

## <<体育与健康基础理论教程>>

### 图书基本信息

书名：<<体育与健康基础理论教程>>

13位ISBN编号：9787810823739

10位ISBN编号：7810823736

出版时间：2005-4

出版时间：清华大学出版社

作者：吕高飞 编

页数：277

字数：403000

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>

## <<体育与健康基础理论教程>>

### 内容概要

本书主要根据《学校体育工作条例》、《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》及《学生体质健康标准》的要求而编写，内容有体育基本理论知识、奥林匹克运动、大学体育、运动竞赛、体育锻炼与体质评价、人体基本知识、体育卫生与保健、健康指南、中国传统体育文化、女子体育保健、奥运与经济、体育产业的发展、美国体育强盛及流行的原因、体育与兴奋剂、体育俱乐部、体育游戏、武术、篮球运动、排球运动、足球运动、网球运动、乒乓球运动、羽毛球运动、田竞健身运动、舞蹈、健美操、游泳运动、跆拳道运动、新兴体育运动项目介绍等。

与传统的体育教材相比，本书在结构和内容上都有所突破，有较强的针对性和灵活性，有利于不同层次和不同类型的高校师生教与学，达到全面提高大学生综合素质的目的。

本书可作为大学生的体育课教材，也可供体育爱好者学习参考。

# <<体育与健康基础理论教程>>

## 书籍目录

|           |            |                 |                  |               |                |                |                  |                |              |           |                   |               |              |             |                  |                 |                   |               |              |                          |                  |               |               |               |                   |                    |                   |                   |               |                |                 |                   |             |                    |                |                  |                  |           |                     |              |                      |               |            |              |                  |               |           |               |            |               |              |
|-----------|------------|-----------------|------------------|---------------|----------------|----------------|------------------|----------------|--------------|-----------|-------------------|---------------|--------------|-------------|------------------|-----------------|-------------------|---------------|--------------|--------------------------|------------------|---------------|---------------|---------------|-------------------|--------------------|-------------------|-------------------|---------------|----------------|-----------------|-------------------|-------------|--------------------|----------------|------------------|------------------|-----------|---------------------|--------------|----------------------|---------------|------------|--------------|------------------|---------------|-----------|---------------|------------|---------------|--------------|
| 第1篇 知识篇   | 第1章 简明体育知识 | 1.1 体育          | 1.2 体育科学         | 1.3 体育战略与体制   | 第2章 人体基本知识     | 2.1 人体的基本结构    | 2.2 人体的九大系统      | 2.3 人的生长发育     | 第3章 体育卫生和保健  | 3.1 运动卫生  | 3.2 运动中的生理反应和疾病防治 | 3.3 运动创伤的处理   | 第4章 女子体育保健   | 4.1 女子身体概况  | 4.2 女子一般保健要求     | 4.3 女子月经期保健     | 第5章 中国传统体育养生保健方法  | 5.1 养生术       | 5.2 太极拳      | 5.3 自我保健按摩               | 第6章 古代奥林匹克运动     | 6.1 古代奥运会的起源  | 6.2 古代奥运会概述   | 6.3 古代奥运会竞赛项目 | 第7章 现代奥林匹克运动      | 7.1 现代奥林匹克运动的兴起    | 7.2 国际奥委会历任主席     | 7.3 奥林匹克运动会竞赛项目   | 7.4 奥林匹克运动与中国 | 第8章 体育与兴奋剂     | 8.1 兴奋剂的历史      | 8.2 兴奋剂的概念、种类及危害  | 8.3 兴奋剂使用现状 | 8.4 反兴奋剂的斗争        |                |                  |                  |           |                     |              |                      |               |            |              |                  |               |           |               |            |               |              |
