

<<体育与健康教程>>

图书基本信息

书名：<<体育与健康教程>>

13位ISBN编号：9787010057774

10位ISBN编号：701005777X

出版时间：2006-8

出版单位：人民出版社

作者：袁磊,周次保

页数：240

字数：380000

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>

<<体育与健康教程>>

内容概要

根据《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》、《大学生健康教育基本要求》等规范性文件，我们坚持“健康第一”、“面向全体学生实施素质教育”等原则，结合近几年来教学实践编写了这本教材，其目的在于树立在校学生健康意识，加强学生体育基本素质与人文素质的培养，推动我国体育教育目标的实现。

本书既可作为高等院校师生的良师，又可成为高等职业学校、中专、中技、成教学生的益友。

在此书策划、写作过程中，我们得到了北京体育大学、首都体育学院、天津体育学院等高校专家的指导，在此对他们的指教深表谢意！

同时，我们还参考或引用了国内外专家撰写的不少科研成果，囿于篇幅限制在此没有一一列举，为此表示歉意！

<<体育与健康教程>>

书籍目录

第一章 高等学校体育 第一节 体育的概念与功能 第二节 高等学校体育的地位、目的和任务 第三节 高等学校体育工作的开展 第四节 大学生生理和心理特征与体育 第五节 体育锻炼 第六节 体育环境第二章 体育健康概述 第一节 健康概念 第二节 运动与生理和心理健康 第三节 体育锻炼的卫生、营养 第四节 科学的健康运动计划 第五节 体质健康标准第三章 常见运动损伤处理及预防措施 第一节 大学生常见运动性损伤的处理 第二节 大学生常见运动疾病的预防第四章 运动项目 第一节 田径 第二节 游泳 第三节 篮球 第四节 排球 第五节 足球 第六节 乒乓球 第七节 羽毛球 第八节 网球 第九节 艺术体操 第十节 跆拳道第五章 我国民族传统体育 第一节 武术 第二节 散打第六章 其他体育项目 第一节 高尔夫球 第二节 保龄球 第三节 台球运动 第四节 健美操 第五节 健美运动 第六节 定向越野 第七节 女子防身术参考文献后记

<<体育与健康教程>>

章节摘录

插图：（二）体育的社会功能1.教育功能教育功能是体育最基本的派生功能，就其作用的广泛性而言，它对人类社会产生的影响，是体育的其他社会功能所无法比拟的。

（1）体育在学校的教育作用学校体育采取体育课教学、课余运动训练和课外体育活动等多种形式，对受教育者进行思想政治、意志品质和道德情操的教育，并使他们获得基本的体育理论知识，掌握必要的技能，学会科学锻炼身体的方法，提高运动实践能力和培养体育锻炼的习惯，以便达到促进个性生长发育、增进健康、增强体质、提高身体素质和基本活动能力的目标。

（2）体育在社会中的教育作用由于体育独具的活动性、技艺性、竞争性、群聚性、国际性和礼仪性等特点，它作为一种传播体育价值观的理想载体，在激发爱国热情、振奋民族精神及培养社会公德等方面，教育人们要与社会保持一致性。

2.娱乐功能体育运动的游戏性、竞赛性和艺术性，使它具有娱人娱己，丰富文化生活，满足人们精神上的需要，增进心理健康的功能。

3.军事功能体育的军事功能，主要是由于战争和训练士兵的需要。

从史前时代部落间为争夺土地、牧场和血亲复仇引起的暴力冲突，到原始社会末期以掠夺财产为目的的奴隶战争，不断推动着人们积极从事军事操练和与之有关的身体训练。

西方体育经历“文艺复兴”和宗教改革运动后，极力主张把跑、跳、投掷、摔跤等活动引入学校，要求学生掌握未来军事生活所必需的一些基本功能。

4.经济功能体育的经济功能：由体育与经济的互相促进作用所决定的国民经济制约着体育的发展，发展的体育又反作用地促进社会经济的繁荣。

这构成了体育经济功能的内涵。

体育的发展对国民经济的直接促进作用，更明显地表现在高度发展的经济社会。

体育社会化、娱乐化和终身化的进程，使人们对体育消费的需求量不断增加，要求多种运动器材、场地设施、用品的生产和供应，必然刺激“体育工业”的发展。

另外，从竞技体育的发展历史来看，它和商品经济的联系愈来愈密切。

5.政治功能体育产生、发展的历史表明，它作为一种社会、文化现象从来不是孤立地存在的，它与政治这一社会现象有不可分割的关系。

体育受制于一定的政治，同时又为一定的政治服务。

任何时期任何体育都是为其国家统治者的某种政治而服务的。

这种特殊的服务作用包括一是增强人民体质，提高劳动者素质，为发展国民经济服务；二是振奋民族精神，提高民族素质，为培养优秀的民族而自立于世界民族之林服务；三是渗透爱国主义教育，为培养人民崇高的爱国主义精神服务；四是竞技争雄能有力地提高国家地位，显示国家现实制度的优越性；五是发挥体育“安全阀”作用，把人民的兴趣集中到体育运动中来，创造安全的社会环境；六是通过国际大赛，改善和促进国家间的关系，增进运动员和各国人民之间的友谊，维护世界和平。

<<体育与健康教程>>

编辑推荐

《体育与健康教程》：高等院校十一·五系列核心教材

<<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>