

<<新编大学体育与健康教程>>

图书基本信息

书名：<<新编大学体育与健康教程>>

13位ISBN编号：9787811252897

10位ISBN编号：7811252899

出版时间：2011-7

出版时间：陈平 中国海洋大学出版社 (2011-07出版)

作者：陈平 编

页数：417

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>

<<新编大学体育与健康教程>>

内容概要

《新编大学体育健康教程》除了涵盖了篮球、足球、排球、乒乓球、网球、羽毛球、田径、武术、跆拳道、拳击等传统的体育运动项目外，特别增加了帆船帆板、游泳、潜水等水上运动项目。

<<新编大学体育与健康教程>>

书籍目录

基础理论篇第1章 大学体育概论第1节 大学生与体育第2节 高等院校体育教育的目的和任务第2章 奥林匹克运动第1节 奥林匹克运动的历史与发展第2节 奥林匹克运动会的思想内涵、组织结构与仪式第3节 中国与奥林匹克运动体适能与健康篇第3章 健康与体适能第1节 现代健康观第2节 健康体适能第3节 健康体适能与身体锻炼第4章 体育锻炼与保健第1节 锻炼环境与保健第2节 体育锻炼与实时防护水上运动篇第5章 游泳第1节 游泳运动简介第2节 不同游泳姿势的技术第3节 游泳运动采风第6章 帆船帆板第1节 帆船帆板运动简介第2节 帆船运动常用的基本技术与练习方法第3节 帆船帆板运动采风第7章 浮潜第1节 潜水运动简介第2节 浮潜的基本技术第3节 潜水运动采风第8章 其他水上运动第1节 冲浪运动简介第2节 跳水第3节 花样游泳大球运动篇第9章 足球第1节 足球运动简介第2节 足球的基本技术第3节 足球运动采风第10章 篮球第1节 篮球运动简介第2节 篮球运动的基本技术第3节 篮球运动采风第11章 排球第1节 排球运动简介小球球运动篇第12章 乒乓球第13章 网球第14章 羽毛球田径运动篇第15章 跑类运动第16章 投掷类运动第17章 跳跃类运动搏击运动篇第18章 武术第19章 跆拳道第20章 拳击休闲运动篇第21章 定向运动第22章 形体第23章 健美操第24章 瑜伽第25章 拓展训练休闲娱乐篇第26章 极限运动第27章 体育舞蹈第28章 轮滑类运动第29章 户外运动第30章 毽球附录1 大学生体质测试评分标准及评分办法附录2 标准中文定向运动地图图例

<<新编大学体育与健康教程>>

章节摘录

基础理论篇第1章大学体育概论青春万岁，朝气蓬勃，充满希望，璀璨的大学生活承载着关于成长、关于青春的诗行。

我们在大学中学习、生活、跳跃、奔跑，用热血的体育运动证明身上释放的活力和光芒。

本章将介绍大学生与体育的相关知识，明确高等学校体育教育的目的和任务等，使同学们对大学生体育有一个基本理论知识的认识，为更好地开展后续的学习做好准备。

钱伟长的体育情结钱伟长，世界著名科学家和教育家，曾这样说：“学校进行体育教育不是为了拿金牌，目的是为了培养有团队精神和拼搏精神、健康的体魄、能进行长期工作的人才。

”钱伟长幼时家境贫寒，1.49米的身高使他成为“清华大学历史上首位身高不达标”的学生”。

后来，他在恩师、我国著名体育教育家马约翰的热情鼓励和悉心指导下，坚持锻炼，不断超越自我，曾先后入选清华大学田径队、越野跑运动队、班级足球队，还曾作为中国代表团成员之一，参加了在菲律宾举行的远东奥林匹克运动会。

体育练就了钱伟长健康的体魄和灵活的大脑，锤炼了他坚强的意志，塑造了他自强不息的人格。

<<新编大学体育与健康教程>>

编辑推荐

《新编大学体育与健康教程》由中国海洋大学出版社出版。

<<新编大学体育与健康教程>>

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>