

<<当代高校体育教程>>

图书基本信息

书名：<<当代高校体育教程>>

13位ISBN编号：9787307062818

10位ISBN编号：730706281X

出版时间：2008-7

出版时间：武汉大学出版社

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>

## <<当代高校体育教程>>

### 前言

进入21世纪,伴随我国经济的快速发展,现代化进程的进一步加速,给我国高等教育带来历史发展的新机遇,高校体育也面临前所未有的变革。

而加强课程体系改革,编写与此相适应的新教材是变革的基础。

中共中央、国务院第三次全国工作会议上指出:“学校教育要贯彻健康第一的指导思想”,全面推进素质教育,以适应21世纪对人才的要求。

为了认真贯彻这一思想和加强体育课程建设,提高体育教学质量,我们按照教育部颁发的《全国普通高等学校体育课程指导纲要》的基本要求,认真总结了目前高等院校体育教学现状,遵循体育课程建设的客观规律,广泛参阅了众多优秀教材,编写了这本集体育理论、基本技术原理与实践于一体的《当代高校体育教程》。

编写本教材的总体思路与指导思想:贯彻教育部2002年颁布的《全国普通高等学校体育课程指导纲要》规定的原则和要求,从大学体育教育的实际出发,结合大学体育教学与学生的实际锻炼情况,坚持以人为本,突出学生的主体地位和健康主题。

本着以育人为宗旨,以增强体育意识、学会锻炼方法、提高活动能力、培养锻炼习惯为主线,树立“健康第一”的思想,体现人本主义精神,将体育、娱乐、健康有机融为一体,引导青年学生主动接受体育教育、在欢愉中享受体育乐趣,最终达到“重新学会生存”“提高生活质量”、身心健康发展的目的。

本教程共十八章。

第一章张兆才和左从现、第二章易勤、第三章吴伟勤、第四章孔军、第五章徐志平、第六章徐元君和胡技明、第七章张向阳和左从现、第八章夏力、第九章张雪和袁富禄、第十章陶靖平、第十一章文才新、第十二章洪卫星、第十三章胡万祥和袁福禄、第十四章刘吉光、第十五章左从现、第十六章彭大松、第十七章周卉和袁荣、第十八章张兆才和易勤。

本书在编写过程中得到了全国众多高校的专家和教授的支持和帮助,在此深表感谢。

在编写和修订过程中我们参考和引用了众多的书籍、资料,在此向有关作者致以真诚的感谢。

由于编写人员水平有限,不妥之处在所难免,恳请广大读者给予批评指正。

## <<当代高校体育教程>>

### 内容概要

《当代高校体育教程》内容简介：进入21世纪，伴随我国经济的快速发展，现代化进程的进一步加速，给我国高等教育带来历史发展的新机遇，高校体育也面临前所未有的变革。

而加强课程体系改革，编写与此相适应的新教材是变革的基础。

中共中央、国务院第三次全国教育工作会议上指出：“学校教育要贯彻健康第一的指导思想”，全面推进素质教育，以适应21世纪对人才的要求。

为了认真贯彻这一思想和加强体育课程建设，提高体育教学质量，我们按照教育部颁发的《全国普通高等学校体育课程指导纲要》的基本要求，认真总结了目前高等院校体育教学现状，遵循体育课程建设的客观规律，广泛参阅了众多优秀教材，编写了这本集体育理论、基本技术原理与实践于一体的《当代高校体育教程》。

