

<<健与美体育教程>>

图书基本信息

书名：<<健与美体育教程>>

13位ISBN编号：9787811012842

10位ISBN编号：7811012847

出版时间：2005-9

出版时间：南京师范大学出版社

作者：吴晓芳

页数：234

字数：278000

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>

<<健与美体育教程>>

内容概要

本教材编写将突破传统体育教材的内容体系与结构体系。

传统大学体育教材与中学体育教材几乎雷同，从内容体系来说多是中学体育内容的重复，从教材结构体系看，属蜻蜓点水，面面俱到，缺乏深度和广度的“拼盘式”结构体系，从适用性来说，与高校体育课程内容改革和课程设置不相适应。

当今，大学体育课程内容极为丰富，新思想、新理论、新内容、新项目、新方法以最快速度进入了高校，被高校体育所接纳，带来了教学内容的变革。

<<健与美体育教程>>

书籍目录

第一章 健美操 第一节 健美操概述 第二节 健美操的基本动作 第三节 健美操的教学方法与教学要求
第四节 健美操竞赛的组织与规则简介第二章 有氧搏击健身操 第一节 有氧搏击健身操概述 第二节 有
氧搏击健身操技术基础 第三节 有氧搏击健身操的套路组合第三章 街舞 第一节 街舞概述 第二节 街舞
的基本技术和练习套路 第三节 街舞比赛的组织与规则简介第四章 形体训练 第一节 形体训练概述 第
二节 形体训练教学的基本内容与技术要求第五章 艺术体操 第一节 艺术体操概述 第二节 艺术体操器
械基本动作 第三节 艺术体操教学方法 第四节 艺术操竞赛的组织与规则简介第六章 体育舞蹈 第一节
体育舞蹈概述 第二节 摩登舞和拉丁舞 第三节 体育舞蹈竞赛的组织与裁判第七章 健美运动 第一节
健美运动概述 第二节 健美运动训练方法 第三节 健美运动教学方法 第四节 健美运动竞赛的组织与规
则简介

<<健与美体育教程>>

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>