

<<本科院校公共体育课通用教材>>

图书基本信息

书名：<<本科院校公共体育课通用教材>>

13位ISBN编号：9787506821575

10位ISBN编号：7506821575

出版时间：2010-8

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>

## <<本科院校公共体育课通用教材>>

### 内容概要

《本科院校公共体育课通用教材:大学体育教育教程》共分为上、中、下三篇。

上篇阐述大学体育理论和文化方面的知识,着重培养学生“每天锻炼1小时”的运动意识,提高大学生的体育文化素养。

内容包括体育的概念、大学体育教育、大学生的健康教育、大学生体育锻炼与健身理论基础、体育文化欣赏、大学生体质测试与评价等内容。

中篇是传统体育课程,选取的是大学体育基础教学阶段最常见的乒乓球、健美操、篮球、排球、足球、体育舞蹈、武术等项目,按项目水平分级,分为起步阶段和拓展阶段,将不同水平阶段最重要的“核心”技、战术进行科学的编写,既避免与中小学的教学内容重复,又在较少的篇幅中将学生最需要掌握的东西介绍给学生,为学生掌握多项体育技能提供了扎实的理论依据。

下篇为新兴体育课程,包括了网球等大学生喜闻乐见的体育运动项目。

详细介绍了每个项目的健身特点、入门技术、提高技术以及考核评价等知识,各高校可以根据本校的实际情况,选择相应的项目作为本校的特色教学,走特色教学发展道路。

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>