

<<大学体育教程>>

图书基本信息

书名：<<大学体育教程>>

13位ISBN编号：9787040114805

10位ISBN编号：7040114801

出版时间：2002-12

出版时间：高等教育出版社

作者：常乃军 编

页数：432

字数：510000

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>

## &lt;&lt;大学体育教程&gt;&gt;

## 内容概要

20世纪末，伴随着高等学校教育改革的不断深化，高等学校体育的改革和发展取得了前所未有的成就。我国学校体育，在追求“以人为本”、“健康第一”的学校教育目标和目的的实施过程中，在我国高等教育目标和国际教育目标的不断融合与统一的接轨进程中，我国高等学校体育教育的目标开始了新的定位和选择。

为了迎合充满希望和挑战的21世纪，在总结我国学校体育50多年发展的经验和教训的基础上，在“学会学习、学会生存、学会社会”等教育理念的指导下，在全国倡导素质教育、能力教育和养成教育的环境中，我国高等学校体育教育改革总体思路已基本形成。

确立了高等学校的体育教育改革方向，应是在“健康第一”的思想指导下，在追求面向全体学生的同时，以发展学生的个性，培养学生的终身体育习惯和终身体育能力为核心。

基于以上高等学校体育教育发展和人才培养的需要，我们组织了热衷于学校体育改革探讨，并有相关研究成果的高校教师参加本书的编写。

本教材编写的出发点和总体思路是：新的教材体系的建立，应打破传统观念的约束，抛弃学校体育阶段性的狭隘意识，把高等教育中的体育教育目光延伸到学生今后和终身的健康需求上，从“人的全面发展”出发，改变在体育教育过程中以运动技术教育为中心的倾向，把促进学生体育意识的升华，树立体育的终身价值观念，培养学生体育锻炼习惯和体育实践能力作为新的教材体系的重点内容。在追求教学内容的实用性、娱乐性、健身性、文化性和兴趣性的同时，立足系统设计，科学选择和整体推进。

在追求普遍意义的基础上，推崇教材建设中的不同特色。

力求能使该教材成为学生在校期间体育学习和满足今后进行终身体育锻炼的贯穿一生的体育锻炼和健康评价的指导性用书。

<<大学体育教程>>

书籍目录

基础理论篇 第一章 高等学校体育发展概述 第二章 生活方式与现代人的全面发展 第三章 奥林匹克运动锻炼理论篇 第四章 体育与健康 第五章 营养、免疫与体育锻炼 第六章 体育锻炼卫生与运动损伤 第七章 自我体质测试与评价 第八章 体育健身原理与锻炼处方 第九章 终身体育与不同人群的体育锻炼 第十章 体疗康复保健体育 体育健身篇 第十一章 走步健身运动——健身走 第十二章 跑步健身运动——健身跑 第十三章 跳跃健身运动——健身跳 第十四章 投掷健身运动——健身投 第十五章 走、跑、跳、投综合健身法 球类游戏与休闲娱乐体育篇 第十六章 篮球 第十七章 排球 第十八章 足球 第十九章 乒乓球 第二十章 网球 第二十一章 羽毛球 第二十二章 毽球 第二十三章 太极柔力球 第二十四章 健美操 第二十五章 形体健美 第二十六章 武术 第二十七章 散打与女子防身术 第二十八章 体育养生 第二十九章 旅游 第三十章 野外体育活动

## 章节摘录

第一章 高等学校体育发展概述本章要点：本章系统地介绍了新中国成立以来学校体育的发展历史和学校体育的改革历程。

从新中国成立初期的高等学校体育，到21世纪学校体育的巨变，历经数十年体育改革，这是对我国学校体育全面而系统的总结。

同时对我国21世纪学校体育发展面临的问题以及如何改革，提供了具有建设性的策略与展望。

第一节 我国高等学校体育发展的历史回顾一、新中国成立初期的高等学校体育1949年新中国刚刚成立，党和政府就采取了一系列措施，除了加强对高等学校体育工作的领导和管理，又根据当时的高等学校体育现状，制定了合乎规范要求的高等学校体育基本目标 and 高等学校体育教学大纲及有关规章制度，使学校体育很快进入正常的发展轨道。

（一）高等学校体育工作的组织与领导学校体育是国民体育的基础，作为国家体育事业的重点，它对于促进学生身心健康发展，增强体质，进行共产主义品德教育，培养建设社会主义的合格人才具有重要作用。

因此，新中国一诞生党中央就表示了对学校体育工作的特殊关注。

1950年、1951年，毛泽东先后两次写信给当时的教育部长马叙伦，提出学生健康问题必须引起注意，应采取行政步骤具体解决，并指出：“要各校注意健康第一，学习第二”。

后又进一步强调指出：“我提出健康第一，学习第二的方针，我以为是正确的”。

他在接见新中国新民主主义青年团代表时，号召全国青年要“身体好、学习好、工作好”。

这体现了毛泽东同志对学校体育工作的高度重视。

1951年7月，提出：“积极开展学校中的体育和文化、娱乐活动，努力改进全国同学的健康状况，要使每一个同学都具有强健的体魄，能够胜任紧张的学习和繁重的工作”。

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>