

<<大学体育>>

图书基本信息

书名：<<大学体育>>

13位ISBN编号：9787535948038

10位ISBN编号：7535948030

出版时间：2008-8

出版时间：广东科技出版社

作者：别业军 编

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>

<<大学体育>>

内容概要

本教材共11章38节。

在选择内容上注重体现教材的知识性、系统性、实用性和趣味性。

本教材文字简练，通俗易懂，图文并茂，是一部融理论与实践为一体的综合性基础教材，既可作为普通高等学校体育教材及教师的教学参考用书，也适用于高职院校，并可作为学生进行课外体育锻炼，余暇休闲时组织开展体育活动的指导参考读本。

本教材具有以下特点： 1.坚持“以人为本”、“健康第一”的指导思想，本着“为我所用”的原则，促使现代大学生对体育内涵有一个全新的认识，以适应体育锻炼的形式、内容、方法呈多志趣、多样化变化的特点，以及与社会发展对人才要求相一致原则，因此，对理论与实践部分的内容进行了必要的简化和重组，结合教育部、国家体育总局联合颁布并实施的《学生体质健康标准》为大学生身体锻炼和自我监督与评价的有力结合提供了基本模式和指标，建立了生理的、心理的和社会的三维目标体系。

2. 突出了以学生为主体，教师为主导的互为关系，突出选项课的教学，倡导学生在学习中进行“三个自主”，制定了选项课指导，加大了教学内容的弹性和选择性，避免学生在不同学习阶段学习重复的内容，依据大学生培养目标、发展目标和课程设置的学制、时数和实际接受能力等现状进行了精选，充分体现了教材内容的修心育智、强身、健体的多样化和功能特征，旨在培养学生的创新能力和个性发展，体现了新的教育理念。

书籍目录

上编 体育基本理论 第一章 体育概述 第一节 体育的概念与组成 第二节 现代体育的功能 第三节 体育与现代人 第四节 奥林匹克运动 第二章 高等学校体育 第一节 高等学校体育的目标和任务 第二节 高校体育与素质教育 第三节 高校体育的基本途径 第三章 现代健康观 第一节 健康概述 第二节 影响大学生健康的要素 第四章 《学生体质健康标准》的实施与评定 第一节 体质的测定与评价 第二节 《学生体质健康标准》的实施与评定方法 第五章 体育锻炼的保健 第一节 体育锻炼的自我保健 第二节 运动处方 第三节 运动损伤 第四节 常见非创伤性运动病症的预防处理 下编 运动实践 第六章 田径运动与发展身体基本活动能力 第一节 田径运动概述 第二节 田径运动的主要项目 第三节 发展身体基本活动能力 第七章 球类运动 第一节 篮球运动 第二节 排球、沙滩排球、软式排球 第三节 足球运动 第四节 乒乓球、羽毛球、网球 第五节 手球运动 第八章 武术 第一节 武术概述 第二节 初级长拳（第三路） 第三节 简化太极拳 第九章 现代体操 第一节 健美操 第二节 健美运动 第三节 体育舞蹈 第四节 形体运动 第五节 街舞 第十章 游泳 第一节 游泳运动概述 第二节 竞技游泳技术 第三节 游泳安全卫生常识 第十一章 户外、休闲体育 第一节 户外、休闲体育概述 第二节 登山、攀岩运动 第三节 定向运动 第四节 休闲娱乐体育 附录一 初级长拳（第三路）动作图示 附录二 简化太极拳动作图示 附录三 选项指导 本书主要参考文献

章节摘录

上编 体育基本理论第一章 体育概述第一节 体育的概念与组成我们经常听到诸如“体育”、“体育运动”、“运动”、“体育锻炼”、“学校体育”、“群众体育”等词语，它们的意思一样吗？如果不一样，它们之间又有什么区别呢？

这些均是关于体育概念和术语的问题。

北京成功举行奥运会对中国的影响是广泛而深远的，要深刻理解体育的魅力，首先应正确地认识体育的概念，理解其内涵与外延，只有这样才能树立正确的体育价值观，养成良好的体育意识与习惯。

学习、研究体育概念是体育科学发展的需要；学习体育概念有利于表达体育思想，加强体育交往和学术交流；把握了概念的内涵与外延，使我们分析问题更系统、全面；概念规范了，才能用统一的标准去看待、评价体育的各种现象和问题。

一、体育概念的出现体育概念的出现晚于体育的产生，“体育”一词最早出现在法国。

教育家卢梭的名著《爱弥尔》中也运用了“体育”一词，其含义是指身体教育。

1793年“体育”一词最初在德国开始使用。

19世纪初，法国、英国、日本等国家开始广泛使用。

在我国，“体育”这个词是19世纪末从日本引进的。

从世界范围看，目前还没有关于体育内涵的统一的、规范性的表述方式，关于体育属性或体育概念的外延表述，也是各有不同。

体育与运动不是同一个词，各有不同的内涵及社会功能。

在日本，体育是一个大概念，包括身体教育和竞技运动；在美国，没有统一规定的体育概念，但美国的百科全书有较为准确的解释：体育是关于人体构造、身体发展的教育。

而运动被认为是提高身体技能和力量等各项素质的消遣或娱乐过程。

.....

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>