## &lt;&lt;当代高校体育教程&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 学校体育概述第一节 学校体育的概念第二节 学校体育的历史演变第三节 学校体育在高等教育中的地位与作用第四节 高等学校体育的目的和任务第五节 高等学校体育的基本途径第六节 普通高等学校体育课程目标第二章 大学生的身心健康第一节 现代健康观第二节 大学生的心理健康第三节 体育运动对身体机能的作用第四节 大学生道德与健康第五节 大学生情绪、性格与健康第六节 大学生生活环境与健康第七节 大学生人际关系与健康第三章 大学生的身体锻炼第一节 概述第二节 增强心、肺功能的耐力身体锻炼第三节 强壮、健美力量性身体锻炼第四节 消除紧张的放松身体锻炼第五节 防治疾病的健身锻炼第六节 大学生运动健身常用方法第七节 运动处方第四章 体育锻炼的营养、卫生与保健第一节 体育锻炼的营养保证第二节 体育锻炼的卫生保障第三节 运动性病症和运动性损伤第五章 奥林匹克运动第一节 奥林匹克运动会与奥林匹克运动第二节 奥林匹克思想体系第三节 奥林匹克运动与科技第四节 奥林匹克运动与中国第六章 学生体质健康评价第一节 学生体质健康测定与评价概述第二节 学生体质健康标准评价原则第三节 《国家学生体质健康标准》大学生测试项目及操作方法第四节 《国家学生体质健康标准》大学生测试项目查分表第七章 田径运动第一节 田径运动概述第二节 田径运动的分类第三节 短跑第四节 接力跑第五节 跨栏跑第六节 中长跑第七节 跳远第八节 三级跳远第九节 跳高第十节 推铅球第十一节 掷标枪第十二节 掷铁饼第十三节 田径运动的基本竞赛规则第八章 篮球第一节 篮球运动概述第二节 篮球的基本技术与练习方法第三节 篮球的基本战术第四节 篮球运动的竞赛规则及裁判法第九章 排球第一节 排球运动概述第二节 排球的基本技术与练习方法第三节 排球的基本战术第四节 排球运动的竞赛规则及裁判法第五节 软式排球第六节 沙滩排球第十章 足球第一节 足球运动概述第二节 足球的基本技术与练习方法第三节 足球的基本战术第四节 足球运动的竞赛规则及裁判法第十一章 乒乓球第一节 乒乓球运动概述第二节 乒乓球的基本技术与练习方法第三节 乒乓球的基本战术第四节 乒乓球运动的竞赛规则第十二章 羽毛球第一节 羽毛球运动概述第二节 羽毛球的基本技术与练习方法第三节 羽毛球的基本战术第四节 羽毛球运动的竞赛规则第十三章 网球第一节 网球运动概述第二节 网球的基本技术与练习方法第三节 网球的基本战术第四节 网球运动的竞赛规则第十四章 休闲球类第一节 台球第二节 保龄球第三节 高尔夫球第十五章 武术工第一节 武术运动概述第二节 初级长拳（第三路）第三节 太极拳（二十四式）第四节 初级剑第五节 散手第十六章 游泳第一节 游泳运动概述第二节 游泳的基本技术与练习方法第三节 游泳运动的竞赛规则第十七章 体育舞蹈第一节 体育舞蹈简述第二节 交谊舞的基本技术与要求第三节 交谊舞及国标舞的基本步代第十八章 户外运动第一节 登山与攀岩第二节 定向越野第三节 野外生存主要参考文献

## <<当代高校体育教程>>

### 章节摘录

插图：2.第二个历史阶段1957年党的教育方针指出：“我们的教育方针，应该使受教育者在德育、智育、体育几个方面都得到发展，成为有社会主义觉悟、有文化的劳动者。

”实施新颁布的体育教学大纲，努力提高教学质量，强调德、智、体全面发展，使学校体育得到稳步发展。

但1958年以后，在全国“大跃进”的影响下，学校体育也出现盲目追求高指标、大运动负荷，以及用劳动、军训代替体育的现象，随后遇到三年经济困难，学校体育步入低潮。

直到20世纪60年代中期，才逐渐形成“两课、两操、两活动”（即每周两节体育课、每天有早操和课间操、每周两次课外体育活动）的学校体育工作格局，学校体育又逐渐形成蓬勃发展的局面。

3.第三个历史阶段1966年，“文化大革命”开始，学校体育遭受到严重冲击和破坏。

“停课闹革命”严重摧残和破坏了中国教育事业，学校体育进入无序状态。

4.第四个历史阶段中国共产党十一届三中全会以后，国家工作的重心开始从“以阶级斗争为纲”向“以经济建设为中心”转移。

学校体育面临全面拨乱反正阶段。

1979年5月15日由教育部、国家体委、共青团中央联合在江苏扬州召开的“全国学校体育卫生工作经验交流会”，是中华人民共和国成立以来规模最大的一次学校体育卫生工作会议。

会议讨论了《高等学校体育工作暂行规定》。

随后，教育部、卫生部又发布了《高等学校卫生工作暂行规定》，形成了高等学校体育卫生的法规文件。

在这一时期内，积极推广1975年经国务院批准试行的《国家体育锻炼标准》，并组织修订了新的《国家体育锻炼标准》，于1982年7月批准执行。

为了进一步推动高等学校体育的发展，1982年8月10日在北京举行了第一届大学生运动会。

这一时期的学校体育工作不仅从法制化建设上开始了恢复阶段。

而且进入全面发展的轨道。

## <<当代高校体育教程>>

### 编辑推荐

《当代高校体育教程》是由武汉大学出版社出版的。

<<当代高校体育教程>>

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>