**《小排球：准备姿势》学程拓展**

**亲爱的同学们，通过和小侨老师视频学习，我想你们很快就能掌握小排球：准备姿势这项基本技术，你们一定对排球这项运动有了更浓厚的兴趣。凭借你们出色的学习和运动能力，老师还在这里为你们提供了参考的网站视频，可供学习更多排球内容。巩固、复习准备姿势，为今后的排球学习奠定坚实的基础。加油，愿你成为一名敏捷排球的小健将。**

**在爱奇艺APP中搜索“准备姿势和移动”，对照视频进行练习，或登录网页：**

[**https://www.iqiyi.com/v\_19rr6t9nrw.html**](https://www.iqiyi.com/v_19rr6t9nrw.html)**学习《北京市青少年校园排球教学指南》中“准备姿势和移动”的内容。**