

<<体育教程>>

图书基本信息

书名：<<体育教程>>

13位ISBN编号：9787810747110

10位ISBN编号：7810747118

出版时间：2005-9

出版时间：内蒙古大学出版社

作者：高俊，武瑛，苑秀华 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>

<<体育教程>>

内容概要

《体育教程》论述了体育的概念、体育锻炼与健康、体育卫生与医疗体育、体育竞赛、田径运动、球类运动、体操运动、武术运动、擒拿格斗、水冰运动等。

《体育教程》由内蒙古大学出版社出版。

<<体育教程>>

书籍目录

- 第一章 体育概论
 - 第一节 体育的概念和组成
 - 第二节 人类社会与体育发展
 - 第三节 职业院校体育的任务特点
 - 第四节 职业院校体育的组织形式
 - 第二章 体育锻炼与健康
 - 第一节 体育锻炼与生理心理健康
 - 第二节 体育锻炼的科学原理
 - 第三节 科学锻炼身体的方法
 - 第三章 体育卫生与医疗体育
 - 第一节 合理的生活制度与运动营养
 - 第二节 运动中常见的生理反应与预防
 - 第三节 常见运动损伤的预防与处置
 - 第四节 医疗体育
 - 第四章 体育竞赛
 - 第一节 体育竞赛的意义和种类
 - 第二节 大型体育竞赛
 - 第三节 体育竞赛的欣赏
 - 第五章 田径运动
 - 第一节 田径运动概述
 - 第二节 田径运动的项目与分类
 - 第三节 走和跑
 - 第四节 跳跃
 - 第五节 投掷
 - 第六章 球类运动
 - 第七章 体操运动
 - 第八章 武术运动
 - 第九章 博克运动
 - 第十章 擒拿格斗
 - 第十一章 水冰运动
 - 第十二章 余暇体育内容与方法
 - 第十三章 学生体质健康标准测试内容与方法
- 编后

<<体育教程>>

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>