

<<初中生体育活动指导手册>>

图书基本信息

书名：<<初中生体育活动指导手册>>

13位ISBN编号：9787501938957

10位ISBN编号：7501938954

出版时间：2003-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：周登嵩

页数：169

字数：190000

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>

<<初中生体育活动指导手册>>

内容概要

本书采用图文并茂的形式、通俗易懂的语言，向广大初中学生简单明了地介绍在这一特定的年龄阶段为什么要进行体育锻炼，如何进行体育锻炼，针对哪些内容进行锻炼等问题，列举了许多操作性很强的锻炼方法。

它是学生在课余时间进行自我锻炼的指导手册，同时也是教师和家长辅导青少年从事体育锻炼的必不可少的参考书。

<<初中生体育活动指导手册>>

作者简介

周登嵩，1949年生，陕西镇巴人，北京体育大学研究生部主任、教授，体育人文社会学博士生导师，多年来从事学校体育理论方面的研究，原国家教委中小学体育改革指导组成员，现任中国体育科学学会理事，学校体育专业委员会副主任兼秘书长，有多部学校体育方面的专著与论文发表。

<<初中生体育活动指导手册>>

书籍目录

第一章 体育健身第二章 体育康复第三章 运动损伤的防护第四章 体育锻炼与营养卫生第五章 提高身体素质第六章 培养体育技能第七章 各种简便健身法第八章 与锻炼效果的评价附件一《学生体质健康标准（试行方案）》附件二《学生体质健康标准（试行方案）》实施办法附表《学生体质健康标准（试行方案）》的评价指标和得分参考书目

<<初中生体育活动指导手册>>

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>