

# 《大学体育(高)(十一五)》

## 书籍信息

版次：1

页数：363

字数：566000

印刷时间：2008年08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：9787109128286

## 内容简介

《大学体育》是为适应现代教学的新形势、满足新时期大学生的社会需求和自我需求而编写的，是根据西南林学院公共体育课教学改革新模式——“分级教学法”的新理念而创编的一套新型教材。在编写过程中我们认真学习和领会《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》、《中国教育改革和发展纲要》、《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》中的有关精神，解放思想，大胆创新，本着“以人为本”、“健康第一”、“和谐体育”的指导思想。从实际出发，注重实效，根据学生个性特点，选编的内容力求少而精。遵循大学生的身心发展规律和兴趣爱好，适合教学对象，为师生所用。由于受教学时数的限制，教材尽可能简化教学内容，突出具体锻炼方法和手段的实际运用。在操作上，既利于学生学，又利于教师教。在编排上，打破原有的写作程序，分为初、中、高三级进行创编，以满足不同层次、不同水平、不同兴趣爱好的学生需要。其内容的每个级别既是独立的，又是连贯的。所以，学生可根据自己的实际情况进行选择学习。本教材在西南林学院作为内部教材试用多年，取得了良好的教学效果，得到师生一致好评，已成为一套成熟的教材。编者在原有基础上经过不断的补充和完善，最终形成《大学体育》正式教材。本教材适合于各类农林院校和其他普通高等院校公共体育课教学使用。也适用于本、专科函授和职业教育技术学院的教学。

## 目录

### 前言

### 第一章 基础素质教育

#### 第一节 体能与健康

#### 第二节 速度素质、柔韧性素质与短跑

#### 第三节 耐力素质与中长跑

#### 第四节 力量、灵敏素质

### 第二章 定向运动

#### 第一节 定向运动发展概述

#### 第二节 定向运动基本知识

#### 第三节 定向运动地图的用法

#### 第四节 校园定向

### 第三章 篮球

#### 篮球初级班

#### 第一节 篮球理论概述

#### [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)