

<<大学体育与健康>>

图书基本信息

书名：<<大学体育与健康>>

13位ISBN编号：9787811002065

10位ISBN编号：781100206X

出版时间：2009-6

出版时间：北京体育大学出版社

作者：陈万章 编

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>

<<大学体育与健康>>

内容概要

随着我国高等教育的逐步深化，大学生的素质教育将成为高等教育的主旋律。

体育课程是寓身心和谐发展、思想品德教育、文化科学教育、生活与体育技能教育于身体活动并有机地结合的教育过程，是实施素质教育和培养全面发展人才的重要途径。

大学体育课程是学校课程体系的重要组成部分，是高等学校体育工作的中心环节。

《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》明确指出：“学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强体育工作。

”教育部也强调要把学校体育工作的重心切实放到面向全体学生，全面提高学生的身心健康水平上来。

基于上述要求，我们根据教育部颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》，针对目前我国高校公体教学的实际情况，牢牢把握素质教育、健康第一和以人为本的指导思想，始终遵循大学体育是学校体育教育的终点，同时又是大学生实现终身体育的起点的编写方针，组织了这本教材的编写，旨在不断增强大学生的体育参与意识，提高他们的体育技能和健康行为方式，培养他们进行终身锻炼的好习惯。

本书在继承传统体育教材篇章格式的基础上，融入现代高校体育教育的新理念，如快乐体育和终身体育等；既涵盖了面，又突出了点，对高校学生迫切需要了解的有关体育知识，在一些章节侧重地做了较为详细的阐述，对一些推广类的项目则做了简要的介绍；在追求面向全体学生的同时，以发展学生的个性，培养学生的终身体育锻炼习惯和终身体育能力为核心，力求使本教材主次分明，实用性更强。

本书理论篇由张伦厚老师编写，实践篇由王永红老师牵头带领我校各体育专项老师共同编写而成。我们衷心地希望广大师生和专家能对本教材提出宝贵的意见，以便我们今后对教材进行修订，并逐步加以完善和提高。

<<大学体育与健康>>

书籍目录

理论篇

第一章 大学体育概述

第二章 体育锻炼与健康

第三章 行为与健康

第四章 体育锻炼的科学基础

第五章 体育锻炼的科学方法

第六章 运动、营养与健康

第七章 体育锻炼的保健与卫生

第八章 体育健康测评

第九章 运动与欣赏

第十章 奥林匹克运动

实践篇

参考文献

<<大学体育与健康>>

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>