

《社会体育指导员职业培训教材。初级》

图书基本信息

书名：《社会体育指导员职业培训教材。初级》

13位ISBN编号：9787040137149

10位ISBN编号：7040137143

出版时间：2005-7

出版社：高等教育出版社

作者：国家体育总局职业技能鉴定指导中心 编

页数：177

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

《社会体育指导员职业培训教材。初级》

内容概要

《社会体育指导员职业培训教材(初级)(专用于社会体育指导员国家职业技能鉴定)》符合职业培训的特点,符合职业标准、培训大纲与考核鉴定的要求,符合我国该级社会体育指导员的实际文化水平与业务水平。教材不拘泥系统性和完整性,以实用和可操作为该培训教材的出发点。教材内容的表述力求做到通俗易懂,图文并茂,举例简明扼要。为便于学员参加自学和考核,每一章前设内容提要,章后设作业题和推荐阅读书目,书后设参考书目。

《社会体育指导员职业培训教材。初级》

书籍目录

第一章 体育概述 第一节 体育概述 第二节 体育发展史 第二章 社会体育指导员概述 第一节 社会体育概述 第二节 社会体育指导员概述 第三章 社会体育指导员从业须知 第一节 社会体育指导员的法律要求 第二节 社会体育指导员的职业道德要求 第三节 社会体育指导员的礼仪礼节要求 第四章 人体运动科学基础知识 第一节 人体组成概述 第二节 人体主要系统的组成与功能 第三节 人体的物质代谢和能量代谢 第五章 身体锻炼的心理学知识 第一节 心理健康概述 第二节 身体锻炼的心理学意义 第六章 身体素质的生理学基础及锻炼 第一节 身体素质概述 第二节 力量素质 第三节 耐力素质 第四节 速度、灵敏与柔韧素质 第七章 练习指导过程 第一节 场地器材的准备 第二节 常规讲解与示范的方法 第三节 保护与帮助 第八章 常用身体练习方法 第一节 重复练习法 第二节 持续练习法 第三节 变换练习法 第四节 间歇练习法 第九章 常用体育健身器械 第一节 体育健身器械概述 第二节 常用体育健身器械的功能及用法 第三节 “全民健身路径”介绍 第四节 健身器械的练习方法 第十章 人体的测量与评价 第一节 体格的测量与评价 第二节 身体机能的测量与评价 第三节 身体素质的测量与评价 第十一章 体育活动的医务监督 第一节 医务监督在健身锻炼中的作用 第二节 体育活动的禁忌证 第三节 体育活动医务监督的主要内容 参考文献

章节摘录

版权页：插图：特别值得一提的是，改革开放以来，我国的社会体育有了突飞猛进的发展，现已成为一个具有较大规模的独立的社会体育体系。具体表现为：城市体育发展迅速，职工体育呈现出新气象，社区体育蓬勃发展，小城镇体育活跃，乡村体育出现新势头；全国城乡约有1.4亿16岁以上的体育人口；中老年体育、妇女体育、幼儿体育、残疾人体育、家庭体育、民族体育、民间体育都蓬勃开展起来。1995年，《全民健身计划纲要》和《中华人民共和国体育法》的颁布实施，标志着我国社会体育的发展实现了一个更大的飞跃。随着我国社会主义市场经济体制的建立和改革开放政策的进一步实施，由国家调控、依托社会、充满生机的新型社会体育管理体制和良性循环的运行机制正在形成。社会体育的功能正在拓展，社会体育的价值取向已经呈现出健身、健心、娱乐、休闲、康复、保健等多元化倾向，社会体育的费用正由福利型向福利型和消费型相结合的方向转变，活动内容也体现出丰富多彩和满足个性需要的特征。生活化、普遍化、科学化、社会化、产业化、法制化已成为我国社会体育的发展方向。

（二）当代国外社会体育的特点与发展趋势

1.当代国外社会体育的特点

（1）大众化：所谓大众化，就是把只被社会上少数统治阶级所占有的，作为特权的文化，扩展到社会各个阶层，使之成为多数人的文化的普及过程。从世界范围来看，体育作为统治阶级的特权文化是历史形成的，体育的大众化是从工业革命开始的，即从近代资产阶级扩大到无产阶级大众。进入20世纪以后，国际上体育大众化又呈现出新的发展趋势，很多国家都以参加国际竞技体育活动为契机，进行对体育的振兴，即以少数有才能的体育精英为先行，以竞技体育为主导，推进体育的大众化。20世纪中叶以后，国际政治、经济的发展，为体育的大众化提供了可能性和必要性。

（2）社会化：这里的社会化不是社会学里的概念，而是指由国家办体育、教育机构办体育，推演到整个社会各行各业，各种社会组织、社区、家庭等都开始兴办体育的一种现象。

（3）科学化：所谓科学化，主要是指20世纪60年代末以来，社会体育活动成为各国体育科学界关注的一个热点。各种群众性健身健美热潮此起彼伏，各国政府增加了对社会体育的投资，体育科学界也加强了对社会体育活动的研究和指导。各国大众体质健康测试标准的制定和实施，各种健身器材的大量生产和销售，各种运动处方的研制都表明社会体育的科学化程度正在普遍提高。

《社会体育指导员职业培训教材。初级》

编辑推荐

《社会体育指导员职业培训教材(初级)(专用于社会体育指导员国家职业技能鉴定)》是根据《社会体育指导员国家职业标准培训大纲》由国家体育总局职业技能鉴定指导中心组织编写的，是经国家体育总局社会体育指导员职业培训教材审定委员会审定的，用于初级社会体育指导员职业培训的惟一指定教材。

《社会体育指导员职业培训教材。初级》

精彩短评

- 1、我想这是正品，印刷不错，很清新。
- 2、给几分都得看啊...
- 3、发货快捷，质量好，多次购买了，值得一再来逛，来买！
- 4、太陈旧

《社会体育指导员职业培训教材。初级》

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