

<<少儿益智健体游戏>>

图书基本信息

书名：<<少儿益智健体游戏>>

13位ISBN编号：9787500931294

10位ISBN编号：7500931298

出版时间：2007-7

出版时间：杨亚琴 人民体育 (2007-07出版)

作者：杨亚琴

页数：180

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>

## <<少儿益智健体游戏>>

### 内容概要

少年儿童正处于迅速生长发育时期，体内新陈代谢旺盛，身体各组织、器官的功能，智力和心理的发育都具有很大潜力。

因此，积极参加体育锻炼，对促进少年儿童身体发育，增强体质，培养道德品质都有良好的促进作用。

《少儿益智健体游戏》旨在增强家长、老师对孩子的健身指导常识，在生活中科学引导孩子进行合理、有效的体育锻炼，使孩子、大人在娱乐、游戏中玩出健康好身体。

## &lt;&lt;少儿益智健体游戏&gt;&gt;

## 书籍目录

学点少儿心理、生理常识  
常识一：生理特点与体育锻炼的关系  
常识二：根据心理特点设计体育锻炼的目标  
家庭体育教育对孩子成长至关重要  
须知一：家庭体育教育会影响孩子一生  
须知二：准确地理解孩子的一切信号  
须知三：让孩子快乐地运动  
须知四：用自己的实际行动带动孩子进行体育锻炼  
游戏是孩子走向成熟的催化剂  
须知一：一个真正会玩的孩子，也是一个善于学习的孩子  
须知二：在游戏中选择朋友、处理与同伴的矛盾  
须知三：游戏不是真实生活的再现  
须知四：在体育游戏中体验人生  
体育教育中避免伤害孩子  
方法一：掌握批评与表扬的尺度  
方法二：克服自卑心理，提高自尊心  
方法三：赏识孩子  
方法四：增强自信心，帮助孩子战胜困难  
方法五：培养独立意识  
在运动场、替补席上学到终身价值  
方法一：教孩子学会遵守社会规则  
方法二：微笑面对挫折，绝不言败  
方法三：培养坚韧不拔的性格  
方法四：体育运动是减轻压力的最好方法  
方法五：锻炼提高解决问题的能力  
方法六：在运动中体验成功  
方法七：挖掘潜能，挑战极限  
方法八：从小经受“磨难”，提高意志品质  
方法九：苦难考验辉煌人生  
方法十：培养团结协作、乐于助人的好习惯  
方法十一：鼓励有助于培养孩子创造力  
方法十二：获得成就感，激发学习兴趣  
爱运动的孩子更健康  
方法一：识别方向  
方法二：感受空间变化  
方法三：培养节奏感  
方法四：发展语言和语言转换能力，提高大脑思维能力  
方法五：强化走、跑、跳、投等基本活动能力  
方法六：体适能运动  
方法七：运动技能训练  
方法八：有益身心的户外运动  
从小塑造良好的体形  
提高运动安全意识，掌握防护常识  
常识一：运动必做五件事  
常识二：常见运动伤害事故处理  
常识三：日常安全常识  
常识四：学点安全自卫法  
附件：7~10岁儿童身高、体重测量标准及测量情况记录表  
参考文献

<<少儿益智健体游戏>>

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>