

<<体育与健康基础理论教程>>

图书基本信息

书名：<<体育与健康基础理论教程>>

13位ISBN编号：9787810823739

10位ISBN编号：7810823736

出版时间：2005-4

出版时间：清华大学出版社

作者：吕高飞 编

页数：277

字数：403000

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>

## <<体育与健康基础理论教程>>

### 内容概要

本书主要根据《学校体育工作条例》、《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》及《学生体质健康标准》的要求而编写，内容有体育基本理论知识、奥林匹克运动、大学体育、运动竞赛、体育锻炼与体质评价、人体基本知识、体育卫生与保健、健康指南、中国传统体育文化、女子体育保健、奥运与经济、体育产业的发展、美国体育强盛及流行的原因、体育与兴奋剂、体育俱乐部、体育游戏、武术、篮球运动、排球运动、足球运动、网球运动、乒乓球运动、羽毛球运动、田竞健身运动、舞蹈、健美操、游泳运动、跆拳道运动、新兴体育运动项目介绍等。

与传统的体育教材相比，本书在结构和内容上都有所突破，有较强的针对性和灵活性，有利于不同层次和不同类型的高校师生教与学，达到全面提高大学生综合素质的目的。

本书可作为大学生的体育课教材，也可供体育爱好者学习参考。

## &lt;&lt;体育与健康基础理论教程&gt;&gt;

## 书籍目录

第1篇 知识篇	第1章 简明体育知识	1.1 体育	1.2 体育科学	1.3 体育战略与体制	第2章 人体基本知识	2.1 人体的基本结构	2.2 人体的九大系统	2.3 人的生长发育	第3章 体育卫生和保健	3.1 运动卫生	3.2 运动中的生理反应和疾病防治	3.3 运动创伤的处理	第4章 女子体育保健	4.1 女子身体概况	4.2 女子一般保健要求	4.3 女子月经期保健	第5章 中国传统体育养生保健方法	5.1 养生术	5.2 太极拳	5.3 自我保健按摩	第6章 古代奥林匹克运动	6.1 古代奥运会的起源	6.2 古代奥运会概述	6.3 古代奥运会竞赛项目	第7章 现代奥林匹克运动	7.1 现代奥林匹克运动的兴起	7.2 国际奥委会历任主席	7.3 奥林匹克运动会竞赛项目	7.4 奥林匹克运动与中国	第8章 体育与兴奋剂	8.1 兴奋剂的历史	8.2 兴奋剂的概念、种类及危害	8.3 兴奋剂使用现状	8.4 反兴奋剂的斗争	第2篇 理论篇	第9章 大学体育	9.1 大学体育的地位和作用	9.2 大学体育的目的和任务	9.3 大学体育的组织形式	9.4 大学生体育意识的培养	第10章 体育锻炼和体质评价	10.1 体育锻炼对青少年的作用	10.2 青少年的体育锻炼	10.3 体质测定与评价	第11章 健康指南	11.1 健康概述	11.2 健康的内容	11.3 影响健康的因素	第12章 奥运与经济	12.1 奥运会的背景和企业赞助	12.2 体育和经济的关系	第13章 体育产业的发展	13.1 体育产业发展状况	13.2 体育产业的内容	13.3 美国体育产业发展状况	第14章 体育俱乐部	14.1 体育俱乐部概述	14.2 体育俱乐部的类型	14.3 体育俱乐部的发展	14.4 世界体育俱乐部的发展趋势	第15章 体育科学技术的形成与应用	15.1 体育科学技术的形成与发展	15.2 体育科学技术的发展与应用	第3篇 运动项目篇	第16章 篮球运动	16.1 篮球运动的起源与发展	16.2 现代篮球运动的发展趋势	16.3 NBA概况	16.4 中国篮球发展概况	第17章 排球运动	17.1 排球运动的起源与传播	17.2 世界排球运动的发展	17.3 排球运动在中国	第18章 足球运动	18.1 古代足球运动概况	18.2 现代足球运动概况	18.3 中国足球运动	18.4 女子足球运动	第19章 网球运动	19.1 网球运动的起源及演变	19.2 世界网球运动的发展与现状	19.3 国际网球大赛介绍	第20章 乒乓球运动	20.1 乒乓球运动起源及世界乒乓球锦标赛的诞生	20.2 世界乒乓球运动的大变革	20.3 国际乒乓球联合会	20.4 中国乒乓球运动	第21章 羽毛球运动	21.1 羽毛球的起源与传播发展	21.2 羽毛球技术的发展及代表人物	21.3 世界重大羽毛球赛事	第22章 田径健身运动	22.1 田径健身运动概念	22.2 田径健身运动的分类	22.3 田径健身运动健身原理	22.4 田径健身运动对人体的作用	第23章 健美操	23.1 健美操的起源与发展简况介绍	23.2 健美操的概念与分类	23.3 健美操的锻炼价值与特点	23.4 普及型健美操的规则要点	第24章 游泳运动	24.1 游泳运动的起源与竞赛及其发展	24.2 游泳运动在中国	24.3 游泳运动的分项和比赛项目的设置	24.4 游泳对人体的好处	第25章 跆拳道运动	25.1 跆拳道运动简述	25.2 跆拳道运动的内容与分类	25.3 跆拳道的礼节与段位	第26章 武术运动	26.1 武术的起源与发展	26.2 武术的分类	26.3 武术的特点和作用	26.4 武术的文化内涵	第4篇 技能篇	第27章 基础体育	27.1 跑	27.2 跳跃	27.3 投掷	27.4 基本体操	第28章 球类基本技能	28.1 篮球基本技术	28.2 排球基本技术	28.3 足球基本技术	第29章 传统体育	第5篇 常见运动项目的场地规格	第30章 常见运动项目的场地规格	30.1 篮球场地规格	30.2 足球场地规格	30.3 排球场地规格	30.4 羽毛球场地规格	30.5 网球场地规格	30.6 乒乓球场地规格	30.7 游泳池场地规格	30.8 跆拳道场地规格	30.9 田径场地规格	30.10 棒球场地规格	30.11 垒球场地规格参考文献
---------	------------	--------	----------	-------------	------------	-------------	-------------	------------	-------------	----------	-------------------	-------------	------------	------------	--------------	-------------	------------------	---------	---------	------------	--------------	--------------	-------------	---------------	--------------	-----------------	---------------	-----------------	---------------	------------	------------	------------------	-------------	-------------	---------	----------	----------------	----------------	---------------	----------------	----------------	------------------	---------------	--------------	-----------	-----------	------------	--------------	------------	------------------	---------------	--------------	---------------	--------------	-----------------	------------	--------------	---------------	---------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-----------	-----------	-----------------	------------------	------------	---------------	-----------	-----------------	----------------	--------------	-----------	---------------	---------------	-------------	-------------	-----------	-----------------	-------------------	---------------	------------	--------------------------	------------------	---------------	--------------	------------	------------------	--------------------	----------------	-------------	---------------	----------------	-----------------	-------------------	----------	--------------------	----------------	------------------	------------------	-----------	---------------------	--------------	----------------------	---------------	------------	--------------	------------------	----------------	-----------	---------------	------------	---------------	--------------	---------	-----------	--------	---------	---------	-----------	-------------	-------------	-------------	-------------	-----------	-----------------	------------------	-------------	-------------	-------------	--------------	-------------	--------------	--------------	--------------	-------------	--------------	------------------

<<体育与健康基础理论教程>>

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>