

<<大学体育>>

图书基本信息

书名：<<大学体育>>

13位ISBN编号：9787040226911

10位ISBN编号：704022691X

出版时间：2008-1

出版时间：高等教育

作者：杨文轩

页数：222

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>>

### 内容概要

《高等学校教材普通高等教育十一五国家级规划教材大学体育》共分为七章：体育与人的发展，体育与社会发展，健康自我管理，体育与心理健康，体育与社会适应，体质健康评价与锻炼，运动项目概览等。

教材突出“健康第一”的指导思想，特别设立了体育与心理健康、体育与社会适应，使整个体系与三维健康观吻合。

同时，对丰富多彩的运动项目，只作为介绍，统揽在第七章中，剔除了许多在中学中出现过的常识性知识，增加了许多拓展性内容，这是本教材的一个亮点。

书籍目录

第一章 体育与人的发展第一节 体育对人的终极关怀第二节 体育与大学生活第三节 体育与未来人生  
第二章 体育与社会发展第一节 体育与社会发展的关系第二节 奥林匹克运动第三章 健康自我管理第一节 健康的概念第二节 健康管理第三节 个人健康管理规划第四章 体育与心理健康第一节 心理健康备受关注第二节 加强体育锻炼, 增进身心健康第五章 体育与社会适应第一节 大学生的社会适应第二节 体育与社会适应能力第六章 体质健康评价与锻炼第一节 体质健康与评价第二节 选择合适的健身方法第三节 运动安全及运动损伤的防治第七章 运动项目概览第一节 田径运动第二节 球类运动第三节 体操类运动第四节 民族民间体育运动第五节 时尚与休闲体育运动第六节 水上运动附录一 《国家学生体质健康标准》实施办法附录二 《国家学生体质健康标准》的项目指标及运用(大学部分)附录三 《国家学生体质健康标准》测试的操作方法(大学部分)附录四 国家学生体质健康标准大学类评分表  
主要参考文献



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>