

<<大学体育理论与实践教程>>

图书基本信息

书名：<<大学体育理论与实践教程>>

13位ISBN编号：9787105100170

10位ISBN编号：7105100176

出版时间：2009-06-01

出版时间：民族出版社

作者：白晋湘，等编

页数：406

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>

<<大学体育理论与实践教程>>

内容概要

伴随着现代体育运动的兴起与发展，人们对体育的理解也不断加深。体育不仅是身体运动，也是教育，更是文化，它是一种有意识地以自身运动为手段，强健体魄，促进人的全面发展的社会文化现象；它不仅能增强人们的体质，而且能锻炼人们坚忍不拔的意志，培养人们吃苦耐劳的精神；它对于倡导积极健康的生活方式、构建和谐社会，都有着不可低估的作用。人们在体育锻炼中体验到的不仅仅是简单的肢体运动的和谐，还可以体验到飞扬的激情、超越的美感与交流的快乐。

大学体育作为现代体育和高等教育的重要组成部分，是培养全面、自由、和谐发展的人才的重要内容，是造就一代有竞争力、创造力、高素质的各类有用人才、提高当代大学生身心素质的有效渠道。它对于培养当代大学生终身体育意识、激发大学生对体育的参与热情，都有着极其重要的意义。

<<大学体育理论与实践教程>>

书籍目录

前言
教学参考体育知识篇
第一章 现代体育概论
第一节 现代体育概述
第二节 现代体育文化与社会发展
第三节 现代体育科学技术的发展与应用
第四节 现代奥林匹克文化与高校教育
第二章 大学体育
第一节 大学体育概述
第二节 民族院校体育的特点
第三节 校园体育文化
第三章 体育锻炼的心理科学原理
第一节 体育锻炼的心理学基础
第二节 体育锻炼与心理健康
第三节 体育运动中常见心理障碍及其疏导方法
第四章 体育运动的生理科学原理
第一节 人体运动时的能量供应
第二节 人体运动时的氧供应
第三节 体育锻炼对心肺系统的影响
第四节 运动后肌肉酸痛的产生、预防和恢复
第五节 运动性疲劳的产生与恢复
第五章 体育锻炼
第一节 体育锻炼的理论依据
第二节 体育锻炼的原则
第三节 体育锻炼的方法
第四节 健身运动处方
第五节 自然力锻炼方法
第六章 体育运动竞赛
第一节 体育运动竞赛的特征与种类
第二节 体育竞赛的制度与编排
健康知识篇
运动技能方法篇
附录

章节摘录

(三) 体育文化与宗教 体育文化与宗教的关系最早体现在原始宗教和原始体育、民族宗教和民族体育中。

根据人类学家对北美、非洲、澳洲等地原始民族的调查研究,原始的宗教仪式充满了各种集体舞蹈和身体活动。

在中国各少数民族中也可见到类似情况,如云南纳西族信仰东巴教,在祭祀、婚丧或节日中,以多达十人或百人演练的集体武术活动“东巴跳”来供奉,祭祀被视为始祖的神话人物巴什罗。随着社会的发展和进步,这些活动的宗教因素和色彩逐渐淡化,娱乐因素和价值逐渐增加,最后脱离了宗教,成为人类文化活动。

(四) 体育文化与科学技术 从体育文化的物质基础看,现代体育设施和体育器材的发展,集中体现了当代人类先进的物质文明成果,是现代人类科技进步的结晶。体育场馆的建设就深刻地体现了这一点。

科技进步在现代体育设施和体育器材上的显现是有目共睹的,人类全新发展理念也正在体育运动的发展上留下深刻的烙印,“绿色奥运”、“科技奥运”、“人文奥运”理念的提出无疑是这种烙印的直观表现形式。

北京的“新北京、新奥运”的目标,更是对人类社会自身的发展与体育运动的发展关系的全新描述。当2008年奥运会在北京成功举办时,我们的“新北京、新奥运”已向全世界诠释了中国人民对体育运动和中国社会发展关系的深刻认识,并由此推动着人类文化的进步。

(五) 体育文化与社会道德 体育精神文化是人类在长期的社会生活和体育实践中逐步形成的共同的价值观念、心理倾向和道德水准的总和,它是体育的精神支柱和活动源泉。

体育精神文化建设中泛道德性原则的普及离不开体育文化的发展。

道德的理性化发展,使之具有了政治、法律约束作用的趋势。

体育文化的泛道德性使体育娱乐、体育竞技成为了凝聚民心的一种手段。

在与竞技体育相关的体育产业发展过程中,文化的泛道德性已融入了竞技规则,成为了体育运作的平衡器和公平准则。

现代社会人们热衷于体育运动,他们所追求的并不仅仅是体育运动水平的提高和赢得比赛,他们更关注追求那种体育竞技的公平、公正,换句话说,是将追求公平、公正的社会理想移植到了体育之中。

由此,人们便不难理解为什么约翰逊在汉城奥运会上被查出因服用违禁药而赢得比赛时,加拿大人会如此愤怒和羞愧,世界会如此愤怒;也不难理解为什么世界各国都对使用违禁药物的运动员严加惩处。

因为他们玷污了体育竞技的最基本的公平、公正精神,玷污了奥林匹克精神,更重要的是,他们由此玷污了人类社会理想!

现代体育所追求的更快、更高、更强,反映了人类对未来、对自身潜能开发的永不停息的追求。

……

<<大学体育理论与实践教程>>

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>