

# 《大学体育与健康教程》

## 图书基本信息

书名：《大学体育与健康教程》

13位ISBN编号：9787535236258

10位ISBN编号：7535236251

出版时间：2006-8

出版社：湖北科学技术出版社

作者：周贤彪

页数：245

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](http://www.tushu000.com)

# 《大学体育与健康教程》

## 书籍目录

理论篇第一章 体育与健康概述第二章 大学生体育锻炼与道德、智力、审美之关系第三章 体育锻炼的原则、方法第四章 体育锻炼与运动处方第五章 学生体质健康测试与评价技术篇第六章 田径运动第七章 球类运动第八章 其他运动附录

# 《大学体育与健康教程》

## 编辑推荐

大学体育课是学校教育的必修课，担负着培养合格人才的重任。体育教学能使学生加深对体育文化的认识，掌握基本理论知识和科学锻炼方法，养成自觉终身锻炼习惯。大学生通过体育理论的学习和体育锻炼，既能掌握健身技能的本领，提高自身的身体素质，又能在体育锻炼过程中培养克服困难，增强勇往直前的精神和组织纪律性。有了较好的身体素质既能保证学生精力充沛地学习，又能促进其思维的活跃，提高脑体结合，综合运用脑力和体力素质。基于此，根据职业技术学院的学生特点，结合场地现状，我们组织了院体育教研室教师编写了本书。本教材从实际出发，注重知识的实用性，力求使教材成为大学生的良师益友。

# 《大学体育与健康教程》

## 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](http://www.tushu000.com)