

<<大学体育>>

图书基本信息

书名：<<大学体育>>

13位ISBN编号：9787563910403

10位ISBN编号：7563910409

出版时间：2001-10-1

出版时间：北京工业大学出版社

作者：陈建生

页数：427

字数：675000

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>>

内容概要

《大学体育》紧紧围绕北京工业大学体育教学大纲的要求，结合体育教学内容的改革，贯彻了全面素质教育思想。

理论和实践紧密结合，针对性、实用性强是其显著特点；同时做到通俗易懂，言简意赅，图文并茂，融科学性、趣味性于一体。

同学们可在课上听老师讲解，在指导下练习，也可在课下自己参照此教材学习和复习，既能满足学生对体育知识、技能的渴求，又通达到学生自我锻炼、自我检查、自我评价的能力培养目的。

书籍目录

第一章 概论 第一节 体育的概念和组成 第二节 体育的产生和发展 第三节 体育的功能 第四节 高等学校体育
第二章 体育的生理、心理科学基础 第一节 体育的生理科学基础 第二节 体育的心理科学基础
第三章 体育保健 第一节 体质评定 第二节 运动性疾病 第三节 常见运动损伤 第四节 肥胖症及其运动处方 第五节 女子体育卫生
第四章 体育运动基本素质锻炼 第一节 力量素质锻炼 第二节 速度素质锻炼 第三节 耐力素质锻炼 第四节 协调灵敏素质的锻炼 第五节 柔韧素质锻炼 第六节 基本素质锻炼应考虑的问题
第五章 运动竞赛 第一节 运动竞赛的种类 第二节 运动竞赛的组织 第三节 球类项目竞赛的编排 第四节 田径运动会的编排 第五节 奥林匹克运动 第六节 国际主要体育组织和运动竞赛
第六章 田径 第一节 田径运动简介 第二节 短跑 第三节 跨栏跑 第四节 中长距离跑 第五节 跳高 第六节 跳远 第七节 推铅球
第七章 篮球 第一节 基本技术 第二节 基本战术 第三节 规则问答
第八章 排球 第一节 基本技术 第二节 基本战术 第三节 竞赛及裁判工作
第九章 足球 第十章 网球 第十一章 乒乓球 第十二章 游泳 第十三章 健美 第十四章 艺术体操 第十五章 健美操 第十六章 武术 第十七章 形体舞蹈 第十八章 竞技体操 第十九章 台球

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>