

《体育与健康教程（第二版）》

书籍信息

版次：5

页数：

字数：

印刷时间：2012年06月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787900491831

编辑推荐

教材根据《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》和《全国普通高等学校体育教学指导纲要》精神及《国家学生体质健康标准》要求，结合CDIO教育教学改革的需要，以及编者几年来在教学理论研究所取得的经验和开展体育俱乐部教学改革的成果而编写。在CDIO人才培养理念的指导下，以IT应用型人才培养目标为依据，以体育俱乐部模式为依托，以“做中学”为手段，以提高学生综合素质为重点，打破传统院校注重技术技能和体育理论知识传授的教学模式，注重以学生的兴趣和爱好为出发点，通过体育俱乐部的教学模式，使学生掌握一项或两项终身受益的体育项目，以适应现代高校体育向科学化、生活化、娱乐化、终身化发展的趋势。

内容简介

教材由理论篇和实践篇相结合（既有理论指导又有实践操作），结构合理、图文并茂、深入浅出、言简意赅。第一章至第五章为学生了解自学内容，第六章至十四章为学生“做中学”内容。章节间既各自独立又相互联系，形式表现各有千秋，锻炼目的高度一致。教材特色：首先每章都以项目为引导，就是通过一场教学比赛或大型团体操表演把本章所有知识点和能力点串起来；其次是每节都以案例（视频赏析、经典游戏、和名人名言等）导入开始，内容由浅入深，就是从兴趣（高兴做的事）开始，然后是爱好（喜欢做的事），最后是特长（擅长做的事）；内容结构是每节都有相应基本知识、基本技术和战术的融合；课堂组织是以学生为主体，教师为主导，以分组式和自组织进行，精讲多练；练习方式有课堂练习、课后练习、拓展练习及相关知识链接，每次练习都有明确的练习内容、练习方式和达成目标。不仅可以作为普通高等学校本科、专科公共体育课程教材，也可以作为体育工作者、体育爱好者及大学生进行课外体育活动的实践指南。

目录

培养目标

理论篇

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

实践篇第六章 驰骋绿茵第一节 兴趣足球第二节 爱好足球第三节 特长足球第四节
足球俱乐部组织与实施第七章 篮球大本营第一节 兴趣篮球第二节 爱好篮球第三节
特长篮球第四节 篮球俱乐部组织与实施第八章 空中飞球第一节 兴趣排球第二节
爱好排球第三节 特长排球第四节 排球俱乐部组织与实施第九章 银球乒乓第一节
兴趣乒乓球第二节 爱好乒乓球第三节 特长乒乓球第四节 乒乓球俱乐部组织与实施
第十章 轻羽飞扬第一节 兴趣羽毛球第二节 爱好羽毛球第三节 特长羽毛球第四节
羽毛球俱乐部组织与实施第十一章 网球新贵第一节 兴趣网球第二节 爱好网球第三节
特长网球第四节 网球俱乐部组织与实施第十二章 武术漫步第一节 武术启蒙第二节
武术套路第三节 武术表演第四节 武术俱乐部组织与实施第十三章 有氧健身操第一节
有氧健身操启蒙第二节 有氧健身操套路第三节 有氧健身操表演第四节
有氧健身操俱乐部组织与实施第十四章 田径第一节 田径基本知识第二节 田径运动会
附录 《国家学生体质健康标准》参考文献

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)