

《大学体育（高职）》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2014年09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：9787560635156

内容简介

大学体育是人生体育里程中的重要阶段，是培养具有强健体魄的高素质专门人才的重要途径。本书依据“健康第一”的指导思想和大学体育教育目标，精选大学体育文化教育、体育锻炼与身心健康、体育运动卫生与医务监督、大学生体质健康测试、各类体育运动理论与技术、体育运动竞赛与裁判、奥林匹克运动等为主要内容，旨在通过教师指导，学生自主学习，使学生掌握运动技能和体育锻炼方法，培养学生的体育兴趣，激发学生坚持体育锻炼的热情，形成体育锻炼的良好习惯，促进学生身心健康，素质全面提高。

目录

第一部分 体育基础知识

第一章 体育卫生与保健常识

第一节 体育锻炼中的常规要求

第二节 医务监督

第三节 运动中常见的生理反应及疾患

第四节 运动损伤与处置

第五节 按摩在体育运动中的应用

第二章 学生体质健康标准

第一节 教育部国家体育总局关于实施《国家学生体质健康标准》的通知，

第二节 《国家学生体质健康标准》内容

第三节 《国家学生体质健康标准》实施办法

第三章 田径

第一节 田径运动概论

第二节 短跑 第一部分 体育基础知识 第一章 体育卫生与保健常识 第一节

体育锻炼中的常规要求 第二节 医务监督 第三节

运动中常见的生理反应及疾患 第四节 运动损伤与处置 第五节

按摩在体育运动中的应用 第二章 学生体质健康标准 第一节

教育部国家体育总局关于实施《国家学生体质健康标准》的通知， 第二节

《国家学生体质健康标准》内容 第三节 《国家学生体质健康标准》实施办法

第三章 田径 第一节 田径运动概论 第二节 短跑 第三节 跨栏跑 第四节

接力跑 第五节 中长跑 第六节 跳高 第七节 跳远 第八节 推铅球 第四章

羽毛球 第一节 羽毛球运动的概述 第二节 羽毛球运动的基本技术 第三节
羽毛球运动的基本战术 第五章 篮球 第一节 篮球运动的概述 第二节
篮球运动的基本技术 第三节 篮球运动的基本战术 第四节 篮球竞赛规则简介
第二部分 体育与欣赏附录 大学生测试项目评分标准

[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)