

<<民族民间体育>>

图书基本信息

书名：<<民族民间体育>>

13位ISBN编号：9787561148853

10位ISBN编号：7561148852

出版时间：2009-6

出版时间：大连理工大学出版社

作者：金宝玉 等著

页数：274

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>

<<民族民间体育>>

前言

民族民间体育历史悠久，它是中华民族文化的重要组成部分，是民族智慧、民族精神和民族性格的具体体现，是我国的非物质文化遗产，由于民族民间体育文化长期植根于人民生活的土壤之中，为中国人民所喜爱，因此，重视对民族民间传统体育的研究和开发，就是尊重民族民间体育的锻炼习惯。

民族民间传统体育有着深厚的文化积淀，这是一笔丰厚的文化财富，是本土健身动脉，必须利用教育的渠道来聚敛。

学校是民族民间体育文化传播的重要基地，将优秀的民族民间体育活动融入学校体育之中，就可以极大提高这种教育的可行性、实用性和感染力，使之成为现代文化教育的组成部分，同时也标志着古老的原始体育形态已成为现代学校体育教育的素材，它所表现出来的趣味性、普及性、简便性、健身性和娱乐性等特点，符合少年儿童的身心规律，符合素质教育对学校体育教学改革的要求，符合“健康第一”和“以学生发展为本”的指导思想，目前，在体育教学中，民族性体现得并不充分和鲜明，究其原因，是由于教师对竞技体育还有一定的依赖性，缺乏开发教材的主动意识。

在我国民间尚有众多传统体育活动广泛地流行于人民大众的生活中，它构成了人们生活、生产劳动的组成部分，是人们娱乐、休闲的主要内容之一。

这些民族民间体育项目是学校体育活动的主要补充，可极大地丰富学校体育的教学内容，拓展学生学习范围，给学生更多的选择余地，激发学生学习热情，使学生在掌握这些技术的同时，形成相应的运动技能。

因此，要大力开发民族民间体育资源，将贴近实际、贴近生活、贴近自然的体育资源挖掘出来，避免资源的流失，将民族民间体育进行教材化改造，达到资源共享，同时也构成学校教育对民族民间体育文化的传承。

<<民族民间体育>>

内容概要

《民族民间体育》民族民间体育历史悠久，它是中华民族文化的重要组成部分，是民族智慧、民族精神和民族性格的具体体现，是我国的非物质文化遗产。由于民族民间体育文化长期植根于人民生活的土壤之中，为人民所喜爱，因此，重视对民族民间传统体育的研究和开发，就是尊重民族民间体育的锻炼习惯。

<<民族民间体育>>

书籍目录

上篇 民族民间体育概论第一章 民族民间体育文化第一节 提升民族旨趣、传播体育文化第二节 民族体育和谐健康的基础第三节 民间体育都是民族体育第四节 民族体育与现代体育第二章 学校传承民族体育第一节 民族体育教育特征第二节 民族体育教育功能第三节 构建中国化体育内容结构体系第三章 学校民族体育教学第一节 民族体育教学理念第二节 民族体育教学特点第三节 民族体育教学原则第四节 民族体育教学方式与自我评价第五节 民族体育是本土动脉和可用资源下篇 民族民间体育项目第一章 跳绳项目简介单人跳绳法集体跳绳法跳长绳法学练步骤教学建议跳绳的选择和保养评价要点跳绳游戏第二章 跳皮筋项目简介动作方法联合动作练习学练步骤教学建议评价要点皮筋操跳皮筋游戏第三章 跳房子项目简介动作方法学练步骤教学建议评价要点跳房子游戏第四章 跳竹竿项目简介动作方法学练步骤教学建议评价要点竹竿游戏第五章 踢毽项目简介踢毽子拍毽子毽球踢毽游戏第六章 打口袋项目简介口袋的制作动作方法学练步骤教学建议评价要点扔口袋(玩沙袋)沙袋的玩法学练方法打口袋游戏第七章 拔河项目简介动作方法学练步骤教学建议评价要点拔河规则拔河游戏第八章 推铁环项目简介动作方法学练步骤教学建议评价要点推铁环游戏第九章 珍珠球项目简介动作方法教学建议评价要点珍珠球比赛规则珍珠球游戏第十章 荡秋千项目简介动作方法教学建议秋千设置荡秋千比赛第十一章 陀螺项目简介动作方法学练步骤教学建议评价要点陀螺游戏第十二章 晃板项目简介动作方法学练步骤教学建议评价要点晃板游戏第十三章 抖空竹项目简介动作方法教法建议评价要点抖空竹比赛规则抖空竹游戏第十四章 踩高跷项目简介动作方法学练步骤教学建议评价要点踩高跷游戏参考文献后记

