

<<当代大学体育>>

图书基本信息

书名：<<当代大学体育>>

13位ISBN编号：9787811006322

10位ISBN编号：7811006324

出版时间：2008-5

出版时间：史光辉、何贤波、陈玉玲、宋丽亚 北京体育大学出版社 (2008-05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>

<<当代大学体育>>

内容概要

《当代大学体育》在追求面向全体学生的同时，又以发展学生的个性为核心，力求使本教材主次分明，实用性更强。

本教材在继承传统体育教材篇章格式的基础上，又有以下一些特点：1注重体育的教育性。

本教材融入现代高校体育教育的新理论，重视教育观念和体育观念的更新，既涵盖了基本面，又突出了重点。

注重通过教育的全过程，促使学生在德、智、体等方面得到全面发展，并使学生终身受益。

2详尽的介绍了相关体育知识。

对高校学生迫切了解的体育知识，在部分章节做了较为详细的论述，对一些推广类的项目也做了简要的介绍。

3坚持健康与体育的有机结合。

本教材坚持目的和手段的统一，克服了以往教材中存在的单纯介绍体育或健康的现象，努力实现健康与体育的有机结合。

4突出健康教育兼顾竞技体育。

突出健康体育并不是完全排斥竞技体育，而是要体现有轻有重，坚持突出重点、兼顾一般的原则。

5较强的实用性。

<<当代大学体育>>

书籍目录

理论知识篇第一章 高校体育概述第一节 体育的起源与发展第二节 体育的功能第三节 高校体育的目标与基本要求第二章 健康教育概述第一节 健康的本质第二节 影响大学生健康的因素第三节 大学生的身心特点第四节 养成良好的生活方式第三章 体育运动的生理学基础第一节 体育锻炼与人体运动系统第二节 体育锻炼与心肺功能第三节 体育锻炼与能量供应第四节 体育锻炼与神经系统第五节 运动性疲劳与恢复第六节 体育锻炼的原则第四章 体育卫生与运动损伤的预防第一节 体育锻炼的基本常识第二节 运动损伤的处理方法第三节 运动性疾病的产生原因、处置与预防第四节 女子运动卫生保健第五章 学生体质健康标准第一节 《学生体质健康标准》的内容与锻炼方法第二节 《学生体质健康标准》的测试方法第三节 《学生体质健康标准》测试成绩评价第六章 体育法学第一节 概述第二节 体育法的产生和发展第三节 体育法的制定和实施第四节 体育的组织与管理第五节 社会体育法律制度第六节 学校体育法律制度第七节 竞技体育法律制度第八节 体育社会团体法律制度第九节 《体育法》亟待完善的部分法律制度运动实践篇第七章 田径运动第一节 跑第二节 跳跃第三节 投掷第四节 基本规则与运动赏析第八章 游泳运动第一节 熟悉水性第二节 游泳运动基本技术第三节 游泳救护知识第四节 基本规则与运动赏析第九章 球类运动第一节 篮球第二节 排球第三节 足球第四节 乒乓球第五节 羽毛球第六节 网球第七节 藤球第八节 手球第十章 武术运动第一节 武术运动概述第二节 24式太极拳第三节 散打第四节 跆拳道第五节 擒拿格斗第十一章 形体健身运动第一节 健美运动第二节 健美操第三节 形体健身第四节 艺术体操第五节 瑜伽第十二章 休闲运动第一节 棒球第二节 垒球第三节 高尔夫球第四节 轮滑第五节 体育舞蹈第六节 攀岩第七节 定向越野

<<当代大学体育>>

编辑推荐

《当代大学体育》由北京体育大学出版社出版。

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>