

## <<定向运动与野外生存>>

### 图书基本信息

书名：<<定向运动与野外生存>>

13位ISBN编号：9787040191455

10位ISBN编号：7040191458

出版时间：2006-5

出版时间：高等教育出版社（蓝色畅想）

作者：张惠红

页数：190

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<定向运动与野外生存>>

### 内容概要

《定向运动与野外生存》是在全国高等学校体育教学指导委员会的指导下组织编写的，先后召开了三次讨论会，研究《定向运动与野外生存》的撰写方案。

在《定向运动与野外生存》的编写过程中，广泛听取了有关专家的意见和建议，并将最新的科研成果运用到《定向运动与野外生存》中。

《定向运动与野外生存》分上、下两篇，上篇为定向运动部分，介绍了定向运动的发展概况、基本知识、基本技能、教学指导、参加比赛、地图制作等内容；下篇为野外生存部分，介绍了野外生存概述、野外生存基本知识、野外生存基本技能、野外生存安全防范与急救等内容。

## <<定向运动与野外生存>>

### 书籍目录

上篇定向运动第一章 定向运动概述第一节 定向运动的概念、特点与价值第二节 定向运动的起源与发展第二章 定向运动基本知识第一节 定向地图第二节 指北针第三节 比赛器材与个人装备第三章 定向运动基本技能第一节 定位与定向第二节 快速行进第三节 判读地貌第四节 选择路线第五节 捕捉检查点第六节 越野跑第四章 定向运动教学指导第一节 教学方案设计第二节 实用教学手段与方法介绍第三节 组织教学建议第五章 定向运动比赛第一节 组织定向运动比赛第二节 参加定向运动比赛第三节 定向运动比赛规则与裁判职能简介第六章 定向地图的制作第一节 定向地图制作的基本步骤第二节 OCAD专用制图软件介绍第三节 简单教学用图的制作下篇野外生存第七章 野外生存概述第一节 野外生存的内涵与价值第二节 野外生存训练的教学第八章 野外生存基本知识第一节 野外生存基本装备第二节 野外生存的体适能要求第三节 野外生存基本生活条件的获取第四节 方向辨别与天气预测第九章 野外生存基本技能第一节 简单生活用具的制作第二节 基本装备的使用第三节 野外穿越行走技能第四节 野外穿越攀爬技能第十章 野外生存安全防范与急救第一节 野外险情的处理第二节 野外生存的自救与互救第三节 野外生存应急措施第四节 野外求救信号的发放与接收参考文献附录1 国际定向运动地图图例附录2 PWT定向地图符号说明

## <<定向运动与野外生存>>

### 编辑推荐

本教材是在全国高等学校体育教学指导委员会的指导下组织编写的，先后召开了三次讨论会，研究本教材的撰写方案。

在本教材的编写过程中，广泛听取了有关专家的意见和建议，并将最新的科研成果运用到本教材中。全书分上、下两篇，上篇为定向运动部分，介绍了定向运动的发展概况、基本知识、基本技能、教学指导、参加比赛、地图制作等内容；下篇为野外生存部分，介绍了野外生存概述、野外生存基本知识、野外生存基本技能、野外生存安全防范与急救等内容。

<<定向运动与野外生存>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>