

<<体育与健康>>

图书基本信息

书名：<<体育与健康>>

13位ISBN编号：9787506638395

10位ISBN编号：7506638398

出版时间：2005-8

出版时间：中国标准出版社

作者：刘守燕

页数：225

字数：360000

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>

<<体育与健康>>

内容概要

健康是人类永恒的主题，体育是促进健康最积极有效的手段。

体育既是教育的有效手段，又是教育的重要内容。

随着体育教育改革的进一步深化，学校体育确立了健康第一的教育理念，从而使我国的学校体育教育工作进入一个全新的时代。

青少年作为全民健身计划的重点实施对象，在学生阶段打下良好身体基础和掌握一套适合自身情况的科学的锻炼方法，具有十分重要的意义。

为适应时代要求，配合学校教材建设，我们编写了这本适合处于青少年阶段的大学、中专和中等技术学校学生使用的新型教材。

本书从学校实际出发，结合学校体育改革发展的新形势以及新课程标准的要求，对原有的体育教材重新进行了编写，坚持健康第一，突出健康目标；注重激发学生运动兴趣和终身体育意识的培养；以学生发展为中心，重视学生的主体地位；贴近学生的身心特点，贴近学生的健康特点，贴近学生的锻炼实际，关注个体差异与需求。

本书结合学校实际，详尽阐述了体育与健康的关系以及各种实用运动项目的具体内容和方法。本书注重理论与实践的结合，内容翔实，结构合理，具有以下几个突出特点：（1）结合新课程标准的锻炼要求，突出健康目标；（2）适合学生终生锻炼的要求；（3）注重青少年的年龄点、锻炼需要和爱好；（4）结合我国体育发展两头，编入部分广大青少年喜爱但以往教材较少出现的体育运动项目；（5）具有探索性和改革性；（6）结构设计合理紧凑，文字简练，内容翔实，图文并茂；（7）融系统性、科学性、知识性、趣味性于一体。

<<体育与健康>>

书籍目录

第一章 体育概述第二章 健康教育第三章 体育与健康第四章 生活方式与健康第五章 体育锻炼第六章 终生体育第七章 体育卫生保健第八章 体育欣赏第九章 田径运动第十章 篮球运动第十一章 排球运动第十二章 足球运动第十三章 乒乓球运动第十四章 羽毛球运动第十五章 体操运动第十六章 健美操第十七章 体育舞蹈第十八章 健美运动第十九章 民族传统体育第二十章 游泳运动第二十一章 健身运动

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>