

<<大学体育实用教程>>

图书基本信息

书名：<<大学体育实用教程>>

13位ISBN编号：9787811002331

10位ISBN编号：7811002337

出版时间：2007-8

出版时间：北京体育大学出版社

作者：崔凤海

页数：294

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>

<<大学体育实用教程>>

内容概要

本书依据教育部制定的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》，并根据大学生的实际需要，把体育理论知识与运动技能有机地结合在一起，从而增加了教材的科学性、知识性、系统性、实用性和趣味性。

本书文字简练，通俗易懂，图文并茂，是一本技术性和理论性较强的综合性教材。

本书既可作为普通高等学校公共体育课教材及教师的参考书使用，也可作为大学生进行课外体育锻炼的指导用书。

<<大学体育实用教程>>

书籍目录

理论知识篇

第一章 大学体育概述

第一节 大学体育的目的和任务

第二节 大学体育的主要组织形式

第二章 体育锻炼与身心健康

第一节 体育锻炼的理论依据

第二节 体育锻炼与身体健康

第三节 体育锻炼与心理健康

第三章 科学体育锻炼

第一节 体育锻炼的原则

第二节 体育锻炼的内容与方法

第三节 体育锻炼过程中的注意事项

第四章 学生体质健康测评

第一节 测试项目及分值

第二节 测试方法

第三节 测试的成绩评定

第五章 奥林匹克运动

第一节 奥运会的历史与发展

第二节 奥林匹克运动的思想体系

第三节 国际奥林匹克运动的组织机构

第四节 中国与奥林匹克运动

运动技能篇

主要参考文献

<<大学体育实用教程>>

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>