第一图书网, tushu007.com

<<大学体育与健康>>

图书基本信息

书名：<<大学体育与健康>>

13位ISBN编号：9787040303742

10位ISBN编号：7040303744

出版时间：2011-2

出版时间：高等教育出版社

作者：庞元宁 编

页数：156

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

内容概要

如何在高校体育教学中培养学生“健康第一”的指导思想和终身体育的意识，真正体现教育部2002年颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》精神，深入开展“阳光体育运动”是当前公共体育教材亟需努力灌输的内容。
《高等学校公共体育教材·大学体育与健康（下）：运动篇时尚休闲体育》是系列教材的分项教材之一，便于在基础篇的基础上更深入地学习与掌握体育的技能，同时更加强调健身手段与练习方法，让大学生充分地了解自己的个性特长与适应性，培养大学生的个性特点与兴趣爱好，进而培养良好的终身体育意识、兴趣、习惯与能力。

<<大学体育与健康>>

书籍目录

第一章　时尚休闲体育概述第一节　时尚休闲体育的概念和分类第二节　时尚休闲体育的特点与价值第二章　定向运动第一节　定向运动概述第二节　定向运动基础知识第三节　定向运动基本技能第四节　定向运动竞赛规则与组织第三章　拓展训练第一节　拓展训练概述第二节　拓展训练基础知识与理论第三节　拓展训练常用项目简介第四章　轮滑运动第一节　轮滑运动概述第二节　轮滑运动基本技能第三节　轮滑运动欣赏第五章　攀岩运动第一节　攀岩运动概述第二节　攀岩运动基本技能第三节　攀岩运动的竞赛形式与规则第六章　自行车运动第一节　自行车运动概述第二节　自行车运动基本技能第三节　自行车运动欣赏第七章　台球运动第一节　台球运动概述第二节　台球运动基本技能与练习方法第三节　台球运动欣赏第八章　高尔夫球运动第一节　高尔夫球运动概述第二节　高尔夫球运动基本技能第三节　高尔夫球运动欣赏

第一图书网, tushu007.com

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