，被誉为“国操”是当之无愧的。今年是广播体操颁布60周年，单位上专门购买了这套手册和DVD光盘来学习，现在已经有了很好的成绩，在上级单位组织的比赛中获得了名次。

-----  
买的有些多了，但是学会了！

-----  
给老妈买的，对着做做操还不错。

-----  
我看了这本书籍很好，有不错的感想。认真学习了这本书，给我几个感受  
①多向互动，形式多样.互动的课堂，一定的活动的课堂，生活的课堂。互动的条件：平等、自由、宽松、和谐。互动的类型师生互动、生生互动、小组互动、文本互动、习题互动、评价互动。互动的形式：问题质疑、成果展示、心得交流、小组讨论、合作学习、疑难解析、观点验证、问题综述。  
②民主平等是指在学术面前人人平等，在知识面前人人平等。不因家庭背景、地区差异而歧视，不因成绩落后、学习困难遭冷落。民主的核心是遵照大多数人的意志而行事，教学民主的核心就是发展、提高多数人。可是总有人把眼睛盯在几个尖子学生身上，有意无意地忽视多数学生的存在。“抓两头带中间”就是典型的做法。但结果往往是抓“两头”变成抓“一头”，“带中间”变成“丢中间”。教学民主最好的体现是以能者为师，教学相长。信息时代的特征，能者未必一定是教师，未必一定是“好”学生。在特定领域，特定环节上，有兴趣占有知识高地的学生可以为同学“师”，甚至为教师“师”。在教学中发现不足，补充知识、改善教法、提高效益，亦可谓“教学相长”。  
③我们的教师为了控制课堂，总担心秩序失控而严格纪律，导致紧张有余而轻松不足。轻松的氛围，使学生没有思想顾忌，没有思想负担，提问可以自由发言，讨论可以畅所欲言，回答不用担心受怕，辩论不用针锋相对。同学们的任何猜想、幻想、设想都受到尊重、都尽可能让他们自己做解释，在聆听中交流想法、沟通中达成共识。

④关系和谐，才能有轻松愉快；关系融洽，才能够民主平等。生生和谐、师生和谐、环境和谐、氛围和谐，都需要教师的大度、风度与气度。与同行斤斤计较，对学生寸步不让，艰难有和谐的课堂。和谐的关键在于善待“差生”，宽容“差生”。

⑤教学生抓重点.教学难免有意外，课堂难免有突变，应对教学意外、课堂突变的本领，就是我们通常说的驾驭课堂、驾驭学生的能力。对教师来说，让意外干扰教学、影响教学是无能，把意外变成生成，促进教学、改进教学是艺术。生成相对于教学预设而言，分有意生成、无意生成两种类型；问题生成、疑问生成、答案生成、灵感生成、思维生成、模式生成六种形式。生成的重点在问题生成、灵感生成。教学机智显亮点.随机应变的才智与机敏，最能赢得学生钦佩和行赞叹的亮点。教学机智的类型分为教师教的机智、学生学的机智，师生互动的机智，学生探究的机智。机智常常表现在应对质疑的解答，面对难题的措施，发现问题的敏锐，解决问题的灵活。

教育智慧求妙点.从知识到能力，从情感到智慧，教育逐步进入它的最佳境界。教育智慧表现为对教育本质的要求，对教育规律的把握，对教学艺术的领悟，对教学特色的追求。

-----  
正版真货啊~~正版真货啊~~

-----  
在京东购买商品有质量保证，非常放心，虽然有时价格不是特别便宜，但送货非常有保证，有时效性，商品非常好，用起来不错，非常方便实用，性价比也挺高的，如果多搞些优惠活动就更好了，推荐大购买。

-----  
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 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 对京东的服务特别的满意 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 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 对京东的服务特别的满意 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 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 对京东的服务特别的满意 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 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 对京东的服务特别的满意 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。

价格实惠，质量上乘，使用下来感觉不错。

包装精美，内容丰富，很好

要比赛 所以买了 广播操需要就买 单位买的

读了这本书之后，第九套广播体操图解手册（附光盘2张），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。，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，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲虚实相生，天人合一的思想，于空寂处见流行，于流行处见空寂，从而获得对于道的体悟，唯道集虚。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡留白、布白，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，第九套广播体操图解手册凝聚了众多体育工作者智慧与心血的第九套广播体操正式颁布了，这是我国体育界的一件大事，也是广大人民群众共同参与和推动全民健身事业的一件大事。谨向为此项工作付出辛勤劳动的所有同志们致以诚挚的敬意！今年是广播体操颁布60周年。1951年11月24日，中华全国体育总会筹备委员会等九部委联合发布了推广第一套广播体操的通知。此后的几十年间，广播体操因其具有简单易行、运动量适宜、受客观条件限制少、易于普及与推广等特点，成为我国亿万群众喜闻乐见的运动形式，也是我国参与人数最多的群众体育锻炼项目，就其广泛的群众基础而言，广播体操被誉为国操是当之无愧的。事业需要发展，历史更应传承。从上世纪50年代初新中国第一套广播体操颁布开始，我国已先后颁布了八套广播体操。虽然产生于不同的历史时期，但广播体操都遵循了传承、发展、创新的理念，力求反映不同的时代特征和技术特色，并发挥了其相应的历史作用。我曾经属于后一类。那时，我处于极度危险的境地。看薛老师这些话，你能觉得这是一个真实的老师，她说的话就象是邻居唠家常那样真诚自然

