

《体操》

图书基本信息

书名：《体操》

13位ISBN编号：9787040286021

10位ISBN编号：7040286025

出版时间：2009-12

出版社：高等教育出版社

页数：77

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

《体操》

内容概要

《发展大脑和身体的运动2:体操(大幅度摆动、按规定动作着地)》依据少年儿童身心发展特点和成长规律，按照循序渐进的逻辑顺序，由易到难，由简到繁，较好地呈现了如何实施科学、有趣的少儿体育教育，如何发挥体育的独特功能实现强身健体、育心益智的作用，尤其是以浅显易懂的文字和图示，使孩子们了解自己的身体结构、部位与功能，以趣味化、情景化、合作化的身体运动，使孩子们懂得相互尊重的重要性，以体验通过努力获得成功后的快感，引导孩子们自觉塑造健全的人格，阳光的心态，积极的态度和强健的体魄。

《体操》

作者简介

李鸿江

首都体育学院教授，博士生导师，党委书记，中国高等教育学会体育专业委员会副理事长，教育部全国高校体育教学指导委员会委员。主持编写教材10余部，译著20余部，专著4部。曾两次获国家级教学成果二等奖。主持国家级及省部级课题7项。

书籍目录

用游戏器材做游戏

请巡视一下周围的游戏器材！

试试杠上悬挂！

学习这种悬垂方法！

试试跳吧！

保持平衡！

试着过去！

试着攀登！

从游戏器材到器械

垫上运动

很好地滚动

漂亮的倒立方法

这样的练习

这样的练习

有趣的练习

还有这样的竞技项目

双人练习

跳箱

使用器材的好方法

滚翻的要点

单杠

双挂膝回转

翻上

向后做腹回环

向前做腹回环

摆动背腾越

高杠

屈伸上

发展灵巧的运动

平衡木

独轮车

小型蹦床

跳绳

竹马·三角马(高跷)

亲子游戏体操

怎样使用器械

受伤后的治疗

了解你的身体

了解身体状况！(皮肤、感觉、感觉器官)

关于身体的问与答(皮肤、感觉)

参考资料(肌肉感觉、平衡)

器械运动发展身体哪些力量？

后记

《体操》

精彩短评

1、书的质量很好，就是库存太少了，原本单位想多买几本的。

《体操》

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