

<<运动项目概论>>

图书基本信息

书名：<<运动项目概论>>

13位ISBN编号：9787561835210

10位ISBN编号：7561835213

出版时间：2010-7

出版时间：天津大学出版社

作者：程锡森，金海波 主编

页数：307

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>

<<运动项目概论>>

前言

为全面贯彻、实施2002年教育部颁发的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》（以下简称《纲要》），执行、落实《纲要》的基本要求，加强高校体育课程建设，提高教学质量，使学生习之有据，学习和掌握相关运动项目的理论知识和运动技术，培养对体育活动的兴趣和爱好，学会锻炼身体的方法，养成锻炼身体的习惯，达到增强体质、提高健康水平和体育运动水平以及陶冶体育文化情操的基本目的，面对高校现实状况，遵循体育课程建设规律，我们组织编写了这本《运动项目概论》。本书坚持以人为本，以突出学生的主体地位和健康为主题，以开展素质教育、培养大学生的体育意识和体育能力为主线，介绍了很多运动项目知识和有关训练比赛的内容，将“理论与实践相结合”的思路贯穿始终。本书在内容上与传统的体育教材相比有较大的调整，力求做到借鉴和汲取体育教学改革的最新研究成果，以最大程度满足现代大学生的需求。

教材内容讲究针对性和实用性，力求做到精练规范、涵盖面广、通俗易懂、指导性强。

希望本书既能作为普通高校体育教学用书，又能为大学生进行课外体育锻炼提供指导。

本书由王超英教授担任主审，由程锡森、金海波担任主编，由冯岩、张毅、刘买如担任副主编，其他编写人员有（按姓氏笔画排列）王东、汤丹凤、刘超、朱旂旒、陈康、胡毅、高丽、蔡杰等老师。

<<运动项目概论>>

内容概要

本书以突出学生的主体地位和健康为主题，以开展素质教育、培养大学生的体育意识和体育能力为主线，注重理论和实践的结合，介绍了大学中比较普及的运动项目知识和有关训练比赛的内容，并对运动项目的比赛观赏进行了简要论述，最大程度地满足现代大学生的需求。

本书讲求针对性和实用性，力求做到精练规范、涵盖面广、通俗易懂、指导性强。

本书既能作为普通高校体育教学用书，又能为大学生进行课外体育锻炼提供指导。

<<运动项目概论>>

书籍目录

第一篇 总论 第一章 运动项目概述 第一节 运动项目的产生与发展 第二节 运动项目的特点 第二章 运动项目的分类 第一节 分类的意义和基本要求 第二节 分类的途径与方法

第二篇 田径运动 第三章 田径运动概述 第一节 田径运动的概念及术语 第二节 田径运动的起源及发展 第三节 田径运动的功能及特点 第四章 田径运动项目及分类 第一节 世界田径运动比赛项目及分类 第二节 我国田径运动比赛项目及分类 第五章 田径运动项目的基本技术 第一节 跑的基本技术 第二节 跳跃的基本技术 第三节 投掷的基本技术 第六章 田径运动场地 第一节 径赛场地介绍 第二节 田赛场地介绍 第七章 田径运动规则 第一节 田径运动的一般规则 第二节 田径运动的比赛欣赏

第三篇 球类运动 第八章 篮球 第一节 篮球运动概述 第二节 篮球运动的基本技术 第三节 篮球运动的基本战术 第四节 篮球运动的一般规则 第五节 三人篮球 第六节 篮球运动的比赛欣赏 第九章 排球 第一节 排球运动概述 第二节 排球运动的基本技术 第三节 排球运动的基本战术 第四节 排球运动的一般规则 第五节 排球运动的比赛欣赏 第十章 足球 第一节 足球运动概述 第二节 足球运动的基本技术 第三节 足球运动的基本战术 第四节 足球运动的一般规则 第五节 小足球的规则 第六节 足球运动的比赛欣赏 第十一章 网球 第一节 网球运动概述 第二节 网球运动的基本技术 第三节 网球运动的基本战术 第四节 网球运动的一般规则 第五节 网球运动的比赛欣赏 第十二章 羽毛球 第一节 羽毛球运动概述 第二节 羽毛球运动的基本技术 第三节 羽毛球运动的一般规则 第四节 羽毛球运动的比赛欣赏 第十三章 乒乓球 第一节 乒乓球运动概述 第二节 乒乓球运动的基本技术 第三节 乒乓球运动的基本战术 第四节 乒乓球运动的双打 第五节 乒乓球运动的一般规则 第六节 乒乓球运动的比赛欣赏

