

<<学校体育与健康>>

图书基本信息

书名：<<学校体育与健康>>

13位ISBN编号：9787810883498

10位ISBN编号：7810883496

出版时间：2005-8

出版时间：西南财经大学出版社

作者：王勇

页数：420

字数：340000

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>

<<学校体育与健康>>

内容概要

为了全面贯彻《中共中央、国务院关于深化教育改革，全面推进素质教育的决定》提出了学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强体育工作的精神，促进学生积极参加体育锻炼，养成经常锻炼身体的习惯，提高自我保健能力和体质健康水平，我们组织编写了《学校体育与健康》这套普通高等学校体育教材。

本书以终身体育和健康第一为指导思想，以相关体育项目与健康知识为主要内容，向读者介绍了健康与体育的重要性和具体练习方法。

详细说来，前五章介绍了体育的起源与发展、科学原理、体育生理卫生知识、大学生健康教育、健康评价，后七章分别介绍了运动竞赛、田径、球类运动、器械体操、传统体育、健美运动、室内休闲，全书涉及内容广泛。

<<学校体育与健康>>

书籍目录

第一章 体育概述 第一节 体育的起源与发展 第二节 体育的概念 第三节 体育科学 第四节 中国体育的形成和发展第二章 体育科学原理 第一节 运动与生理 第二节 运动与营养 第三节 运动与集体第三章 体育运动生理卫生知识 第一节 体育锻炼对人体的影响 第二节 女人体育生理卫生知识 第三节 常见运动损伤的预防和处理方法第四章 大学生健康教育 第一节 健康的概念 第二节 环境与健康 第三节 行为与健康 第四节 饮食与健康 第五节 心理与健康 第六节 运动与健康第五章 健康评价 第一节 身体健康测量 第二节 心理健康测量 第三节 健康状况综合评价方法第六章 运动竞赛 第一节 运动竞赛的种类和意义 第二节 运动竞赛的组织工作 第三节 运动竞赛的方法第七章 田径 第一节 短跑 第二节 接力跑 第三节 中长跑 第四节 跨栏跑 第五节 跳高 第六节 跳远 第七节 三级跳远 第八节 推铅球第八章 球类运动(一) 第一节 篮球 第二节 排球 第三节 足球 第四节 乒乓球第九章 球类运动(二)第十章 器械体操第十一章 传统体育第十二章 健美运动第十三章 室内体育教学第十四章 休闲体育附录

<<学校体育与健康>>

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>