

<<体育学>>

图书基本信息

书名：<<体育学>>

13位ISBN编号：9787560965109

10位ISBN编号：7560965105

出版时间：2010-9

出版时间：华中科技大学出版社

作者：罗飞虹 编

页数：341

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

《体育学》注重引导大学生树立“健康第一”的思想，提高大学生体育文化品位，培养大学生自觉锻炼的兴趣，从而达到引导大学生个性化发展的目的。

《体育学》的编写及出版，适应了应用型本科院校体育教学改革、发展的需要。

同时，《体育学》遵循“身心合一”的现代体育教育观，结合现代大学生的身心特点、兴趣爱好，坚持以人为本，力求突破单纯以“增强体质”为中心的传统体育教学模式，淡化运动技术。

根据“为我所用”的原则，对运动技术进行了简化和重组，从而增大了教材的容量。

书中还安排了现代体育、休闲体育项目，充分体现现代体育的多功能特性，使教材能满足学生的不同需要，以实现体育课内外教学一体化的目的。

书籍目录

上编 理论部分 第一章 体育概述 第一节 体育的概念 第二节 体育的发展 第三节 体育的功能 第二章 学校体育 第一节 学校体育教育的目的和任务 第二节 体育课的教学 第三节 课外体育活动 第四节 课余体育训练与竞赛 第三章 体育锻炼的原则、内容和方法 第一节 体育锻炼的原则 第二节 体育锻炼的基本内容 第三节 体育锻炼的基本方法 第四章 体质健康的标准、测试与评价 第一节 体质健康概述 第二节 体质健康测试与评价 第三节 大学生心理健康 第五章 体育保健 第一节 体育锻炼的医务监督 第二节 体育锻炼常见的生理反应和 处理方法 第三节 运动损伤的处置与预防 第四节 女子体育卫生 第六章 奥林匹克运动 第一节 现代奥林匹克运动 第二节 中国与奥林匹克运动 第七章 体育欣赏 第一节 国际综合性运动会简介 第二节 世界单项体育比赛简介 第三节 国内大型体育竞赛简介 第四节 体育欣赏 下编 实践部分 第八章 田径 第一节 概述 第二节 田径运动基本技术 第三节 田径运动规则简介 第九章 足球 第一节 概述 第二节 足球基本技术 第三节 足球基本战术 第四节 足球比赛规则简介 第十章 篮球运动 第一节 篮球运动简述 第二节 篮球基本技术与基本战术 第三节 篮球比赛规则简介 第十一章 排球运动 第一节 排球运动简述 第二节 排球基本技术与基本战术 第三节 排球比赛规则简介 第十二章 网球 第一节 网球运动概述 第二节 网球基本技术与基本战术 第三节 网球比赛规则简介 第十三章 乒乓球 第一节 乒乓球运动简介 第二节 乒乓球基本技术和基本战术 第三节 乒乓球比赛规则简介 第十四章 羽毛球 第一节 羽毛球运动概述 第二节 羽毛球基本技术与学练方法 第三节 羽毛球基本战术与学练方法 第四节 羽毛球主要规则简介 第十五章 武术运动 第一节 武术基本功和基本动作 第二节 初级长拳（第三路） 第三节 24式简化太极拳 第十六章 游泳 第一节 游泳运动概述 第二节 游泳技术 第三节 游泳安全卫生与救护 第十七章 健美操运动 第十七章 健美操 第一节 健美操运动概述 第二节 健美操运动术语 第三节 健美操基本动作 第四节 健美操音乐与编排 第十八章 其他项目 第一节 轮滑运动 第二节 高尔夫运动 第三节 定向越野 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>