第一图书网, tushu007.com

<<野外生活生存>>

图书基本信息

书名：<<野外生活生存>>

13位ISBN编号：9787040148565

10位ISBN编号：7040148560

出版时间：2004-10

出版时间：高等教育出版社

作者：刘擎，韩宏义　主编

页数：205

字数：230000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书以国家教育2002年颁发的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的主要内容和基本要求为依据编写，经全国高等学校体育教学指导委员会审定。
全书理论联系实际，深入浅出地介绍了野外生活生存的基本知识、基本技能、锻炼方法、评价方法和组织方法。
本书既可作为普遍高等院校及高职高专学生的体育教材，也可作为体育爱好者的自学用书。

<<野外生活生存>>

书籍目录

基础篇　第一章　野外生活生存概述　　第一节 野外生活生存起源与发展　　第二节 野外生存训练价值　第二章　野外常识　　第一节 野外装备　　第二节 野外着装　　第三节 野外天气的预测　　第四节 野外常见伤病的防治　　第三章　野外活动基本技能　　第一节 野营　　第二节 野外饮食　　第三节 野外娱乐　　第四节 野外行走和穿越　　第五节 绳索的打结与捆绑　　第六节　攀登、下降、保护　　第七节 实用游泳　　第八节 水上活动提高篇　第四章　野外生存技能　　第一节 丛林生存技能　　第二节 孤岛生存技能　第五章　野外生活生存的自我锻炼　　第一节 自我锻炼的一般原则　　第二节 自我锻炼范例　第六章　野外生活生存俱乐部　　第一节　俱乐部组织与管理　　第二节　策划野外活动　　第三节　组织野外活动附录1　我国野生动植物保护法律法规简介附录2　《野外生活生存》选修课教学大纲之一附录3　《野外生活生存》选修课教学大纲之二附录4　野外生活生存活动案例参考文献

第一图书网, tushu007.com

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