| 第2篇 理论篇   | 第9章 大学体育   | 9.1 大学体育的地位和作用  | 9.2 大学体育的目的和任务   | 9.3 大学体育的组织形式 | 9.4 大学生体育意识的培养 | 第10章 体育锻炼和体质评价 | 10.1 体育锻炼对青少年的作用 | 10.2 青少年的体育锻炼  | 10.3 体质测定与评价 | 第11章 健康指南 | 11.1 健康概述         | 11.2 健康的内容    | 11.3 影响健康的因素 | 第12章 奥运与经济  | 12.1 奥运会的背景和企业赞助 | 12.2 体育和经济的关系   | 第13章 体育产业的发展      | 13.1 体育产业发展状况 | 13.2 体育产业的内容 | 13.3 美国体育产业发展状况          | 第14章 体育俱乐部       | 14.1 体育俱乐部概述  | 14.2 体育俱乐部的类型 | 14.3 体育俱乐部的发展 | 14.4 世界体育俱乐部的发展趋势 | 第15章 体育科学技术的形成与应用  | 15.1 体育科学技术的形成与发展 | 15.2 体育科学技术的发展与应用 |               |                |                 |                   |             |                    |                |                  |                  |           |                     |              |                      |               |            |              |                  |               |           |               |            |               |              |
| 第3篇 运动项目篇 | 第16章 篮球运动  | 16.1 篮球运动的起源与发展 | 16.2 现代篮球运动的发展趋势 | 16.3 NBA概况    | 16.4 中国篮球发展概况  | 第17章 排球运动      | 17.1 排球运动的起源与传播  | 17.2 世界排球运动的发展 | 17.3 排球运动在中国 | 第18章 足球运动 | 18.1 古代足球运动概况     | 18.2 现代足球运动概况 | 18.3 中国足球运动  | 18.4 女子足球运动 | 第19章 网球运动        | 19.1 网球运动的起源及演变 | 19.2 世界网球运动的发展与现状 | 19.3 国际网球大赛介绍 | 第20章 乒乓球运动   | 20.1 乒乓球运动起源及世界乒乓球锦标赛的诞生 | 20.2 世界乒乓球运动的大变革 | 20.3 国际乒乓球联合会 | 20.4 中国乒乓球运动  | 第21章 羽毛球运动    | 21.1 羽毛球的起源与传播发展  | 21.2 羽毛球技术的发展及代表人物 | 21.3 世界重大羽毛球赛事    | 第22章 田径健身运动       | 22.1 田径健身运动概念 | 22.2 田径健身运动的分类 | 22.3 田径健身运动健身原理 | 22.4 田径健身运动对人体的作用 | 第23章 健美操    | 23.1 健美操的起源与发展简况介绍 | 23.2 健美操的概念与分类 | 23.3 健美操的锻炼价值与特点 | 23.4 普及型健美操的规则要点 | 第24章 游泳运动 | 24.1 游泳运动的起源与竞赛及其发展 | 24.2 游泳运动在中国 | 24.3 游泳运动的分项和比赛项目的设置 | 24.4 游泳对人体的好处 | 第25章 跆拳道运动 | 25.1 跆拳道运动简述 | 25.2 跆拳道运动的内容与分类 | 25.3 跆拳道礼节与段位 | 第26章 武术运动 | 26.1 武术的起源与发展 | 26.2 武术的分类 | 26.3 武术的特点和作用 | 26.4 武术的文化内涵 |
| 第4篇 技能篇   | 第27章 基础体育  | 27.1 跑          | 27.2 跳跃          | 27.3 投掷       | 27.4 基本体操      | 第28章 球类基本技能    | 28.1 篮球基本技术      | 28.2 排球基本技术    | 28.3 足球基本技术  | 第29章 传统体育 | 第30章 常见运动项目的场地规格  | 30.1 篮球场地规格   | 30.2 足球场地规格  | 30.3 排球场地规格 | 30.4 羽毛球场地规格     | 30.5 网球场场地规格    | 30.6 乒乓球场地规格      | 30.7 游泳池场地规格  | 30.8 跆拳道场地规格 | 30.9 田径场地规格              | 30.10 棒球场地规格     | 30.11 垒球场地规格  | 参考文献          |               |                   |                    |                   |                   |               |                |                 |                   |             |                    |                |                  |                  |           |                     |              |                      |               |            |              |                  |               |           |               |            |               |              |

<<体育与健康基础理论教程>>

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>