

《民族传统体育教程》

图书基本信息

书名：《民族传统体育教程》

13位ISBN编号：9787811012828

10位ISBN编号：7811012820

出版时间：2005-9

出版社：南京师范大学出版社

作者：丁苏东

页数：178

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

《民族传统体育教程》

内容概要

本教材将突破传统体育教材的内容体系与结构体系、传统大学体育教材与中学体育教材几乎雷同，从内容体系来说多是中学体育内容的重复，从教材结构体系看，属蜻蜓点水，面面俱到，缺乏深度与广度的“拼盘式”结构体系，从适用性来说，与高校体育课程改革和课程设置不相适应。当今，大学体育课程内容极为丰富，新思想、新理论、新内容、新项目、新方法以最快速度进入了高校，被高校体育所接纳，带来了教学内容的变革。同时，随着课程内容的改革与高校体育改革发展，课程设置与课程类型也发生了前所未有的变革，大学体育课由传统的“普修课”、“综合性”体育课转向了“专选课”、“俱乐部”。

《民族传统体育教程》

书籍目录

第一章 武术运动 第一节 武术运动概述 第二节 武术基本动作 第三节 长拳及其初级套路 第四节 太极拳及其套路 第五节 太极剑及其套路 第六节 武术套路竞赛规则与裁判方法 附录1 武林逸事 附录2 武术的欣赏 第二章 医疗保健体育 第一节 医疗保健体育概述 第二节 医疗体育的常用方法 第三节 几种疾病的医疗体育方法 附录3 自然力锻炼 第三章 跳绳运动 第一节 跳绳运动概述 第二节 跳绳的基本技术 第三节 跳绳的练习方法 第四节 跳绳的比赛形式 第四章 东北大秧歌 第一节 东北大秧歌 第二节 东北大秧歌的舞蹈动作 第三节 全国第二套健身秧歌动作 第四节 东北大秧歌的练习方法 参考文献

《民族传统体育教程》

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