

<<体育学>>

图书基本信息

书名：<<体育学>>

13位ISBN编号：9787508401591

10位ISBN编号：750840159X

出版时间：1999-10

出版时间：中国水利水电出版社

作者：中华人民共和国水利部

页数：476

字数：387000

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>

<<体育学>>

内容概要

本书是一本针对高等职业院校学生实用的体育教材，它吸收了已有教材的优点和体育科研新成果，重视体育理论与运动实践相结合，旨在提高学生的体育思想意识，培养他们体育的基本活动能力，达到增强体质的目的。

本书共分18章、55节，内容丰富，通俗易懂。

既适合全国高等职业院校学生作为教材，同时也可作为体育爱好者的参考书。

书籍目录

前言第一章 绪论 第一节 体育的概念与起源 第二节 中国古代体育 第三节 中国近代体育 第四节 中国的现代体育 第五节 高等学校体育的目的与任务第二章 体育运动对人体发展的作用 第一节 影响人体发展的基本因素 第二节 科学体育锻炼对增强体质作用 第三节 体育锻炼必须遵循人体发展的规律第三章 科学锻炼身体的理论与方法 第一节 人体生长发育的一般规律 第二节 体育锻炼的原则 第三节 体育锻炼的内容 第四节 身体锻炼的方法 第五节 体育锻炼的计划的制订第四章 体质测量与评价 第一节 体质测量与评价的意义和作用 第二节 体质测量的内容与评定第五章 体育运动卫生与保健 第一节 体育运动生理卫生知识 第二节 大学生体育锻炼的自我医务监督 第三节 女子体育卫生 第四节 运动损伤的预防与处理 第五节 保健按摩第六章 体育运动竞赛组织与编排 第一节 体育竞赛的组织方法 第二节 球类竞赛的编排方法 第三节 田径运动会的组织方法第七章 大学生体育合格标准及实施方法第八章 田径绪论 第一节 竞走 第二节 跑 第三节 跳跃 第四节 投掷 第五节 田径竞赛规则第九章 篮球第十章 排球第十一章 足球第十二章 乒乓球第十三章 羽毛球第十四章 网球第十五章 体操第十六章 娱乐体育第十七章 传统体育第十八章 游泳运动参考文献

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>