俗话说：“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。” 当一个婴儿降临到人间，读书就是他的逻辑起点。读书可以让我们在知识中长大，摇身变成有文化之人，懂得“家事国事天下事，事事关心”。读书使我们成长，知识使我们丰富，它宛如面包，需我们咬它，啃它，消化它！把它当作一件永不疲倦的好事来对待。一个读者，把读书定为逻辑起点，只要努力积累知识，勤奋读开慧益智的书，最终就会发现到书中的黄金屋与颜如玉，就会达到最高境界。则这最高境界也是我们每一个读书人重视和追求的终极目标。我爱读书，因为它使我懂得世间的黑白是非，它教我做高尚正直的“君子”，它给了我生活，它给了我长大的感觉，现在它依旧伴着我成长。成长其实也很快乐的，在成长的过程中，也要有读书相伴。我知道不顶千里浪，哪来万斤鱼。我要时时刻刻都读书，使自己健康快乐的成长。我知道学无止境，所以要读书，要成长。我知道只有开好花，才能结好果，我还要见缝插针，分秒必夺，使自己能长大。如今，我仍旧在读书，从中懂得了更多的知识，使它们成为养分让我快乐的成长。在我的努力奋斗中，懂得了为别人分担不开心，懂得了己所不欲，勿施于人，懂得了助人为乐。我要成长，所以我要读书，要读万卷书。人是铁，书是刚，一天不读书闷得慌。读书就是美容。喝完功夫茶后，喝一杯水，会觉得那水特别甜润。热闹的聚会后，沉静下来，会觉得那沉静格外清澄。厌倦了案板之后，恍然回忆，会觉得那平和的岁月使人向往。平和的岁月是读书的岁月，读书的岁月也是改变自己的机会。其实每个人都是在读书中慢慢成长，渐渐领悟人生的意义的。我喜欢读书，对我来说，捧读一部从未读过的杰作就像结交一位新知；重温已读过的书籍犹如与老友重逢。记住，书是人类的朋友。读书，是人生中不可缺少的一门功课，只有多读书，才能成为真正有文化、有内涵的人。在读书中成长。读书，人生中必不可少的一项生活乐趣；成长中的伴侣；生命中的一部分。读书，一项快乐的行程，有开心，也有伤心。那是生活中的五味瓶也是掌控成长中读书的方向盘。书似海洋，如星星，像天空，那样浩瀚无边，那样数不胜数；那样的多，让大家总迷茫在知识的迷宫之中。所以总需要人们去发现，探索，明白，这便是在读书中成长的一点一滴的汗水。读书让你更懂得关心别人，学会了助人为乐，明白了读书的来之不易。这便又是成长的第一步起跑线。书为友如同与人为友，我们应该选择最好的书。一本好书就像一个好朋友，从它那里我们能吸收到很多好的东西。在书的身上能寻找到在课堂上所学不到的知识，课外所找不到的欢乐。在书的海洋中畅游既是一种精神上的享受，又是一种知识上的收获。书是灯塔，给大海的孤帆引导方向；书是翅膀，载着奇异的幻想在蓝天中飞翔；书是钥匙，打开知识的大门。俗话说：“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。” 当一个婴儿降临到人间，读书就是他的逻辑起点。读书可以让我们在知识中长大，摇身变成有文化之人，懂得“家事国事天下事，事事关心”。读书使我们成长，知识使我们丰富，它宛如面包，需我们咬它，啃它，消化它！把它当作一件永不疲倦的好事来对待。一个读者，把读书定为逻辑起点，只要努力积累知识，勤奋读开慧益智的书，最终就会发现到书中的黄金屋与颜如玉，就会达到最高境界。则这最高境界也是我们每一个读书人重视和追求的终极目标。我爱读书，因为它使我懂得世间的黑白是非，它教我做高尚正直的“君子”，它给了我生活，它给了我长大的感觉，现在它依旧伴着我成长。成长其实也很快乐的，在成长的过程中，也要有读书相伴。我知道不顶千里浪，哪来万斤鱼。我要时时刻刻都读书，使自己健康快乐的成长。我知道学无止境，所以要读书，要成长。我知道只有开好花，才能结好果，我还要见缝插针，分秒必夺，使自己能长大。如今，我仍旧在读书，从中懂得了更多的知识，使它们成为养分让我快乐的成长。在我的努力奋斗中，懂得了为别人分担不开心，懂得了己所不欲，勿施于人，懂得了助人为乐。我要成长，所以我要读书，要读万卷书。人是铁，书是刚，一天不读书闷得慌。读书就是美容。喝完功夫茶后，喝一杯水，会觉得那水特别甜润。热闹的聚会后，沉静下来，会觉得那沉静格外清澄。厌倦了案板之后，恍然回忆，会觉得那平和的岁月使人向往。平和的岁月是读书的岁月，读书的岁月也是改变自己的机会。其实每个人都是在读书中慢慢成长，渐渐领悟人生的意义的。我喜欢读书，对我来说，捧读一部从未读过的杰作就像

