

<<体育基础教程>>

图书基本信息

书名：<<体育基础教程>>

13位ISBN编号：9787811023114

10位ISBN编号：7811023113

出版时间：2006-6

出版时间：东北大学出版社

作者：李克

页数：235

字数：390000

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>

<<体育基础教程>>

内容概要

随着高职教育的迅速发展，各高职院校办学规模的不断扩大，办学形式也日趋多样化，对教学改革的要求也越来越高。

目前出版的一批高职教育体育教材，在主导教学方向、稳定教学秩序、提高教学质量方面起到了很好的作用。

但是，有关专家也诚恳地指出：目前高职教育教材出版中还存在一些问题，主要是仍然以学校的选择为依据，以方便教师授课为标准，以理论知识为主体，以单一纸质材料为教学内容的承载方式，而没有从根本上体现以应用性职业岗位需求为中心，以素质教育、创新教育为基础，以学生能力培养为本位的教育观念。

为满足学校体育教学的需要和体育活动的开展，我们编写了这本高职体育教材。

本教材的形成和内容有以下特点。

(1)理念创新：秉承“教学改革与学科创新引路，科技进步与教材创新同步”的理念，根据新时代对高职教育人才的需求，力求编写出内容领先、思路创新、突出能力培养的适合高职教育的教材。

主要体现“健康第一”和“终身体育”的指导思想，坚持全面推进素质教育的观点，倡导主体化、个性化、民主化的发展方向。

(2)方法创新：摒弃“借用教材、压缩内容”的滞后方法，专门针对高职教育，职业岗位所需的专业知识技能进行“对口教材”的编写。

(3)特色创新：按照体育与健康课程标准来构建合理的运动结构和体系，充分体现以人为本的教育理念，突出学生的主体地位。

(4)内容创新：在教材的编写过程中，力求反映知识更新和技术发展的最新动态。

对“竞技运动”的内容不是彻底地否定和摒弃，而是进行合理的改造和缩减，在此基础上，吸收当今国际、国内运动人体科学、人体社会科学等方面的成果，将新知识、新技术、新内容及时地反映到教材中来，更能体现高职教育的特点和实际要求，使之更贴近大学生的学习和生活。

使他们学以致用，终身受益。

<<体育基础教程>>

书籍目录

第一章 体育与健康 第一节 体育与健康概述 第二节 体育锻炼对人体发展的作用 第三节 科学锻炼身体
的方法与锻炼内容 第四节 体育锻炼中常见的生理反应 第五节 体育锻炼与卫生保健 第六节
女子体育卫生第二章 田径 第一节 跑 第二节 跳跃 第三节 投掷第三章 足球 第一节 足球运动
概述 第二节 足球的基本技术 第三节 足球基本战术与比赛阵形 第四节 足球比赛场地与比赛规则
简介第四章 篮球 第一节 篮球运动概述 第二节 篮球的基本技术 第三节 篮球的基本战术 第四
节 篮球竞赛的主要规则第五章 排球 第一节 排球运动的特点 第二节 排球的基本技术 第三节 排
球的基本战术 第四节 排球竞赛的主要规则第六章 乒乓球 第一节 乒乓球运动概述 第二节 乒乓
球的基本技术 第三节 乒乓球竞赛规则及裁判法第七章 羽毛球 第一节 羽毛球运动概述 第二
节 羽毛球的基本技术及战术第八章 网球 第一节 网球运动简介 第二节 网球的基本技术 第三
节 网球的基本战术和打法类型 第四节 网球比赛场地、器材 第五节 比赛规则第九章 传统体
育 第一节 武术运动简介 第二节 太极拳 第三节 跆拳道 第四节 女子防身术 第五节 散打第十
章 轮滑运动 第一节 轮滑运动概述 第二节 轮滑运动基本技术 第三节 轮滑运动基本比赛规则
第四节 速度滑冰运动介绍第十一章 游泳 第一节 游泳的锻炼方法 第二节 水上自我救护第十
二章 健美操 第一节 健美操运动概述 第二
节 健美操基本动作与练习方法 第三节 健美操运动的编排与比赛规则 第四节 基本形体训练第十
三章 极限运动 第一节 极限运动概述.....第十四章 体育舞蹈第十五章 棋类第十六章 运动损伤
的预防与处理方法

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>