第一图书网, tushu007.com

<<新纪纪·体育与健康>>

图书基本信息

书名：<<新纪纪·体育与健康>>

13位ISBN编号：9787811232646

10位ISBN编号：7811232642

出版时间：2009-5

出版时间：清华大学出版社有限公司

作者：徐丙炎，赵艳　主编

页数：205

字数：315000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书根据教育部颁布的《全国普通高校体育教学指导纲要》的规定，施行俱乐部式体育教学，充分体现学生选课的“三个自主”，按照“现代教育理论”及“体育与健康”课程教学的最新发展趋势对各项内容进行了重新构建。
主要内容包括体育与健康、篮球、排球、足球、乒乓球、健美操、体育舞蹈、瑜珈、武术和《国家体质健康标准》共10个项目。
本书内容从实际出发，注重培养学生实践运用能力，结合大学生的身心特点，充分体现了“健康第一”的指导思想。

书籍目录

项目一　体育与健康 模块一　体育概述 模块二　健康概述 模块三　运动损伤学 模块四　体育医疗 项目二　篮球 模块一　移动技术 模块二　运球技术 模块三　传接球技术 模块四　投篮技术 模块五　持球突破技术 模块六　防守技术 模块七　争抢篮板球技术 模块八　攻守战术基础配合 模块九　长传快攻与防守长传快攻战术 模块十　“2—1—2”区域联防与“1—3—1”进攻联防 模块十一　篮球运动简介 模块十二　篮球比赛一般规则及裁判法项目三　排球 模块一　准备姿势与移动 模块二　发球 模块三　垫球 模块四　传球 模块五　扣球 模块六　拦网 模块七　实用战术 模块八　规则与裁判法 模块九　排球运动简介 模块十　自我评价及标准项目四　足球 模块一　踢球5个环节与各种脚法 模块二　接球 模块三　运球 模块四　头顶球 模块五　基本战术 模块六　规则简介 模块七　足球理论项目五　乒乓球 模块一　乒乓球基本准备部分 模块二　发球技术 模块三　接发球技术 模块四　推挡球技术 模块五　攻球技术 模块六　搓球技术 模块七　削球技术 模块八　弧圈球技术 模块九　乒乓球竞赛规则 模块十　乒乓球运动简介项目六　健美操 模块一　健美操基本动作 模块二　健美操大众锻炼标准测试套路一级、二级 模块三　健美操创编　模块四　健美操形体训练 模块五　健美操裁判规则 模块六　健美操相关理论知识项目七　体育舞蹈 模块一　体育舞蹈基本知识 模块二　体育舞蹈实践知识 模块三　体育舞蹈理论知识　……项目八　武术项目九　瑜伽项目十　国家学生体质健康标准参考文献

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