

<<大学体育课程文化>>

图书基本信息

书名：<<大学体育课程文化>>

13位ISBN编号：9787561166178

10位ISBN编号：7561166176

出版时间：2011-11

出版时间：佟贵锋 大连理工大学出版社 (2011-11出版)

作者：佟贵锋

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>

<<大学体育课程文化>>

内容概要

《大学体育课程文化》编写的指导思想是：以人为本、健康第一，把学生的综合素质和可持续发展作为教育的重点，为学生自学、自练、自调、自控、自测能力的发展创造条件，给学生终身从事体育锻炼打好基础。

本书不仅阐述相关体育文化理论知识，而且体现专项技术技能介绍；不仅阐述专项运动技术技能的练习方法、学习方法与裁判法和简单规则介绍，并且又关注运动健康养生和学生的体能发展；既体现大学时代的体育教育个性化思想，又贯彻了素质教育思想和可持续发展教育理论。

<<大学体育课程文化>>

书籍目录

第一章 运动与健康文化 第一节 健康的概念及评价标准 第二节 影响健康的因素与增进健康的有效途径 第三节 运动对健康的意义和作用 第四节 运动健身的原则和方法 第五节 运动处方的制定与健康干预 第六节 常见运动损伤及预防、处理第二章 大学体育文化 第一节 校园体育文化 第二节 奥林匹克文化 第三节 中西方体育文化 第四节 大型体育竞赛简介第三章 大球文化 第一节 篮球 第二节 排球 第三节 足球第四章 小球文化 第一节 乒乓球 第二节 羽毛球 第三节 网球第五章 形体与健身文化 第一节 啦啦操 第二节 体育舞蹈 第三节 瑜伽第六章 民族传统体育文化 第一节 武术 第二节 太极拳 第三节 散打 第四节 跆拳道 第五节 拳击第七章 水上运动文化 第一节 现代游泳运动概述 第二节 基本泳姿介绍 第三节 游泳竞赛规则简介 第四节 游泳安全常识第八章 体能课程文化 第一节 体能和体能锻炼概念的界定 第二节 体能锻炼的重要意义和作用 第三节 体能锻炼的内涵 第四节 大学生体能锻炼的生理学和心理学原理分析 第五节 大学生体能锻炼的营养学基础 第六节 学校体育与学生体能参考文献

<<大学体育课程文化>>

编辑推荐

佟贵锋主编的《大学体育课程文化》编写的指导思想是：以人为本、健康第一，把学生的综合素质和可持续发展作为教育的重点，为学生自学、自练、自调、自控、自测能力的发展创造条件，给学生终身从事体育锻炼打好基础。

本书不仅阐述相关体育文化理论知识，而且体现专项技术技能介绍；不仅阐述专项运动技术技能的练习方法、学习方法与裁判法和简单规则介绍，并且又关注运动健康养生和学生的体能发展；既体现大学时代的体育教育个性化思想，又贯彻了素质教育思想和可持续发展教育理论。

<<大学体育课程文化>>

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>