<<民族民间体育>>

章节摘录

插图：民族民间体育是中华传统文化中的一笔宝贵财富，这种以形体活动为表现形式的文化，有着丰厚的民族文化底蕴。

我国有56个民族，各个民族都有自己的传统体育活动和方式，这些民族体育文化都有生存价值和意义。

历史是根本，文化是灵魂，民族体育是从民族共同文化中剥离与凸显出来的一种传统活动形式，是我国体育事业的重要组成部分。

民族体育作为一种人类社会文化的补充与完善，除了具备一般文化的特征之外，还具有自己独特的内涵和民族文化特征，能够衍生和发展出一种深刻的定力，一种不被周边人撼动的稳定力量。

全面、系统、科学地认识民族体育，是振奋民族精神、加强民族团结、培养爱国主义精神、促进和谐社会的重要保证。

一、民族体育文化的内涵民族文化是各民族历史长期发展的产物，是因时、因地、因习俗形成的，也是各民族政治、经济、文化、生活的一种特殊反映。

民族体育具有典型的民族特点，独特的内容和形式，可以从一个侧面来展现各民族人民的日常生活和心理状态，鲜明生动地反映了各民族的社会生活和历史面貌，有助于促进各族人民的身心健康，成为各民族人民喜闻乐见并积极参与的传统健身活动。

民族体育是中华民族传统特色体育活动的总称。

从文化角度看，娱乐是人类文化的主要成分，娱乐可以使文化的发展走向辉煌，走向成功。

不同民族体育文化已经成为人们生活的组成部分。

在各个少数民族地区，不同民族的传统体育活动内容都不同程度地被人们用于娱乐、健身或竞技。

民族体育文化得到本民族的认可，使得体育活动成为他们日常生活中不可缺少的内容之一。

而且民族体育文化能焕发出民族意识，振奋民族精神，促进民族团结和稳定。

同时中华民族体育文化与世界其他民族体育文化进行交流，在一定程度上也是为民族强盛服务的。

<<民族民间体育>>

后记

民族体育是中华民族几千年流传下来的传统活动，是劳动人民通过生活经验积累创编而成的，是智慧的结晶。

民族传统体育项目和民间体育活动是生成本土课程的动脉，我们选择其中的跳绳、跳皮筋、跳竹竿、跳房子、打口袋、打陀螺、踢毽子、拔河、滚铁环、珍珠球、荡秋千、踩高跷等运动项目生成教材，不仅能发展走、跑、跳、投、掷等大肌肉活动，还可以发展钻爬、躲闪等手脚小肌肉群和手眼的协调配合。

学生可自己练习，也可集体分组练习。

丰富多彩的民族民间体育内容给学习生活增加了神奇色彩，开拓了广阔天地，它不受时间、场地的限制，形式多样，无论在何时、何地都可以三三两两、三五成群地玩，一种活动多种玩法，选择不同方式进行锻炼，有效地利用了资源。

民族民间体育重视人的身心需要和情感愿望的满足，这正好为青少年提供了一个自由、安全、轻松、活泼的良好环境，没有任何来自外界的干预，提高了积极参与体育活动的态度，活动难度适宜，增强了自信心和成就感，挖掘了其竞争意识。

让他们知道在体育活动中每个人都可能面临失败，经历失败，学会接受失败，将来就能承受挫折，这就是社会适应。

正是这种情感体验，促使学生主动地去迎接激烈的竞争，在点滴的成功中增加对体育的兴趣，为构建成功奠定了心理基础。

正是民族体育使青少年掌握生存的基本技能，形成活泼、开朗的性格，在活动过程中，培养健康素质

。

<<民族民间体育>>

编辑推荐

《民族民间体育》：学校体育课程资源

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>