

<<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：9787562932796

10位ISBN编号：7562932794

出版时间：2010-8

出版时间：武汉理工大学出版社

作者：李江红 等主编

页数：309

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>

<<大学体育教程>>

内容概要

《大学体育教程》内容与传统的体育教材相比有较大的调整，打破了传统观念的约束，改变了在体育教学过程中以运动技术教学为中心的倾向，把激发学生体育兴趣，与流行时尚体育接轨，对体育健康知识的了解，树立终身体育观念，培养体育实践能力作为中心内容。

内容选择上注重实用性、娱乐性、健身性、兴趣性，力求能使该书成为学生在校期间体育学习、锻炼和健康评价的指导用书。

《大学体育教程》由闵嘉国担任策划，李江红、王翊担任主编，尹章豹刘翠娟冯伦李高升任副主编。

全书经闵嘉国、李江红审核并统稿而成。

在《大学体育教程》编写与出版过程中，引用了大量高等学校体育教学改革的最新研究成果，并得到了多位体育专家的指导和支持，在《大学体育教程》出版之际，对所有关怀和帮助过我们的专家、学者表示最衷心的感谢。

由于编写人员水平有限，书中难免有错误和不足之处，在此诚恳地欢迎读者批评指正，以便今后进行修订，并逐步加以完善。

<<大学体育教程>>

书籍目录

- 第一章 大学体育
- 第二章 健康教育概述
- 第三章 体育锻炼与运动损伤的预防
- 第四章 体育运动与营养
- 第五章 大学生体质健康标准测试及锻炼方法
- 第六章 奥林匹克运动简介
- 第七章 田径运动与健康
- 第八章 篮球运动与健康
- 第九章 足球运动与健康
- 第十章 排球运动与健康
- 第十一章 乒乓球运动与健康
- 第十二章 羽毛球运动与健康
- 第十三章 网球运动与健康
- 第十四章 瑜伽运动与健康
- 第十五章 健美操运动与健康
- 第十六章 武术运动与健康
- 第十七章 体育舞蹈与健康
- 第十八章 轮滑运动与健康
- 第十九章 自行车运动与健康
- 第二十章 户外体育运动与健康
- 参考文献

章节摘录

版权页：插图：（三）吸毒不仅损害吸毒者自身的身心健康，直接抑制机体免疫系统的功能，破坏神经系统的功能，还会导致一系列社会问题。

染上吸毒恶癖，往往难以自拔，吸毒者为获得毒品而不择手段，引发卖淫、盗窃、凶杀等各种犯罪行为，严重影响社会安定，败坏社会风气。

使用静脉注射毒品，还可增加艾滋病、性病等传染性疾病的传播机会。

（四）性生活混乱可造成性病的传播。

性传播疾病是指以性接触为主要传播途径的一种传染性疾病，俗称性病。

我国重点防治的性病有8种，分别是淋病、梅毒、生殖器疱疹、非淋菌性尿道炎、尖锐湿疣、软下疳、性病淋巴肉芽肿和艾滋病。

引起性病的病原体有很多种，包括病毒、衣原体、支原体、细菌、螺旋体、原虫等。

当性病患者与健康人进行性接触时，病原体很容易侵入健康人体而致感染。

有些病原体还可通过非性接触途径传染，如被病原体污染的毛巾、内衣、便器、浴盆、注射针头、血液、移植用器官等。

此外，某些性病还可以在妊娠和分娩过程中，由母亲传给胎儿或新生儿。

（五）赌博影响生产、工作和学习，增加犯罪几率，酿成家庭悲剧，败坏社会风气。

赌博同时也是健康的大敌，赌博成瘾对个人的身心健康影响极大。

经常参赌之人，喜怒哀乐变化无常。

<<大学体育教程>>

编辑推荐

《大学体育教程》是由武汉理工大学出版社出版的。

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>