**《跳绳——双摇跳》学程拓展**

1.在腾讯视频搜索https://v.qq.com/x/page/p0336h67j1b.html?

观看2008年北京奥运会体操男子团体决赛，了解更多体操知识

2.购买书籍《体操》，学习体操运动中更多的技术动作

