第一图书网, tushu007.com

<<大学体育与健康教育>>

图书基本信息

书名：<<大学体育与健康教育>>

13位ISBN编号：9787303117116

10位ISBN编号：7303117113

出版时间：2010-11

出版时间：北京师范大学出版社

作者：项建民，吴亦丰，戴德翔　主编

页数：338

字数：490000

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

《大学生体育与健康教育》一书以终身体育、健康娱乐为宗旨，在理论部分以体育运动和人体健康基础知识为主线，全面阐述了体育的基本概念、体育运动与身心健康的关系、体育运动与现代疾病、职业疾病的关系以及急救、健康指导与身体健康教育等方面的内容；在实践部分以介绍常见体育运动的参与方式、方法、基本技术和娱乐、健康方式为主要内容，另外还对现代社会流行的一些体育运动形式进行介绍，包括舞龙舞狮、跆拳道、健身、街舞以及高脚和板鞋竞速运动等。

根据高等院校学生的特点，本教材的内容涉及面广，主要运动技术图示精美，技术要求符合全民健身、大众体育的特点。

主要涉及的体育项目包括田径、篮球、排球、足球、乒羽网、游泳、健美、健美操、跆拳道、’体育舞蹈、街舞、舞龙舞狮、高脚和板鞋竞速运动等，基本可以满足高等院校学生体育-9健康教育课程教学的需要。

同时，本教材也注重对于运动项目的历史、发展、规则以及相关衍生项目的介绍，特别关注健身方式方法的介绍，对于学生拓展体育运动与健康教育知识视野，培养体育科学锻炼习惯和终身体育意识有重要的促进作用。

书籍目录

第一章　体育与健康教育概述　第一节　体育的概念、功能与分类　第二节　体育与健康教育的关系　第三节　全民健身与终身体育　第四节　高等学校的体育与健康教育课程第二章　体育运动与生理健康教育　第一节　体育运动对于人体各器官系统的影响　第二节　经常参与体育锻炼人群的生理特征第三章　体育运动与大学生心理健康教育　第一节　体育运动与大学生人际交往　第二节　体育运动与大学生情绪状态　第三节　体育运动与大学生健康人格的形成　第四节　促进大学生心理健康的几种体育运动方式介绍第四章　体育运动与疾病预防教育　第一节　体育运动与常见疾病预防　第二节　体育运动与职业病预防　第三节　体育运动与现代文明病预防第五章　运动损伤的预防、急救与康复教育　第一节　运动损伤的预防原则　第二节　运动损伤的急救方法　第三节　运动损伤的康复第六章　低碳校园与体育健康教育第七章　田径运动与健康教育第八章　篮球运动与健康教育第九章　排球运动与健康教育第十章　足球运动与健康教育第十一章　乒乓球运动与健康教育第十二章　羽毛球运动与健康教育第十三章　网球运动与健康教育第十四章　门球运动与健康教育第十五章　游泳运动与健康教育第十六章　武术运动与健康教育第十七章　舞龙舞狮运动第十八章　秧歌、腰鼓运动与健康教育第十九章　跆拳道运动与健康教育第二十章　高脚、板鞋竞速运动与健康教育第二十一章　体育舞蹈、排舞、街舞运动与健康教育第二十二章　健美操运动与健康教育参考文献

章节摘录

版权页：插图：2.培养人们竞争、团结、协作的社会意识体育竞赛能有效地培养人们的竞争意识和团结协作精神。
人类现实社会是一个充满着激烈竞争的场所，需要团结和协作精神。
体育竞赛，特别是在集体项目的竞赛过程中，要想取得胜利，既要有力争胜利的顽强竞争意识，又要懂得与同伴和队友的团结协作，才可能达到目的。
而体育的这种“模拟社会”的功能，是体育运动所独有的。
3.传授文化知识体育本身就是一种文化，并蕴含着丰富的科学知识。
通过体育教育和锻炼指导，可以使锻炼者掌握一定的体育知识、技能和技术，并使思维能力、记忆力、观察力、想象力等构成智力的各种能力得到发展。
因此，体育在传授知识、培养技能、技巧，增强体质的过程中，还包含着培养、开发和提高智能的教育因素。
4.教导社会规范、促进人的社会化人不仅具有自然属性，更具有社会属性，随着人的成长，他在家庭教育、学校教育、社会教育的作用下，其生物属性逐渐被社会属性所替代，这个过程，就是人的社会化过程。
社会的行为规范和价值观可以通过体育教育和运动来实现。
比如，体育活动项目中的固有规则和要求制约着参与者的活动行为。
人的创造性以及潜能的发挥，也只能在规则允许的范围内发挥。
这种个体约束、控制自我行为的能力能够提高个体适应社会行为规范、约束自我行为的能力，使其成为遵守社会道德规范的一员。

编辑推荐

《大学生体育与健康教育》由北京师范大学出版社出版。

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