**《小排球：正面下手双手垫球》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排球垫球技术的动作要领，你们一定对排球垫球技术有了更高的兴趣，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（百度、抖音短视频app中搜索排球垫球），你们可以继续学习啊，可尝试更多难度的动作进行练习，成为一名垫球的小能手。**

**在百度中搜索“排球垫球”，对照视频进行练习，如：**

<https://www.bilibili.com/video/av92852446>

<https://www.bilibili.com/video/av92856437>

[https://tv.sohu.com/v/dXMvMzM4OTE1ODg4LzE4NzE3OTEzNi5zaHRtbA==.html](https://tv.sohu.com/v/dXMvMzM4OTE1ODg4LzE4NzE3OTEzNi5zaHRtbA%3D%3D.html)