结交一位新知；重温已读过的书籍犹如与老友重逢。记住，书是人类的朋友。读书，是人生中不可缺少的一门功课，只有多读书，才能成为真正有文化、有内涵的人。在读书中成长。读书，人生中必不可少的一项生活乐趣；成长中的伴侣；生命的一部分。读书，一项快乐的行

-----  
正版

-----  
弟弟上一年级，买了给他学的

-----  
教老人做的！正品！就是价格太贵了！

-----  
基本满意~~~基本满意~~~

-----  
性价比高，送货速度快。

-----  
给单位买的，完全符合要求。

-----  
书好，光碟好，挂图好，货真价实。就是中途物流时间长了一点，

-----  
好，有优惠，而且我们这里书店没货！

-----  
内容详尽，分析清晰~

-----  
动作分解与演示很直观，还配彩图，不错。

-----  
帮别人买的 .....

-----  
能有效锻炼身体

-----  
好好好好好好好好好好好好好好

-----  
书是正版，物流也快，以后还会来京东

-----  
帮朋友购买，内容来不及看

-----  
正品是正品，外包装压坏了 不影响

-----  
参照光碟，更容易学会，书遍的也很合理

-----  
东西很不错,价钱也便宜,JOYO还要购物数量限制,还是京东好

-----  
看上去是正品，虽然还没用，但感觉不错，很满意

-----  
实惠,划算,最重要的是快递给力

-----

比外面买优惠不少。哈哈，全民健身必须的。

-----  
配套齐全：光盘、图解、手册全包括。

-----  
最具中国特色的体育健身方法

-----  
速度非常重要速度非常重要

-----  
很不错的书，实用、发货速度快。服务好。

-----  
送货快，质量好.....

-----  
东西很不错，光盘教学很详细

-----  
东东好,性价比高,值得出手

-----  
包装不错，很精致，就是价格小贵，比单独买贵了不少。

-----  
单位买的，图书质量不错。

-----  
很好，下雨天不能出去跑步，就在家里做广播体操。

-----  
东西质量还不错，送货人员速度也快！

-----  
正在组织大家做操，真的很实用。

-----  
图解的很清楚，视频也很好。

-----  
给单位买的，自己没有用过，应该还不错。

-----  
和店里买的一样，却便宜很多！

-----  
做操用的，人性化了，呵呵

-----  
全套，比书店便宜。图有用已经上墙。书基本没有什么用。DVD非常有用，里面有示范和动作分解。效果也很好。讲解也清楚。一张CD，只是音乐，可惜不能搞成MP3格式的，有加密。总之还是很好。

-----  
还没看，不过质量不错，送货也快，送货员态度也还行，基本满意。

-----  
标准产品 很好 正版

-----  
一直想找这本书，前两天朋友让来看看，终于拿到书了。。

-----  
正版资料，价格比市面是便宜多了！真是实用和便宜兼得啊！超赞！

-----  
还是京东好，要什么有什么

-----  
书作用不大。挂图和光盘很实用。

-----  
东西不错，画面清晰，妈妈很喜欢

-----  
给朋友买的！！！！！！！！！！！！！！！！

-----  
给单位订的，可能商品紧俏所以等了很久才到货，但质量很好，用了放心

-----  
送货很快，东西也很好

-----  
单位学广播操买的 不错 就是价格小贵

-----  
清晰度很好哦，很好的教材。

-----  
图书大厦买70元哦，不过京东的货量不足

-----  
还行吧，希望你们各方面再完善些就更好了。。。

-----

印刷挺好，包装还需改进

-----  
[第九套广播体操图解手册（附DVD光盘2张）\\_下载链接1\\_](#)

书评

[第九套广播体操图解手册（附DVD光盘2张）\\_下载链接1\\_](#)