第一图书网, tushu007.com

<<体育保健学>>

图书基本信息

书名：<<体育保健学>>

13位ISBN编号：9787560722825

10位ISBN编号：7560722822

出版时间：2003-8

出版时间：山东大学出版社

作者：管泽义

页数：277

字数：235000

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

内容概要

本书共分十五章，其主要特点是：以辨证唯物主义为指导思想，紧紧围绕培养目标，面对中学体育教学工作的实际，弱全面地介绍了本学科的基本理论和基本知识，加强应用知识和资料的介绍，使理论紧密联系实际，同时重视吸收运动医学和保健学的新成果对内容进行了增补和更新，更加注重了体育教学中保健知识的传播和能力的培养。
从而使本教材进一步体现出学科性和实用性的特点。

书籍目录

第一章 绪言第二章 人体卫生与环境卫生 第一节 人体卫生 第二节 环境卫生 第三节 运动建筑卫生第三章 营养卫生 第一节 营养素 第二节 合理营养 第三节 热能第四章 体育运动的保健指导 第一节 概述 第二节 休格检查 第三节 功能检查 第四节 自我监督 第五节 运动性疲劳第五章 体育教学的保健指导 第一节 体育课的保健指导 第二节 体育课生理负担量的测量与评定第六章 运动训练和比赛期的保健指导第七章 运动性疾病第八章 运动损伤概述第九章 运动损伤的急救第十章 运动损伤的处理第十一章 常见运动损伤第十二章 运动与康复第十三章 按摩第十四章 少年儿童体育保健第十五章 女子体育保健附表1附表2附表3附表4附表5附表6附表7附表8附表9附表10参考书目

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