

<<排球运动>>

图书基本信息

书名：<<排球运动>>

13位ISBN编号：9787040284249

10位ISBN编号：7040284243

出版时间：2010-11

出版范围：高等教育

作者：孙国民 编

页数：175

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>

## &lt;&lt;排球运动&gt;&gt;

## 前言

近些年的体质健康监测表明,我国青少年学生的耐力、力量、速度等体能指标持续下降,视力不良率居高不下,城市超重和肥胖青少年的比例明显增加。

青少年的体质健康问题引起了全社会的广泛关注,也引起了党和政府的高度重视。

为此,2006年12月23日,教育部、国家体育总局和共青团中央联合召开了新中国成立以来的第一次“全国学校体育工作会议”;2007年4月29日,教育部、国家体育总局、共青团中央正式启动了“全国亿万青少年学生阳光体育运动”;2007年5月7日,中共中央国务院颁发了《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》(下称《意见》)。

《意见》中明确指出:“广大青少年身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力。

是一个民族旺盛生命力的体现,是社会文明进步的标志,是国家综合实力的重要方面……要认真落实健康第一的指导思想,把增强学生体质作为学校教育的基本目标之一……全面实施《国家学生体质健康标准》,把健康素质作为评价学生全面健康发展的重要指标。

广泛开展‘全国亿万学生阳光体育运动’,鼓励学生走向操场、走进大自然、走到阳光下,形成青少年体育锻炼的热潮。

确保学生每天锻炼一小时……”为了适应新时期国家提出的一系列学校体育改革发展要求,以促进学生体质健康发展为根本目的,在遵循学生生长发育规律和认知规律的基础上,我们对2005年版系列教材进行了全面的修订。

本次修订是在遵循第一版“指导思想明确、突出教育功能、围绕健康促进、强调个性发展、彰显文化特色”的编写基础上,进一步强调了系列教材的实用性、针对性等特点。

具体体现在:以“健康第一”思想为指导,统领整个教材编写工作;以突出学校体育的教育功能为根本,使教材内容呈现鲜明的知识性、系统性、先进性特色;以促进学生体质健康发展为宗旨,突出教材内容的方法性、实用性,并对增强学生体质内在规律性的认识进行了系统的诠释;以满足学生的个性需求为原则,使系列教材内容丰富多彩;以适应“阳光体育运动”开展为基本要求,使教材内容能够充分反映课内外有机衔接;以先进的体育文化为引领,使教材内容集知识性、教育性、娱乐性于一体。

## &lt;&lt;排球运动&gt;&gt;

## 内容概要

《普通高等教育“十一五”国家级规划教材·高等学校教材·排球运动（第2版）》修订是在遵循第一版“指导思想明确、突出教育功能、围绕健康促进、强调个性发展、彰显文化特色”的编写基础上，进一步强调了系列教材的实用性、针对性等特点。

具体体现在：以“健康第一”思想为指导，统领整个教材编写工作；以突出学校体育的教育功能为根本，使教材内容呈现鲜明的知识性、系统性、先进性特色；以促进学生体质健康发展为宗旨，突出教材内容的方法性、实用性，并对增强学生体质内在规律性的认识进行了系统的诠释；以满足学生的个性需求为原则，使系列教材内容丰富多彩；以适应“阳光体育运动”开展为基本要求，使教材内容能够充分反映课内外有机衔接；以先进的体育文化为引领，使教材内容集知识性、教育性、娱乐性于一体。

## &lt;&lt;排球运动&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 体育与健康概述第一节 健康概述第二节 体育锻炼与健康第三节 普通高校体育教育要求第四节 校园体育文化第二章 排球运动与健康第一节 排球运动与身体健康第二节 排球运动与心理健康第三节 排球运动与社会适应能力第三章 排球运动的起源与发展第一节 排球运动的起源与传播第二节 排球运动的发展及其规则演变第三节 沙滩排球第四章 排球运动的基本技术与练习方法第一节 排球技术概述第二节 准备姿势和移动第三节 垫球技术第四节 传球技术第五节 发球技术第六节 扣球技术第七节 拦网技术第五章 排球运动的基本战术与练习方法第一节 排球战术概述第二节 排球运动个人战术第三节 排球运动集体战术第四节 基本战术的练习方法第六章 排球竞赛组织工作第一节 排球竞赛的意义和种类第二节 排球竞赛的组织工作第七章 排球主要竞赛规则与裁判手势图解第一节 排球主要竞赛规则简介第二节 裁判员执行比赛的主要手势图解第八章 排球运动的欣赏第一节 排球运动欣赏的意义和作用第二节 观赏排球运动的生理、心理机制第三节 排球运动欣赏的途径及内容附录一附录二附录三主要参考文献

## &lt;&lt;排球运动&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：体育既是物质的，又是精神的。

古代奥林匹克运动的创立和现代奥林匹克的重建，在重要的位置上是为了弘扬人类的人文精神。

现代经济活动多以一定的人文活动进行或表现为一定的人文活动。

在当代众多的人文活动因素中，几乎没有几种可以像体育那样极大地影响经济活动。

可以说当代体育文化“弥漫”于整个经济领域，既表现为动力和资源，又体现为一种推进器和润滑剂。

体育文化的这种看不见、摸不着的底蕴作用，便是企业发展中隐在的、深层的推动力。

高校体育课中的排球锻炼具有特殊的精神作用，它能把人们团结在一起，它能使人积极向上、勇于创新，它能促使个性、独特气质的形成。

所以学校体育教育不仅能强体魄、长知识、增技能，更能让学生的思想道德素质得到培养和发展。

在体育教学中渗透德育，关键是要解放思想，转变观念，结合学校和学生的实际情况，充分利用排球锻炼所具备的自身优势，大胆创新，有的放矢地使德育工作贯穿于高校体育教学的各个环节之中。

（二）如何遵守体育道德首先，要提高对体育道德的认识，树立正确的体育道德观念。

只有观念正确，才能识别哪些言行是道德的，哪些言行是不道德的，有了这种识别能力才便于在比赛中规范自己的言行，在观看排球比赛时才能不随波逐流，自觉遵守赛场规定，做文明观众。

其次，加强自己的道德修养，形成良好的体育道德习惯。

排球锻炼中个人的道德表现是现实生活的缩影，最能真实地反映一个人的思想品德状况，如果一个人平时对自己要求很严格，养成了遵守纪律的良好习惯，在排球比赛中会很自然地遵守比赛规则，毫无条件地服从裁判员的判罚，同时，也会把这种良好的行为习惯迁移到学习和生活中；相反，如果一个人平时放松对自己的要求，经常违反纪律，在排球比赛中他也不可能表现出良好的体育道德，这就是平时所说的“习惯成自然”。

第三，要大胆实践。

因为体育道德是在任何一种体育活动（如排球比赛）中非常自然地表现出来的，所以，要在实践中加强锻炼，提高自己的道德水平，有意识地实践良好的体育道德行为。

<<排球运动>>

编辑推荐

《排球运动(第2版)》：全国高等学校体育教学指导委员审定。

<<排球运动>>

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>