

<<高职高专体育>>

图书基本信息

书名：<<高职高专体育>>

13位ISBN编号：9787040214802

10位ISBN编号：7040214806

出版时间：2007-5

出版范围：高等教育

作者：本社

页数：298

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>

## 前言

2005年10月28日，国务院发布了《关于大力发展职业教育的决定》，明确提出：“进一步深化职业教育教学改革。

根据市场和社会需要，不断更新教学内容，改进教学方法。

合理调整专业结构，大力发展面向新兴产业和现代服务业的专业，大力推进精品专业、精品课程和教材建设。

”2007年3月，温家宝总理在政府工作报告中指出，要把发展职业教育放在更加突出的位置，使教育真正成为面向全社会的教育，这是一项重大变革和历史任务。

在进一步深化职业教育教学改革的形势下，教材建设与改革已成为重要课题。

全国高等学校体育教学指导委员会根据这一精神，组织了全国高等学校体育教学领域的部分知名专家，对如何推进高等职业教育公共体育课程建设问题进行了研讨，并决定组织编写一本适应时代发展需求，符合高等职业教育特点的教材。

在本教材的编写过程中，力图体现如下特点：1.以人为本，遵循大学生的身心发展规律和兴趣爱好，贯彻《全国普通高等学校体育教学指导纲要》提出的体育教学“三个自主”的原则，力争最大限度满足高职、高专学生的体育需求。

2.把“健康第一”的指导思想作为选编教学内容的基本出发点，注重健身性与文化性相结合，既注重体育健身知识的传授，同时重视教材内容的体育文化含量。

3.逐步实现体育教材的立体化。

根据体育学科生动、活泼，直观性强的特点，研制了与文字教材配套的系列多媒体教学课件，为学生自学自练提供生动形象的辅助工具，为立体化教学奠定基础。

4.从实际出发，注重实效。

教材内容既要与学科发展相适应，反映体育学科的新进展、新成果，也要注意与中学体育教学内容的连贯和衔接。

教材内容力求少而精，讲求实效。

## <<高职高专体育>>

### 内容概要

《高职高专体育》从实际出发，注重实效，教材内容与科学发展相适应，反映体育学科的新进展、新成果，也要求与中学体育教学内容的连贯和衔接。教材内容力求少而精，讲求实效。

## 书籍目录

第一章 体育与人的发展第一节 人类的进化与体育的诞生第二节 不同历史时期体育与人的发展第二章 职业、健康与体育锻炼第一节 建立科学的健康观第二节 体育锻炼与健康第三节 职业与健康第四节 典型的职业类别与体育干预措施第三章 营养与健康第一节 找到你的完美膳食第二节 适合你职业的营养提示第三节 营养与健身误区第四章 保健与康复第一节 体育锻炼中的保健第二节 常见运动性伤病的防治第三节 常见运动伤病的急救技术第四节 体育康复与运动处方第五章 田径运动第一节 认识“运动之母”第二节 必有一项适合你锻炼第三节 欣赏挑战人类极限的田径运动第六章 足球运动第一节 走进足球天地第二节 足球的入门之道第三节 观赏足球比赛第七章 篮球运动第一节 走进篮球殿堂第二节 感受篮球运动第三节 观赏篮球比赛第八章 排球运动第一节 开启排球之门第二节 体验排球之乐第三节 在拓展中尽享排球之乐第四节 观赏排球比赛第九章 乒乓球运动第一节 与小小银球来结缘第二节 在乒乓王国中遨游第三节 观赏乒乓球比赛第十章 健美操第一节 结识健身“动感地带”——健美操第二节 健美操是这样练成的第三节 力与美的欣赏第十一章 武术第一节 走进神奇的武术世界第二节 你也可以成为“武林高手”第三节 不看热闹看门道——学会欣赏武术第十二章 定向运动第一节 走近定向运动第二节 参与定向运动第三节 体验与赏析定向运动第十三章 游泳第一节 走进多姿多彩的游泳世界第二节 提高驾驭水的能力第三节 游泳竞赛与锻炼附录一 奥林匹克运动附录二 《国家学生体质健康标准》

## 章节摘录

二、体育的诞生 体育，作为人类特有的文化现象，是具有实践能动性的人类改造客观世界及人自身的产物。

人的体育意识，是在人类改造世界的漫长历史中，随着人的本质的对象化和自然的人化而产生和发展起来的。

因此，体育既是一种按照人的目的、意志、理论去占有和改造世界的创造性活动，同时又是一种合乎规律性的活动。

关于体育的起源是一个十分复杂的问题。

事实上，我们今天已很难断言它究竟产生于何时。

因为，体育的史前史可以追溯到人类的一切体力和智力活动都只是为生存条件提供保证的时期。

在对体育的起源问题研究中，一个十分关键的问题是：在早期人类的生存斗争中，是哪些因素促使我们的祖先创造了一整套以改造自身为目的的身体练习。

当前，有关体育起源问题的解释存在着“战争说”、“模仿说”、“本能说”、“游戏说”、“巫术说”等多种学术流派，但唯物主义者始终坚持体育的“劳动说”，认为体育作为人类的一种特殊实践活动，源于人类的生产实践活动。

马克思指出：“由于劳动要求实际动手和自由活动，就像在农业中那样，这个过程同时就是身体锻炼。

” 心理学家威廉·冯特同样指出：“由于生活的需要迫使人去劳动，可是人在劳动中逐渐地把自己力量的实际使用看做一种快乐。

” 在他眼里，人类的原始艺术、游戏、舞蹈、竞技都是人类在劳动之余。

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>