

图书基本信息

书名：<<中学体育与健康选用教材（共14册）>>

13位ISBN编号：9787536133549

10位ISBN编号：7536133545

出版时间：2006-1

出版时间：广东高等教育出版社

作者：邓树勋，庄弼 主编

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>

内容概要

健康身体的基础在于掌握科学的锻炼方法。

随着体育与健康课程在中学的贯彻实施，健康第一的指导思想越来越得到广大老师和学生的认同，他们的实践热情高涨。

为了使广大学生在接受体育教育的过程中，能够熟练地掌握科学的健身方法，为终身体育打下良好的基础，教育部于2004年又进一步提出：学生应在九年义务教育阶段掌握两项体育运动技能和一项艺术特长，为其全面发展奠定良好的基础。

这就是在推行课程改革的同时，启动的“2+1”工程。

为了帮助学校和学生更好地达成国家体育与健康课程标准和实现“2+1”工程的计划，我们根据课程标准和南方地区的体育传统特色，编写了一套适合中学生特点的《中学体育与健康选用教材》。这套教材一共有14个项目分册，分别为《篮球》、《足球》、《排球》、《乒乓球》、《羽毛球》、《体操》、《韵律活动》、《游泳》、《太极拳》、《南拳》、《散打》、《跆拳道》、《网球》和《轮滑》。

在每一个项目分册中，我们通过介绍精彩纷呈的赛事、最耀眼的运动明星、丰富多样的技术动作、实用可行的学练方法等知识，设置开拓思维的“思考·探究”、发展自我的“尝试·评价”、拓展视野的“Do

YouKnow”、发展能力的“探究·活动”等栏目，使学生能够了解各项体育运动的风云人物，了解、学会各项体育运动的基本技术，掌握科学的自我锻炼方法，提高合作学习、探究学习的能力，提高参与和组织体育活动的的能力，培养自尊和自信心；使学生在丰富体育运动的知识之余，体验和享受体育运动带来的快乐！

这套选用教材可与高中《体育与健康》教科书配套使用，学生们可以根据自身条件和兴趣爱好在学校确定的范围内进行选修；初级中学教师和学生在教学和开展“2+1”工程的活动中也可选用此套教材。

书籍目录

编写说明

第一章 健美操

- 一、健美操的起源和发展
- 二、健美操在中国的兴起
- 三、健美操的种类
- 四、健美操锻炼的人生意义
- 五、健美操锻炼的内容与形式
- 六、健美操的锻炼方法
- 七、健美操的规则简介
- 八、健美操的编排
- 九、健美操活动促进个性发展与能力提高

第二章 艺术体操

- 一、徒手舞蹈动作
- 二、艺术体操器械
- 三、艺术体操锻炼相关知识
- 四、艺术体操竞赛相关知识

第三章 时尚的韵律健身项目

- 一、街舞
- 二、形体舞
- 三、拉拉队

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>