第一图书网, tushu007.com

<<大学体育与健康教程>>

图书基本信息

书名：<<大学体育与健康教程>>

13位ISBN编号：9787536740976

10位ISBN编号：7536740972

出版时间：2008-7

出版时间：云南民族出版社

作者：张洪建　主编

页数：314

字数：496000

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

《中共中央、国务院关于深化教育改革，全面推进素质教育的决定》指出：“ 健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。
学校体育要树立‘ 健康第一 ’的指导思想，切实加强体育工作。
”同时为了切实落实《全国普通高校体育课程教学指导纲要》，我们根据大学生的特点，对理论和实践教材进行了重新编写，以适应社会发展和教育改革的需要。
建国以来，我国体育教材虽几经改革，但基本是沿用以竞技运动项目为主的教学内容，人与运动的目的、手段、关系完全颠倒了，成为动作技能的不断重复和强化，对学生的身心造成了沉重的负担。而学生体质的增强，健身意识的形成，健身能力的培养，健身文化的陶冶，健身习惯的养成等方面被忽视，因而严重影响了学生的个性、人格、尊严、价值及社会生存和适应能力的健康成长、发展及完善。
面向21世纪我国高校体育多元性的教育目标是：健康第一，完善体格，促进学生身心全面发展；增强意志，培养自信，促进思维发展，提高创新能力；培养学生的协作精神及竞争意识，促进学生个性发展，提高对社会的责任心。
根据中央教育改革的精神，结合现代高校体育的新理念，在总结过去教材中存在问题的基础上，我们编写了这本教材。
教材内容以体育价值观和思想品德教育为核心，立足于素质教育，体现了时代精神，重视教学过程和过程评价，突出教材的思想性、科学性、系统性、实用性和创新性。
体育具有多学科相互交叉渗透的特点，它运用了人体的生理学和心理学以及医学和社会科学等理论阐述体育科学，使之成为较完善的体育科学体系，成为学生学习、体育锻炼的良师益友及健康生活的终身伴侣。
本教材的编写是在新《全国普通高校体育课教学指导纲要》指导下进行的，但由于我们的理论水平有限和对新《纲要》理解上的差距，书中难免有不妥之处，敬请广大同行给予批评指正。

书籍目录

第一章 体育与健康第二章 体育锻炼的科学理论第三章 体育锻炼的原则与方法第四章 体育锻炼与运动处方第五章 体育锻炼与保健第六章 《学生体质健康标准》测量与评价第七章 体育审美与享受第八章 传统体育与保健第九章 休闲娱乐体育与健身第十章 田径第十一章 篮球第十二章 排球第十三章 足球第十四章 乒乓球第十五章 羽毛球第十六章 网球第十七章 健美操、艺术体操第十八章 武术第十九章 游泳第二十章 健美运动第二十一章 散打第二十二章 体育舞蹈第二十三章 野外生存与定向越野运动主要参考文献

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