

<<体育与健康教程>>

图书基本信息

书名：<<体育与健康教程>>

13位ISBN编号：9787900491893

10位ISBN编号：7900491899

出版时间：2011-8

出版时间：东软电子出版社

作者：宋英 主编

页数：369

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>

<<体育与健康教程>>

内容概要

1. 适用对象

本教材不仅适用于普通高校本、专科学生体育课程使用，还可以供体育教师及体育爱好者等相关人员参考使用。

2. 具备的知识和能力基础

学习体育课程，要求学生具备最基本的身体素质，强烈的健身意识，积极、自觉的参与态度和自主学习等基本能力。

3. 教学总体目标

- (1)通过体育课程的学习，使学生能够理解、掌握和运用体育单个项目的基本知识、基本技术及战略战术，达到锻炼身体、增强体质的目的；
- (2)通过体育单个项目综合技术的练习，使学生能够积极、主动、自觉地参与体育活动，养成良好的锻炼习惯，掌握一项或两项终身受益的体育项目的锻炼方法和技巧；
- (3)通过体育俱乐部教学，培养学生组织管理、沟通协调、领导指挥和表达交流等实践能力以及集体主义精神、奉献精神、团队合作精神和创新精神；
- (4)通过课堂教学与俱乐部一体化学习，使学生不仅能参与比赛，还能策划、组织、协调比赛，最好还能做一些简单的裁判工作。

<<体育与健康教程>>

书籍目录

理论模块

第一章 体育概论

第一节 体育概述

第二节 体育的本质和功能

第三节 学校体育概述

第二章 体育与健康

第一节 健康的涵义

第二节 心理健康及标准

第三章 体育锻炼

第一节 体育锻炼效果的生理评定及锻炼原则

第二节 体育锻炼方法及计划安排

第四章 体育俱乐部

第一节 体育俱乐部概述及作用

第二节 体育俱乐部的组织与管理

第五章 奥林匹克知识

大球模块

第六章 足球

第一节 足球基本知识

第二节 足球基本技术

第三节 足球俱乐部的组织与实施

第七章 篮球

第一节 篮球基本知识

第二节 篮球基本技术

第三节 篮球俱乐部的组织与实施

第八章 排球

第一节 排球基本知识

第二节 排球基本技术

第三节 排球俱乐部的组织与实施

小球模块

武与舞模块

基础模块

休闲模块

参考文献

<<体育与健康教程>>

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>