**《踢毽子:绷踢》学程拓展**

**亲爱的同学们，通过和老师视频学习，我想你们很快就能掌握这些基本动作，你们一定对踢毽子这项运动有了更高的兴趣。凭借你们出色的学习热情和运动能力，你们很快就可以成为一名踢毽子的小能手。老师还在这里为你们提供了参考书和网站视频，以供你们可以继续学习，也可尝试自行研发新动作进行练习。**

**可参考相关指导书籍进行练习：**

**《踢毽子》 《花样踢毽》**

  

**同学们也可在输入网址**[**https://v.qq.com/x/page/c0177n2kbwf.html**](https://v.qq.com/x/page/c0177n2kbwf.html)**或搜“陈靖踢毽子教学”对照视频进行练习。**