

<<体育与健康>>

图书基本信息

书名：<<体育与健康>>

13位ISBN编号：9787810902953

10位ISBN编号：7810902954

出版时间：2004-8

出版时间：蒋俭欣、方信荣 苏州大学出版社 (2004-08出版)

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

本教材站在课程改革的高度，根据职业院校体育课程的总体目标，汇集全国职业院校体育课程专家近年来的研究成果和许多基层体育教师的实践经验编写而成。

体现了“教育的目的不仅是为学生的职业生涯做准备，而且要求他们经历一种有尊严和有意义的生活；不仅是学会新的知识，而且要把知识用来为人类服务”的理念。

本教材适用于全国高职高专《体育与健康》课程的必修课和选修课。

本教材具有以下几个鲜明的特点：

- 1、突出“健康第一”的指导思想。
- 2、突出了以学生为主体的教学观念。
- 3、突出了面向未来的前瞻眼光。
- 4、突出人文精神教育，注重学生情感的体验。
- 5、时代感强。
- 6、科学性强。
- 7、实用性强。

<<体育与健康>>

书籍目录

理论篇第1章 体育与健康概述 第1节 源远流长的体育 第2节 健康是人类生存永恒的主题  
第3节 终身体育第2章 现代生活方式与体育锻炼 第1节 现代生活方式对人类的挑战  
第2节 体育锻炼与生活方式的改善 第3节 现代健康观念的发展趋势第3章 学会生存第4章 青  
少年健康与体育锻炼第5章 运动损伤与运动卫生第6章 科学的体能锻炼第7章 运动处方与自我监督  
第8章 学校体育课程实践篇第9章 基本活动能力的发展第10章 运动中良好技能的形成 第11章  
运动中自我完善第12章 运动中拓展能力第13章 奥林匹克运动

## <<体育与健康>>

### 编辑推荐

本教材站在课程改革的高度，根据职业院校体育课程的总体目标，汇集全国职业院校体育课程专家近年来的研究成果和许多基层体育教师的实践经验编写而成。

体现了“教育的目的不仅是为学生的职业生涯做准备，而且要求他们经历一种有尊严和有意义的生活；不仅是学会新的知识，而且要把知识用来为人类服务”的理念。

本教材适用于全国高职高专《体育与健康》课程的必修课和选修课。

本教材具有以下几个鲜明的特点： 1、突出“健康第一”的指导思想。

2、突出了以学生为主体的教学观念。

3、突出了面向未来的前瞻眼光。

4、突出人文精神教育，注重学生情感的体验。

5、时代感强。

6、科学性强。

7、实用性强。

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>