第一图书网, tushu007.com

<<大学体育>>

图书基本信息

书名：<<大学体育>>

13位ISBN编号：9787109127791

10位ISBN编号：7109127796

出版时间：2008-7

出版时间：中国农业出版社

作者：田振生

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

为了深化普通高校体育教学改革，提高体育课教学质量，我们以教育部颁发的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》和“全国学校体育工作会议”的精神为指导，在全国高等农业院校教学指导委员会、中国农业出版社的大力支持下，组织具有丰富教学经验的教师编写了本部教材。

在编写过程中，我们充分考虑到不同地域和不同课程设置的需要，结合高校体育教学改革的发展趋势，注重和体现鲜明的现代教育思想，强调身、心健康目标，培养终身体育能力，努力实现以人为本、健康第一的教育理念。

愿本教材成为教师指导教学及大学生体育锻炼和健康生活的良师益友。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

前言
第一篇　理论知识篇
　第一章　体育概述
　　第一节　体育的概念、产生和组成
　　第二节　体育的本质与功能
　　第三节　体育与素质教育
　　第四节　高等学校体育
　第二章　体育锻炼对人体的影响
　　第一节　人体生长发育的一般规律
　　第二节　影响人体生长发育的基本因素
　　第三节　体育锻炼对人体的影响
　　第四节　健康是大学生成才的重要因素
　第三章　体育锻炼的科学方法
　第一节　锻炼身体的基本原则
　第二节　锻炼身体的方法
　第三节　锻炼方法的选择
　第四节　身体锻炼效果的评定
　第四章　体育锻炼的医务监督与卫生常识
　第一节　体育锻炼的医务监督
　第二节　运动中常见的生理反应与运动性疾病
　第三节　运动损伤的预防及处置一
　第四节　体育锻炼的营养与卫生
　第五节　运动处方的制定与实施
　第五章　国际国内大型运动竞赛简介
　第一节　世界级重大运动竞赛
　第二节　洲级重大运动竞赛
　第三节　国内重大运动竞赛
　第六章　运动竞赛的组织与编排
　第一节　运动竞赛的分类
　第二节　运动竞赛的组织要点
　第三节　运动竞赛的编排
　第七章　体育运动的科学原理
　第一节　体育运动的生理学基础
　第二节　体育运动的心理学基础
　第八章　大学生体质健康评价
　第一节　身体形态与身体机能评价
　第二节　身体素质与运动能力评价
　第三节　心理健康评价
　第四节　《国家学生体质健康标准》简介
　第九章　科学健身论坛
　第一节　体育之研究
　第二节　现代健康观
　第三节　运动与健康
　第四节　科学健身与养生保健
　第十章　大学生的身心特点与体育锻炼

第一图书网, tushu007.com

第一节　大学生的生理与心理特点
第二节　体育锻炼对生理、心理健康的影响
第三节　大学生健美训练的原则与方法
第四节　大学生体育锻炼
第二篇　运动技能篇
第十一章　准备活动与整理放松
第一节　准备活动的概念和作用
第二节　准备活动的基本原则
第三节　准备活动的内容与方法
第四节　整理活动的原理与放松方法
第十二章　田径
第一节　简介
第二节　跑的基本技术
第三节　跳跃的基本技术
第四节　投掷的基本技术
第十三章　篮球
第一节　简介
第二节　基本技术
第三节　基本战术
第四节　规则与裁判法简介
……
第三篇　拓展项目篇
主要参考文献

编辑推荐

田振生主编的《大学体育》是全国高等农林院校“十一五”规划教材。
该教材由理论知识、运动技能和拓展项目三篇组成，共分二十二章，具体内容包括：体育概述，体育锻炼对人体的影响，体育锻炼的科学方法，体育锻炼的医务监督与卫生常识，国际国内大型运动竞赛简介，运动竞赛的组织与编排，体育运动的科学原理，大学生体质健康评价，科学健身论坛，大学生的身心特点与体育锻炼，准备活动与整理放松，田径，球类运动，武术，健美操，体操，游泳，运动竞赛观赏，跆拳道，定向越野等。

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