

# 《大学体育》

## 图书基本信息

书名：《大学体育》

13位ISBN编号：9787561521434

10位ISBN编号：756152143X

出版时间：2003-12

出版社：厦门大学出版社

作者：郑健荣,吴正耀

页数：566

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》

## 内容概要

本书吸收国内外高校体育教学研究成果，锐意创新、结构新颖、文字简练、通俗易懂、图文并茂、注意内容体系的科学性、知识性、实用性和趣味性，集教育、健康、娱乐为一体，它既是大学体育课程的教材，也是大学生自主学习、科学锻炼的指导性书籍。

# 《大学体育》

## 书籍目录

第一章 体育概述 第一节 体育与政治、经济、教育 第二节 体育的功能 第三节 学校体育 第四节 社会体育 第五节 竞技体育 第二章 大学体育教育 第一节 大学体育的发展趋势 第二节 大学体育教育的特点 第三节 大学体育目标 第四节 大学体育改革 第五节 大学体育教师 第三章 大学生体育生理科学 第一节 运动系统 第二节 神经系统 第三节 循环系统 第四节 呼吸系统 第四章 大学生体育心理科学 第一节 大学生的心理特点 第二节 大学生的心理健康标准 第三节 影响大学生体育心理健康发展的因素 第四节 体育锻炼对大学生心理健康的作用 第五节 大学生体育学习的心理特点 第六节 大学生的体育恐惧心理和克服方法 第七节 大学生体育心理训练的意义和作用 第八节 大学生体育心理训练的原则 第九节 大学生的运动心理训练方法 第五章 大学生的体育运动科学 第一节 大学生体育运动时人体能量代谢的科学原理 第二节 大学生的运动性疲劳 第三节 大学体育教育的运动技能 第六章 大学生体育锻炼的原则 第一节 大学生体育学习和锻炼的特点 第二节 大学生体育学习和锻炼的内容与选择 第三节 大学生体育学习和锻炼的原则 第四节 大学生体育学习和锻炼的方法 第五节 大学生体育锻炼个人计划的前提方法 第七章 大学生的体育医疗方法 第一节 大学生常见病的体育科学医疗方法 第二节 大学生运动疾病的科学处理方法 第三节 大学生运动损伤的科学处理方法 第四节 大学生运动性急病的科学处理方法 第八章 大学体育养生学研究 第一节 体育养生理论 第二节 中国养生学原则 第三节 体育养生方法 第九章 大学生体育观赏 第一节 体育观赏的意义 第二节 体育美的观赏价值 第三节 体育运动表现形式 第四节 大学生的体育观赏修养..... 第十章 女大学生的体育锻炼方法 第十一章 篮球运动 第十二章 排球运动 第十三章 足球运动 第十四章 乒乓球运动 第十五章 羽毛球 第十六章 网球运动 第十七章 田径运动 第十八章 游泳运动

# 《大学体育》

## 编辑推荐

本书吸收国内外高校体育教学研究成果，锐意创新、结构新颖、文字简练、通俗易懂、图文并茂、注意内容体系的科学性、知识性、实用性和趣味性，集教育、健康、娱乐为一体，它既是大学体育课程的教材，也是大学生自主学习、科学锻炼的指导性书籍。

# 《大学体育》

## 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)