

<<大学体育>>

图书基本信息

书名：<<大学体育>>

13位ISBN编号：9787811005448

10位ISBN编号：7811005441

出版时间：2006-9

出版时间：北京体育大学出版社

作者：陈建生 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

本书共分理论基础、基本锻炼项目、健身休闲三篇,包括大学体育与健康教育、体育锻炼的科学理论基础、体质健康标准与身体素质发展、田径运动、游泳运动、篮球运动、台球运动、散打运动、体育舞蹈等内容。

作者简介

陈建生，湖南省资兴市人，教授、西南大学博士，长沙理工大学师德标兵、教学名师。
中国认知语言学会理事，湖南省科技翻译工作者协会副理事长。

从事认知语言学与应用语言学研究。

已著有《英语词汇研究史纲》等4部专著，主编和主审教材、教学参考书12本，发表论文40余篇，主持省部级课题4个。

<<大学体育>>

书籍目录

理论知识篇

第一章 大学体育与健康教育

第一节 体育概述

第二节 人体健康基础理论

第三节 大学体育与健康课程

第二章 体育锻炼的科学理论基础

第一节 体育锻炼的生理学理论基础

第二节 体育锻炼的心理学理论基础

第三节 体育锻炼的社会学理论基础

第三章 体育锻炼的卫生保健

第一节 体育锻炼的卫生常识

第二节 运动损伤的处理方法

第三节 运动性疾病的产生原因、处置与预防

第四节 女子运动卫生保健

第五节 身体状况的自我监督

第六节 体质弱势群体的体育锻炼

第四章 体质健康标准与身体素质发展

第一节 《学生体质健康标准》简介

第二节 《学生体质健康标准》测试程序

第三节 《学生体质健康标准》成绩评价

第四节 促进《学生体质健康标准》成绩提高的处方

第五节 发展身体素质的主要方法

第五章 体育文化

第一节 体育文化概述

第二节 奥林匹克文化

第三节 体育比赛欣赏

第六章 运动竞赛的编排与组织

第一节 运动竞赛的编排

第二节 小型体育比赛的组织

基本锻炼项目篇

第七章 田径运动

第一节 田径运动简介

第二节 短跑

第三节 中长跑

第四节 跨栏跑

第五节 接力跑

第六节 跳高

第七节 跳远

第八节 田径竞赛规则简介

第八章 游泳运动

第一节 游泳运动简介及熟悉水性练习

第二节 蛙泳和仰泳

第三节 水上救护与安全

第四节 游泳竞赛规则简介

第五节 水球运动

<<大学体育>>

第九章 篮球运动

第一节 篮球运动简介

第二节 篮球运动基本技术

第三节 篮球运动基本战术

第四节 篮球竞赛规则简介

第五节 三对三篮球赛

.....

健身休闲篇

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>