

<<体育文化导论>>

图书基本信息

书名：<<体育文化导论>>

13位ISBN编号：9787040206036

10位ISBN编号：704020603X

出版时间：2009-11

出版时间：高等教育出版社

作者：方爱莲，赵晓红 主编

页数：432

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>

## <<体育文化导论>>

### 内容概要

本教材编写的指导思想是：以人为本、健康第一，把学生的综合素质和可持续发展作为教育的重点，为学生自学、自练、自调、自控、自测能力的发展创造条件，给学生终身从事体育锻炼打好基础。

总括全书，体现出以下特色： 1. 综合性。

不仅阐述相关理论知识，而且体现体育技能介绍；不仅阐述竞技运动技能的做法、学法与裁判法，而且体现休闲、娱乐体育技能的做法、学法与裁判法的介绍。

既体现体育，又关注养生；既体现大学时代的体育教育，又关注素质教育和可持续发展教育。

2. 针对性。

针对大学生的学习、生活及成长的特点，对大学生在校的体育学习和体育锻炼给予指导，同时也为学生毕业后的终身体育锻炼打下基础。

3. 实用性。

不仅运动技能实用，而且理论篇中的内容既体现对学生基本技能培养，又简要实用。

全书分为两篇，共二十六章，其中理论篇九章，实践篇十七章。

<<体育文化导论>>

书籍目录

理论篇 第一章 新时期大学生的健康教育 第二章 大学生的生理、心理特点与体育锻炼 第三章 体育的学科基础 第四章 大学体育文化 第五章 科学体育锻炼与健身 第六章 中国传统养生文化 第七章 女性的一生与体育锻炼 第八章 班主任与班级体育 第九章 小型运动竞赛的组织与编排实践篇 第十章 田径运动 第十一章 篮球运动 第十二章 排球运动 第十三章 足球运动 第十四章 网球运动 第十五章 乒乓球运动 第十六章 羽毛球运动 第十七章 形体与健身运动 第十八章 民族传统运动 第十九章 体操运动 第二十章 跆拳道运动 第二十一章 台球运动 第二十二章 轮滑运动 第二十三章 定向运动 第二十四章 游泳运动 第二十五章 保龄球运动 第二十六章 登山运动主要参考文献

## &lt;&lt;体育文化导论&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：一、大学生的心理特点（一）自我意识发展的特点 1.关心自身的成长 大学生具有更广泛的社会接触面，更为丰富的科学文化知识。

同时，他们在家庭、学校中的地位也有了明显的变化，周围的人们都把他們当作成人看待。

他们在生活、学习、课外活动中遇到的矛盾日益增多，还面临着对未来生活和专业、工作的选择。

这些都会引起他们对人生意义的思考：自己要成为一个什么样的人，自己的一生应该怎样度过……他们希望了解自己的性格和品德上的优缺点，重视别人对自己的议论和态度，关心自己才能的增长，自我评价比少年时期更现实、更客观、更全面。

2.自尊心进一步发展 绝大多数大学生都期望自己在集体中居于适当的地位，获得较高的评价，得到人们的重视。

当得到好的成绩，为集体和社会争得荣誉，受到人们的肯定评价时，会更加深刻地体会到人的尊严感。

大学时期是形成人生观的关键时期。

大学生即将走向社会，面临着在事业、理想、生活、处事等各方面的抉择。

他们大多数人都要思考“人生到底是为了什么”这样一个严肃的问题。

他们想要弄清整个社会发展的规律，确定自己的生活目标和意义。

（二）思维发展的特点大学生的认识水平提高了，眼界更开阔，思路更广泛。

因此，他们不仅能分析各种事物和现象的主、客观因素，而且懂得事物发展的客观规律，了解各种事务和现象之间是相互联系、相互制约、对立统一在一起的，开始出现辩证思维。

这样就使得他们认识问题、解决问题的能力有所提高。

由于大学生积累了一定的知识、经验，有较强的独立思考能力，所以他们较少保守，富于想象，常会提出新的设想和见解，或者尝试用新的方法解决问题，具有思维的独立性。

他们喜欢探求事物根源，对别人的见解和习惯性的看法不盲从，喜欢怀疑和争论，具有思维的批判性。

这都是他们思维成熟的表现。

（三）情感发展的特点情绪体验强烈，两极性突出。

大学生往往可以表现出为真理和正义献身的热诚，作出惊人的、壮烈的举动；也可能处于盲目的狂热和不计后果的冲动中，作出蠢事或坏事。

情绪上这两种急性变化主要是由于个体不断增长的需求与现实生活中的矛盾引起的。

<<体育文化导论>>

编辑推荐

《体育文化导论》：高等学校教材

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>