

<<大学体育理论教程>>

图书基本信息

书名：<<大学体育理论教程>>

13位ISBN编号：9787811011593

10位ISBN编号：781101159X

出版时间：2004-12

出版时间：南京师范大学出版社

作者：周学荣 编

页数：234

字数：294000

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>

<<大学体育理论教程>>

内容概要

该系列教材分理论与实践两大部分。

理论部分是大学生必读教材，通过理论教学，提高大学生体育文化素养；实践部分，分项分册，学生可以依据自己所学课程内容选择教材，通过实践课的学习，使学生较精深地掌握1-2项运动技能，为终身体育打好基础。

“大学体育课程系列教材”内容丰富翔实，具有科学性、知识性、时代性、针对性、可读性、因此，它既可作为大学体育教师专用的体育教材，也可以成为大学自学的体育书籍。

《大学体育理论教程》着力对大学生进行体育文化素养的教育培养和科学体育锻炼原理与方法的系统传授，以全面提高大学生体育文化素养，并使其掌握科学体育锻炼的理论与方法，达到现时受益、终身收益之效。

<<大学体育理论教程>>

书籍目录

第一章 体育绪论 第一节 体育产生与发展 第二节 体育概念与构成 第三节 体育功能第二章
高等学校体育教育 第一节 高等学校体育教育的地位与作用 第二节 高等学校体育目标 第三
节 实现高等学校体育课程目标的基本途径 第四节 当代大学生应具备的基本的体育素养 第三章
现代生活方式与体育运动 第一节 现代生活方式的特征 第二节 现代生活方式中的亚健康因素
第三节 体育与现代生活方式的构建第四章 体育文化 第一节 文化的概念 第二节 体育文化
的概念 第三节 体育文化的地位 第四节 体育文化的本质 第五节 体育文化的价值 第六节
东西方体育文化及它们的融合第五章 体育与心理健康 第一节 身体锻炼与心理健康 第二节 身
体活动产生积极心理效益的原因 第三节 身体锻炼对心理健康产生的副作用 第四节 学校体育与
大学生心理健康第六章 体育锻炼与人的社会化 第一节 体育锻炼的社会学基础 第二节 体育锻
炼对人的社会化作用 第三节 体育与人的现代化第七章 体育锻炼 第一节 体育锻炼的概念和基
本原理 第二节 体育锻炼对身体的作用 第三节 体育锻炼的基本原则 第四节 体育锻炼的内容
和方法第八章 体育锻炼效果的检查与评定 第一节 体育锻炼效果检查与评定的意义 第二节 体
育锻炼效果检查与评定的主要指标及标准 第三节 体育锻炼效果检查与评定中的主要指标的测量方
法介绍第九章 体育锻炼与保健 第一节 体育锻炼对常见疾病的预防 第二节 体育锻炼中的损伤
预防与处理 第三节 体育锻炼常见的生理反应与处理第十章 体育锻炼与营养 第一节 营养是运
动的基础 第二节 体育锻炼与合理营养 第三节 合理营养与健康第十一章 养生的理论与方法
第一节 对“养生”的认识 第二节 养生的理论观念 第三节 养生的方法与实践第十二章 运动
会与运动竞赛的组织编排 第一节 运动会组织 第二节 运动竞赛的组织方法 第三节 运动竞赛
制度与编排方法第十三章 奥林匹克运动 第一节 古代奥林匹克运动会 第二节 近代奥林匹克运
动的产生和发展 第三节 奥林匹克运动的思想体系 第四节 中国与奥林匹克运动附录 名人论体
育 第一篇 体育之研究 第二篇 体育颂 第三篇 生命在于运动 第四篇 健身粹语

<<大学体育理论教程>>

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>