

《体育知识一本通》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2013年06月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787516403495

内容简介

体育给人们绘出一幅幅多彩多姿的历史画卷，是人类文化宝库中一串璀璨的明珠。它的魅力就像印有五色环的奥林匹克旗一样风靡世界的每一个角落，激荡人心，给人美的震撼。

《体育知识一本通》全面、系统地介绍了体育运动发展的历史，体育基础知识，各运动项目的*规则，国际、国内影响较大的体育赛事，群众体育和竞技体育运动的器材及场地设置等，内容涉及体育知识的方方面面。

目录

第一章 体育科技与运动安全

多姿多彩的竞技体育

世界上的体育热

科技对体育的影响

体育器材的制约

发展身体素质

努力提高活动技能

娱乐性体育是必须的

怎样预防伤害事故

为什么饭前饭后不宜做剧烈运动

为什么运动中和运动后不要大量喝水或冷饮

为什么运动后不能马上用冷水冲洗

野外游泳应注意些什么

扭伤怎样预防

多姿多彩的竞技体育

科技对体育的影响

发展身体素质

娱乐性体育是必须的

为什么饭前饭后不宜做剧烈运动

为什么运动后不能马上用冷水冲洗

扭伤怎样预防

怎样防止鼻出血

怎样预防骨折

怎样预防重力性休克

如何防止肌肉痉挛

按摩的生理机制是怎样的

有哪几项田径运动

有哪几项体操运动

有哪几项冰雪运动

有哪几项棋牌运动

其他运动知多少

第三章 奥运匹克运动常识

奥运会会歌歌词

.....

[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)