

<<新编高职高专体育与健康实用教程>>

图书基本信息

书名：<<新编高职高专体育与健康实用教程>>

13位ISBN编号：9787302261087

10位ISBN编号：7302261083

出版时间：2011-7

出版时间：邱团、兰树茂、黄勇标 清华大学出版社 (2011-07出版)

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

邱团等编著的《新编高职高专体育与健康实用教程》分为三篇: 体育基础理论篇、竞技运动体育篇、休闲实用体育篇。

体育基础理论篇介绍了校园体育文化、国家学生体质健康标准、阳光体育计划、奥运会以及基层体育竞赛的组织与编排等内容; 竞技运动体育篇介绍了田径、篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球、网球、游泳等项目的基本技术及比赛规则; 休闲实用体育篇介绍了形体与健美操、体育舞蹈、武术、跆拳道、瑜伽、拓展运动、定向运动、攀岩、台球等, 还特别介绍了广西地区及地方特色的体育项目, 如抢花炮运动、珍珠球运动、板鞋运动、毽球运动等。

《新编高职高专体育与健康实用教程》适合作为高职高专院校体育与健康课程的教材, 也可作为喜爱运动及健身的人群学习参考用书。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签, 无标签者不得销售。

书籍目录

第一篇 体育基础理论第一章 大学体育概述第二章 阳光体育与体质健康第三章 学校体育运动与奥林匹克运动第四章 小型体育竞赛的组织与编排第二篇 竞技运动体育第五章 田径第六章 篮球第七章 足球第八章 排球第九章 乒乓球、羽毛球、网球第十章 游泳第三篇 休闲实用体育第十一章 形体与健美操第一节 形体运动第十二章 体育舞蹈第十三章 武术套路、跆拳道第十四章 瑜伽第十五章 拓展运动第十六章 定向运动第十七章 攀岩第十八章 台球运动第十九章 少数民族传统体育参考文献

编辑推荐

邱团等编著的《新编高职高专体育与健康实用教程》针对体育项目或动作特点，介绍相当数量的练习方法。

通过这些练习，不仅能够有针对性地解决技术动作难点，提高运动能力水平，而且娱乐性较强，有利于练习者在愉快的活动中掌握技术动作要点，寓教于乐。

本书内容包括校园体育文化、国家学生体质健康标准、阳光体育计划、奥运会以及基层体育竞赛的组织与编排等内容。

本书可作为高职高专院校体育与健康课程的教材。

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>