

<<体育与健康教程>>

图书基本信息

书名：<<体育与健康教程>>

13位ISBN编号：9787810539937

10位ISBN编号：7810539930

出版时间：2005-8

出版时间：湖南大学出版社

作者：宋跃先,何智强,顾海龙 主编

页数：267

字数：393000

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>

## <<体育与健康教程>>

### 内容概要

改变传统体育教材编写模式，将体育教育与健康教育相结合，从“体育概述”、“体育健康”、“体育运动”等方面系统阐述体育知识。

## <<体育与健康教程>>

### 书籍目录

体育概述第一章 高等学校体育 第一节 体育的概念与功能 第二节 高等学校体育的地位、目的和任务  
第三节 高等学校体育工作的开展 第四节 大学生生理和心理特征与体育 第五节 体育锻炼体育健康  
第二章 体育健康概述 第一节 健康概念 第二节 运动与生理和心理健康 第三节 体育锻炼的卫生、营养  
第四节 科学的健康运动计划 第五节 体质健康标准第三章 常见运动损伤处理及预防措施 第一节 大学  
生常见运动性损伤的处理 第二节 大学生常见运动疾病的预防体育运动第四章 运动项目 第一节 田径  
第二节 游泳 第三节 篮球 第四节 排球 第五节 足球 第六节 乒乓球 第七节 羽毛球 第八节 网球 第九  
节 竞技体操 第十节 艺术体操第五章 我国民族传统体育 第一节 武术 第二节 散打第六章 其他体育项  
目 第一节 高尔夫球 第二节 保龄球 第三节 台球运动 第四节 健美操 第五节 健美运动 第六节 登山运  
动 第七节 定向越野 第八节 女子防身术参考文献后记

<<体育与健康教程>>

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>