

《体育运动与身心健康》

图书基本信息

书名：《体育运动与身心健康》

13位ISBN编号：9787307046856

10位ISBN编号：7307046857

出版时间：2006-1

出版社：武汉大学出版社

作者：钱建龙

页数：390

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《体育运动与身心健康》

内容概要

随着社会的进步、科技的发展，人们对身心健康需求显得越来越强烈。然而，现代高科技，一方面给人的身心健康提供了良好的医疗保障设施，另一方面它也给人的身心健康产生一些负性的影响，如运动不足症、亚健康、现代“文明病”等。针对这些负性影响，有些人采用吃药、打针和吃补品等方法，有的人则采用体育健身的方法，哪种方法更好?相信读者在看完本书后自然会有一个正确的判断。

《体育运动与身心健康》

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:www.tushu000.com