第一图书网, tushu007.com

<<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

第一图书网, tushu007.com

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。

第一图书网, tushu007.com

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

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。

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)

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