第四篇 体操运动 第十四章 基本体操 第一节 基本体操概述 第二节 基本体操的内容 第十五章 艺术体操 第一节 艺术体操概述 第二节 艺术体操的基本技术 第三节 艺术体操比赛的一般规则 第四节 艺术体操的比赛欣赏 第十六章 健美操 第一节 健美操概述 第二节 健美操的基本技术及教学 第三节 健美操特殊项目介绍 第四节 健美操比赛的一般规则 第五节 健美操的比赛欣赏 第十七章 体育舞蹈 第一节 体育舞蹈概述 第二节 体育舞蹈的教学 第三节 体育舞蹈的形体基础训练 第四节 健身舞蹈基本技术与花步组合介绍 第五节 拉丁舞基本技术与基本组合介绍 第六节 摩登舞基本技能与基本组合介绍 第七节 体育舞蹈的比赛欣赏

第五篇 武术运动 第十八章 武术 第一节 武术运动概述 第二节 武术运动的基本技术 第三节 武术运动的基本套路 第四节 剑术运动 第五节 武术的一般规则 第六节 武术运动的比赛欣赏 第十九章 散手 第一节 散手运动概述 第二节 散手运动的基本技术 第三节 散手运动的基本战术 第四节 散手运动的一般规则 第五节 散手运动的比赛欣赏

第六篇 水上运动 第二十章 水上运动概论 第二十一章 游泳 第一节 游泳运动概述 第二节 游泳运动的基本内容 第三节 场地、器材简介 第四节 用途与案例 第五节 游泳运动的比赛欣赏

第七篇 棋牌 第二十二章 桥牌 第一节 桥牌的起源与发展 第二节 桥牌术语 第二十三章 围棋

第八篇 时尚运动 第二十四章 时尚运动概述 第二十五章 定向运动 第一节 定向运动概述 第二节 定向运动的基本知识 第三节 定向运动的一般规则 第二十六章 户外运动 第一节 户外运动概述 第二节 户外运动的种类 第三节 户外运动与身体健康 第四节 户外运动与心理健康参考文献

<<运动项目概论>>

章节摘录

插图：（二）日常生活技能的规格化产生了运动项目人们在日常生活中的活动技能多种多样，除走、跑、跳、投外，还有攀登、爬越、搬运重物等，人们把这些技能加以规格化，创造了一些专门用来训练人们身体适应能力的体育手段，并逐渐发展成为运动项目。

例如，爬绳、爬竿就是把“爬”规格化后形成的项目，3000m障碍、跨栏等则是日常越过障碍动作的规格化。

（三）运动项目的发展与教育息息相关原始人类在长期的生产和生活实践中，由于自然的和社会的知识不断积累、生产工具不断改进、生产力不断提高，劳动技能日趋多样化、复杂化。

这时，人们逐渐意识到对未来生活必须有所准备，劳动经验、生活技能和身体素质必须产生某种继承、传授、学习和训练，才能使下一代更好地生存和发展，这种继承、传授、学习、训练的过程，就是早期教育的原始形态。

原始的运动项目主要是一些生产技能的传授，而原始的生产技能又多是些极笨拙的体力劳动，因此，在原始教育中运动的技能是主要的内容和手段。

可见，运动项目中的各种体育技能自问世之初就是一种教育人、培养人的手段。

早期教育孕育了体育，后来又为体育的形成和发展奠定了基础。

我国殷商时期的“学宫”就把习射作为教育的主要内容，周代的“六艺”（礼、乐、射、御、书、数）中的“射”、“御”也包含了众多运动项目的因素；在古希腊斯巴达的教育体系中，把军事和体育运动项目列为主要的教学科目。

进入资本主义社会，教育对其体系中的运动项目内容和形式不断提高了要求，现代运动项目更是如此

。

<<运动项目概论>>

编辑推荐

《运动项目概论》由天津大学出版社出版。

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>