

<<体育与健康>>

图书基本信息

书名：<<体育与健康>>

13位ISBN编号：9787561739594

10位ISBN编号：7561739591

出版时间：2004-9

出版时间：华东师范大学出版社

作者：季浏 编

页数：202

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>

<<体育与健康>>

内容概要

编写《体育与健康:水平5(10至12年级)》实验教科书教师用书的目的,是为了帮助教师加深对《普通高中体育与健康课程标准(实验)》(以下简称《课程标准》)的理解,使教师能根据《课程标准》的精神有效地实施体育与健康课程的教学,不断提高教学质量,促进学生健康、全面地发展。因此,《体育与健康:水平5(10至12年级)》实验教科书教师用书根据《课程标准》的精神,充分考虑到高中体育教师的特点和教学需要,以新的思想和方式来构建《体育与健康:水平5(10至12年级)》的体系和内容,适用于高中一年级、二年级和三年级。

书籍目录

绪论——健康教育专题教学指导第一章 全力以赴保健康第一节 知识内容的扩充与深化第二节 教与学的指导第二章 吃得明明白白第一节 知识内容的扩充与深化第二节 教与学的指导第三章 做健康环境的卫士第一节 知识内容的扩充与深化第二节 教与学的指导第四章 避免恶习第一节 知识内容的扩充与深化第二节 教与学的指导第五章 抵御传染病的流行风第一节 知识内容的扩充与深化第二节 教与学的指导第六章 预防“三大杀手”第一节 知识内容的扩充与深化第二节 教与学的指导第七章 降低其他疾病发生的风险第一节 知识内容的扩充与深化第二节 教与学的指导第八章 呵护你的心灵第一节 知识内容的扩充与深化第二节 教与学的指导第九章 保持健康的性心理第一节 知识内容的扩充与深化第二节 教与学的指导参考文献

<<体育与健康>>

章节摘录

插图：一、为什么要将健康教育专题列为必修内容20世纪50年代以来，随着科学技术的迅猛发展，人类的生产生活方式发生了巨大的变化，如伏案工作时间增加，脑力支付增多，体力活动减少，生活节奏加快，心理压力加大，人际交往减少以及营养过剩等。

这些变化影响人的生物结构与功能，视觉、听觉、方位觉、灵敏性、力量下降，新陈代谢水平降低，直接影响着人类的发展。

现代社会这把双刃剑，在给人类带来轻松、便捷、舒适的同时，也给人类的健康造成了很大的威胁。世界卫生组织的统计数据表明，发达国家的死亡人数中有一半是死于现代生活方式病，如心血管病、脑血管病、糖尿病等。

心理疾病的患病人数也大量增加，世界卫生组织的一份报告指出，全世界约有30%至40%的求医者有心理卫生问题。

在我国，人们也面临新的健康威胁。

据调查，2000年我国导致人死亡的十大病因中，名列前四位的疾病分别是心血管病、脑血管病、癌症、呼吸系统疾病。

这些疾病均与生活方式密切相关，生活方式不当带来的疾病正在威胁着我国人民的健康。

新一轮高中课程改革非常强调体育与健康课程的基础性。

所谓基础性是指为学生将来的生活与学习奠定基础。

健康是人的基本权利，是生活幸福的重要条件之一，对学生进行健康教育则是为了帮助学生获得生活的基本权利，也是高中体育与健康课程教学中不可缺少的一个有机组成部分。

因此，《普通高中体育与健康课程标准》坚决贯彻《中共中央关于深化教育改革，全面推进素质教育的决定》的精神，从提高学生的健康素养、培养学生的健康体魄、使学生成为为祖国和人民服务的健康公民出发，将健康教育专题系列定为高中体育与健康课程的必修内容。

<<体育与健康>>

编辑推荐

《体育与健康:水平5(10至12年级)》:普通高中课程标准实验教科书.教师用书(健康篇)

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>