第一图书网, tushu007.com

<<体育教程（套装上下册）>>

图书基本信息

书名：<<体育教程（套装上下册）>>

13位ISBN编号：9787305071393

10位ISBN编号：7305071390

出版时间：戴铭 南京大学出版社 (2012-07出版)

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

书籍目录

上册 体育科学文化篇 第一章 学校体育与人才素质的培养 第一节 学校体育的目标 第二节 学校体育与人才素质的培养 第二章 健身的科学方法 第一节 体育锻炼与健康 第二节 适宜的运动强度的分类 第三节 适宜的运动项目与评价 第三章 国家学生体质健康标准 第一节 《国家学生体质健康标准》测试项目与方法 第二节 《国家学生体质健康标准》评分与评价 第四章 身体锻炼 第一节 身体锻炼的原则 第二节 身体锻炼的内容 第三节 身体锻炼的方法 第四节 身体锻炼计划的制定 第五章 奥林匹克运动 第一节 奥林匹克运动 第二节 奥林匹克精神象征 第三节 中国与奥林匹克运动 第六章 体育竞赛的组织与编排 第一节 体育竞赛的组织 第二节 体育竞赛的编排 健康养生卫生篇 第七章 健康的生活方式 第一节 健康的涵义 第二节 健康的生活方式 第八章 大学生心理健康 第一节 大学生与应激 第二节 大学生心理健康 第九章 精神健康 第一节 精神疾病的种类 第二节 精神疾病的治疗方法 第十章 生殖健康 第一节 女性性健康 第二节 男性性健康 第三节 克制性冲动 第四节 性病及其预防 第十一章 养生保健 第一节 传统养生的原则 第二节 传统养生方法 第十二章 运动卫生与自我监督 第一节 运动卫生 第二节 自我监督 第三节 急救措施 第十三章 传染病的防治 第一节 感染和传染病的概念 第二节 身体预防 第三节 传染病的防治 下册 体育运动赏析篇 第十四章 篮球 第一节 篮球运动的赏析 第二节 篮球基本技术 第三节 篮球基本战术 第四节 篮球比赛主要规则 第十五章 排球 第一节 排球运动的赏析 第二节 排球基本技术 第三节 排球基本战术 第四节 排球比赛主要规则 第五节 软式排球 第十六章 足球 第一节 足球运动的赏析 第二节 足球基本技术 第三节 足球基本战术 第四节 足球比赛主要规则 第十七章 乒乓球 第一节 乒乓球运动的赏析 第二节 乒乓球基本技术 第三节 乒乓球基本战术 第四节 乒乓球比赛主要规则 第十八章 羽毛球 第一节 羽毛球运动的赏析 第二节 羽毛球基本技术 第三节 羽毛球基本战术 第四节 羽毛球比赛主要规则 第十九章 网球 第一节 网球运动的赏析 第二节 网球基本技术 第三节 网球基本战术 第四节 网球比赛主要规则 第二十章 跆拳道 第一节 跆拳道运动的赏析 第二节 跆拳道基本技术 第三节 跆拳道竞赛规则 第二十一章 大众健美操 第一节 大众健美操的赏析 第二节 大众健美操技术基础 第三节 全国健美操大众锻炼标准（第三套） 第二十二章 游泳 第一节 游泳运动的赏析 第二节 游泳的基本技术 第三节 水上救护 第二十三章 武术 第一节 武术运动的赏析 第二节 24式太极拳 第三节 初级长拳（第三路） 第四节 自我防卫 休闲自娱自乐篇 第二十四章 瑜伽 第一节 概述 第二节 瑜伽组合练习 第二十五章 保龄球 台球 第一节 保龄球 第二节 台球 第二十六章 体育舞蹈 第一节 国际标准舞 第二节 流行交际舞 第三节 街舞 第二十七章 户外运动 第一节 户外运动概述 第二节 徒步旅行 第三节 旅游登山 第二十八章 定向运动 第一节 定向运动概述 第二节 定向运动的基本技能与规则 第二十九章 通用职业素质训练 第一节 通用职业素质概述 第二节 通用职业素质训练 参考文献

章节摘录

版权页： 插图： 在奥林匹克活动中，顾拜旦循着古代奥运会的传统，采用了宣誓仪式，例如开幕典礼中的运动员、裁判员，以及新当选的国际奥委会委员等，都必须遵从这个传统。
近代奥运会的宣誓，是于1920年在第7届安特卫普奥运会上，由比利时击剑选手柏英代表运动员宣誓的。
宣誓誓词如下：“我代表全体运动员宣誓，为了体育的光荣和本运动队的荣誉，我们将以真正的体育精神参加本届奥林匹克运动会的比赛，并尊重和遵守各项规则。
”裁判员、职员宣誓，由主办国裁判员一人登台，代表全体裁判员与职员宣誓，誓词如下：“我代表全体裁判员和职员宣誓，在本届奥林匹克运动会上，我们将尊重和遵守奥林匹克运动会的一切规则，公正无私地执行大会所交付的任务。
”国际奥委会新当选的委员，必须在全体委员年会上举行宣誓仪式，他们左手执奥林匹克会旗边缘，右手举起宣誓：“我深感荣幸，被国际奥林匹克委员会选任为委员，并派驻在我的国家（国家名称）。
我深切体会所负的责任，谨愿竭尽所能为奥林匹克活动服务，保证遵守奥林匹克宪章中所述各项原则与国际奥委会的决定，并永不提出上诉。
我本身超然于任何政治、商业、种族和宗教的影响与考虑。
”

编辑推荐

《体育教程(套装共2册)》是根据《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的精神编写的。
《体育教程(套装共2册)》分上下两册，上册为理论知识，下册为运动实践。
全书共有体育科学文化、健康养生卫生、体育运动赏析、休闲自娱自乐4篇29章。

第一图书网, tushu007.com

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