

老師： 張玉榆

書名： 淳教排球

作者： 麥梓淳

出版社：

分享：

《淳教排球》是一本深入淺出的排球教學書籍，適合各個年齡階段的排球愛好者及教練使用。這本書的最大特色在於其清晰的結構和循序漸進的教學方法，讀者不僅能夠學習基本的排球技巧，還能了解戰術和心理素質的培養，對於提升自身的排球水平有著極大的幫助。

書中介紹了各種基本技術，包括發球、傳球、扣球和防守等，每一個技術都有詳細的圖片和說明，便於讀者理解和練習。除此之外，作者麥梓淳先生還分享了許多實用的訓練方法和練習計劃，幫助讀者在訓練中保持高效與趣味。

另外，書中不僅僅局限於技術層面，還深入探討了球隊合作、溝通和心理調適等方面，幫助讀者全面提升自身的競技素質。尤其適合初學者和有志於成為教練的人士，相信能為他們提供寶貴的指導和靈感。

總體而言，《淳教排球》是一本值得推薦的好書，它不僅能幫助讀者掌握排球技術，還能培養團隊合作精神及競技意識，是排球愛好者和教練的必備良冊。無論你是想進一步提升自己的技術，還是希望能引導他人進入這項運動，這本書都能助你一臂之力。

