

<<体育>>

图书基本信息

书名：<<体育>>

13位ISBN编号：9787040110463

10位ISBN编号：7040110466

出版时间：2003-9

出版时间：高等教育出版社

作者：郑厚成 编

页数：198

字数：300000

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>>

### 内容概要

本书是高等职业教育体育课教材，全书共分为体育与生存教育、体育与健康教育、体育与生活教育、体育与人文教育、体育与职业教育共五章内容。

为了适应职业教育在改革时期的需要，本书围绕创新精神、创业能力、实践能力与全面素质的提高编写，突出了体育在提高生存能力、强化健康意识、注重生活质量、发扬人文精神和培养职业技能等方面的作用。

本书可作为我国高等职业院校学生用书，也可供其他普通高等院校学生参考。

## &lt;&lt;体育&gt;&gt;

## 书籍目录

前言第一章 体育与生存教育 第一节 体育是生存需要的产物 一、体育源自于谋生需要 二、体育始发于防卫需要 第二节 生存教育中的体能锻炼 一、发展身体基本素质 二、提高身体活动能力 第三节 生存教育中的野外体验 一、野外求生体验 二、幸存者游戏 第二章 体育与生活教育 第一节 体育是人类生活的需要 一、体育发展于生活需要 二、体育蕴含的生活教育 三、体育影响着生活方式 第二节 余暇生活中的体育娱乐 一、增添生活乐趣的娱乐体育 二、注重休闲情趣的体育 第三节 美化生活中的塑身体育 一、形体锻炼 二、健美锻炼 第三章 体育与健康教育 第一节 健康教育的形成与发展 一、近代健康教育的形成 二、现代健康教育的发展 三、影响健康教育的因素 第二节 体育锻炼中的健康教育 一、健身锻炼的科学性指导 二、健身锻炼的卫生学要求 三、健身锻炼的保健学知识 四、科学从事健美锻炼 第四章 体育与人文教育 第一节 体育文化及其价值取向 一、奥林匹克运动文化 二、大众健身体育文化 三、学校体育教育文化 四、社会体育教育文化 五、体育市场经营文化 第二节 体育竞技及其文化内涵 一、体育竞技中的人文精神 二、体育欣赏中的文化内涵 第五章 体育与职业教育 第一节 提高驾驭水的能力 一、游泳中的实用性技巧 二、涉险中的自救与救护 第二节 学会与大自然对话 一、郊游野营 二、登山攀岩 第三节 驰骋于冰雪世界 一、冰雪游戏 二、冰雪运动 第四节 职业性体育技能与比赛 一、职业性技能 二、职业性比赛 附件一：学生体质健康标准（试行方案）附件二：学生体质健康标准（试行方案）实施办法

#### 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>