

《现代体育与健康》

图书基本信息

书名：《现代体育与健康》

13位ISBN编号：9787505874459

10位ISBN编号：7505874454

出版时间：2008-8

出版社：经济科学出版社

页数：330

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

《现代体育与健康》

内容概要

《现代体育与健康》根据《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》、教育部《关于以就业为导向，深化高等职业教育改革的若干意见》以及青年学生的身心特点而组织教学第一线的教授参与编写的。该书图文并茂，简单易学，寓科学性、知识性、实用性于一体，使学生在书里感悟体育，体验体育，享受体育。在运动场上寻求青春时尚，冒险刺激的运动，凝聚团队精神，展现个人的魅力。

《现代体育与健康》

书籍目录

第一篇 现代体育健康篇 第一章 现代体育健康教育第二篇 现代心理素质拓展篇 第二章 现代心理健康教育第三篇 现代大学生美体塑身篇 第三章 现代大学生减肥与健康 第四章 现代女性美与体育锻炼第四篇 现代体育意识篇 第五章 现代体育意识训练方法第五篇 民族体育精粹篇 第六章 踢毽子 第七章 南狮 第八章 舞龙 第九章 拔河 第十章 跳绳第六篇 现代体育休闲时尚篇 第十一章 休闲与时尚运动第七篇 体育运动技能篇 第十二章 大众健美篇 第十三章 体育舞蹈 第十四章 田径运动 第十五章 篮球运动第十六章 排球运动 第十七章 足球运动 第十八章 乒乓球运动 第十九章 网球运动 第二十章 羽毛球运动 第二十一章 武术运动第八篇 新兴体育篇 第二十二章 木球运动 第二十三章 地掷球运动 第二十四章 藤球运动 第二十五章 瑜伽第九篇 体育赛事欣赏篇 第二十六章 经典赛事欣赏

章节摘录

第一篇 现代体育健康篇第一章 现代体育健康教育第一节 健康新概念世界卫生组织1948年在其宪章中给健康做了如下的定义：“健康不仅是自我感觉良好的状态，健康是个体在身体上、精神上、社会适应方面的完美状态，而不仅仅是没有疾病和虚弱。”随着现代健康的理性认识，在健康的定义中又增加了“道德健康”的内容，使健康的定义更加全面、更加具有社会性。……

《现代体育与健康》

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