

<<社会体育指导员培训教程>>

图书基本信息

书名：<<社会体育指导员培训教程>>

13位ISBN编号：9787303135752

10位ISBN编号：7303135758

出版时间：2012-1

出版时间：北京师范大学出版社

作者：申丽琼，邱勇 主编

页数：281

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>

## <<社会体育指导员培训教程>>

### 内容概要

本书是根据国家体育总局颁布的《社会体育指导员技术等级制度》和《社会体育指导员国家职业标准》以及对各级各类社会体育指导员条件与职责的规定，结合广大社会体育工作者的实际状况编写的。通过对本书的学习，准备申报相应等级社会体育指导员的申请者，能够进一步加深对国家关于开展社会体育工作的各项法律法规及方针政策的理解，提高工作的主动性和自觉性；丰富、充实社会体育的基础理论知识，提高社会体育工作的业务能力；加强思想道德教育；达到《制度》中相应等级社会体育指导在理论知识和技能方面的基本要求。

## <<社会体育指导员培训教程>>

### 书籍目录

- 第一章 社会体育指导员概述
  - 第一节 社会体育指导员的条件与素质
  - 第二节 社会体育指导员的工作职责及指导形式
  - 第三节 社会体育指导员的现状及发展
- 第二章 社会体育指导员技术等级制度
  - 第一节 《社会体育指导员技术等级制度》的性质和意义
  - 第二节 《社会体育指导员技术等级制度》的内容
  - 第三节 社会体育指导员技术等级的申报、审批与批准授予
  - 第四节 社会体育指导员技术等级培训对象、方式与内容
- 第三章 社会体育的内涵
  - 第一节 社会体育的概念
  - 第二节 社会体育的结构与功能
- 第四章 社会体育法规制度
  - 第一节 体育法制的基本含义
  - 第二节 体育法制建设的发展及主要内容
  - 第三节 社会体育工作的有关法规知识
- 第五章 社会体育管理的原则、职能与方法
  - 第一节 社会体育管理的概念和特点
  - 第二节 社会体育管理的原则
  - 第三节 社会体育管理的基本职能
  - 第四节 社会体育管理的方法
- 第六章 基层体育活动的组织与方法
  - 第一节 基层体育活动的组织与实施
  - 第二节 基层体育活动竞赛方法
- 第七章 休闲体育与家庭体育
  - 第一节 休闲体育本质探析
  - 第二节 休闲体育发展趋势
  - 第三节 开展休闲体育的原则和要求
  - 第四节 家庭体育的内涵及其特点
  - 第五节 我国家庭体育的发展趋势与对策
- 第八章 体育锻炼的生理卫生常识
  - 第一节 儿童少年体育卫生
  - 第二节 女子体育卫生
  - 第三节 中年人的体育卫生
  - 第四节 老年人的体育卫生
- 第九章 运动、营养与体重控制
  - 第一节 运动卫生
  - 第二节 运动与营养
  - 第三节 体重控制
- 第十章 体育健身方法
  - 第一节 练习指导过程
  - 第二节 常用身体练习方法
  - 第三节 常用体育健身器械
  - 第四节 常用健身项目与手段
  - 第五节 民族传统保健体育养生术

<<社会体育指导员培训教程>>

第六节 不同人群的体育健身

第七节 残疾人的体育健身方法

第十一章 人体测量与评价

第一节 体格的测量与评价

第二节 身体机能的测量与评价

第三节 身体素质的测量与评价

第十二章 运动中常见损伤的防护与救治

第一节 运动损伤的概念与分类

第二节 运动损伤发病原因与防护

第三节 常见运动损伤的急救

第四节 常见运动损伤

第十三章 自设内容

第一节 健身健美操

第二节 民族健身操

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>