

<<体育教程>>

图书基本信息

书名：<<体育教程>>

13位ISBN编号：9787040112696

10位ISBN编号：7040112698

出版时间：2002-9

出版时间：高等教育出版社

作者：李振斌 编

页数：495

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：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;体育教程&gt;&gt;

## 前言

依据中共中央、国务院重申学校教育要贯彻“健康第一”的指导思想，以顺应培养21世纪具有坚强意志品质，全面发展的复合型人才的需要，加强体育课程建设，建立一个新型的体育课程体系，陕西省教育厅组织有关专家教授遵循教育部颁发的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的基本要求，以健康第一为主线，以最新知识为内容，在更新观念的前提下，破除传统体育教材固有体系，努力建立以育人为宗旨的具有西北地区特色的新型教材体系。

教材注重知识性与健康性，注重运动原理、运动项目、锻炼价值、运动文化知识等内容的介绍，使身体锻炼与运动文化的学习同体育能力的培养有机地结合起来；切实培养学生的体育意识与能力，把满足社会发展的需要和个人发展的需要有机地结合起来；努力增强教材的可操作性，注重理论与实践的联系，使教材集科学性、系统性、创新性、实用性为一体，从而提高大学生的整体素质，使之成为大学生的良师益友。

本书由李振斌、王庆波、李梦泽、许万林担任主编，苟定邦、王德炜、罗长全、徐国富、张又新、林华担任副主编，编委有：马亚妮、马金华、王兴林、王选琪、王焕然、牛健壮、史兵、田振军、田富岐、闫振龙、吕向明、刘万斌、刘国、李宏印、李保民、李凌、陈洁、宋和平、张天祥、张天熙、张兰君、张自治、张旭、吴梅星、杨小平、杨恒、杨新林、孟月婷、周兴旺、姬乃春、胡柏平、赵华、高朝阳、黄生勇、黄菊茹、雷岐琐、熊正英、樊西宁。

全书共分为五篇，体育理论知识篇由王庆波、李振斌统稿，体育运动技能篇由张又新、林华、徐国富统稿，体育卫生与保健篇由李梦泽、许万林统稿，智力与休闲娱乐体育篇由苟定邦、王德炜统稿，体育竞赛欣赏篇由牛健壮统稿。

全书由李振斌、苟定邦统稿。

本书的编写工作，得到了陕、西省教育厅领导的关心和支持，省教育厅体卫艺处的大力协助，全省高校参编人员的通力合作，以及高等教育出版社很大的帮助，在此一并表示真挚的感谢。

在编写过程中，我们参考了众多的专业书籍，学到了很多知识，在此向有关作者致以诚挚的谢意。由于我们编写人员水平有限，不妥之处在所难免，恳请广大读者给予批评指正。

## <<体育教程>>

### 内容概要

《体育教程》包括现代社会与体育、体育与健康、体育锻炼、体育运动竞赛、大学生体育生理心理特征、奥林匹克运动、球类运动、田径运动、体操、武术运动、游泳运动、健美运动、体育舞蹈、体育运动卫生常识、运动保舰运动、营养和健康、休闲娱乐体育、体育游戏、体育竞赛欣赏等内容。《体育教程》是高等学校公共体育课教材，已经全国普通高等学校体育教学指导委员会审定。

## &lt;&lt;体育教程&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 体育理论知识第一章 现代社会与体育第一节 体育与现代社会的关系第二节 大学体育法规与科学实施第三节 建立具有中国特色的大学体育体系第二章 体育与健康第一节 现代健康观第二节 体质与健康第三节 健康的标准与评价第三章 体育锻炼第一节 体育锻炼的原则第二节 体育锻炼的内容与方法第三节 体育锻炼效果的评定第四章 体育运动竞赛第一节 体育运动竞赛的意义、特点及分类第二节 体育运动竞赛组织机构和运动竞赛第三节 体育运动竞赛的组织与编排第四节 学校体育与竞技体育的区别第五章 大学生体育生理心理特征第一节 大学生体育生理特征第二节 大学生体育心理特征第六章 奥林匹克运动第一节 奥林匹克运动概述第二节 国际奥林匹克运动的思想体系第三节 国际奥林匹克运动的组织机构第四节 奥林匹克运动与学校体育第二篇 体育运动技能第一章 球类运动第一节 篮球运动第二节 排球运动第三节 足球运动第四节 乒乓球运动第五节 羽毛球运动第二章 田径运动第一节 概述第二节 田径运动锻炼作用与方法第三节 奔跑第四节 跳跃第五节 投掷第六节 田径竞赛规则与裁判法简介第三章 体操第一节 艺术体操第二节 健美操第四章 武术运动第一节 概述第二节 初级长拳第三路第三节 简化太极拳第五章 游泳运动第一节 概述第二节 蛙泳第三节 自由泳（爬泳）第四节 仰泳第五节 蝶泳（海豚泳）第六节 水中救护与岸上急救第六章 健美运动第一节 概述第二节 健美运动的特点第三节 主要练习手段和方法第七章 体育舞蹈第一节 概述第二节 体育舞蹈基础知识第三节 体育舞蹈的舞种及跳法（选用）第三篇 体育运动卫生保健第一章 体育运动卫生常识第一节 体育运动卫生第二节 体育心理卫生第二章 运动保健第一节 体育运动的保健指导第二节 常见运动损伤第三节 运动疾病的预防和处理第三章 运动、营养和健康第一节 运动与三大营养第二节 运动与水、无机盐、维生素第三节 能量平衡、营养平衡与身体健康第四章 体育医疗第一节 传统保健疗法第二节 体育康复第四篇 休闲娱乐体育与体育竞赛欣赏第一章 休闲娱乐体育第一节 网球运动第二节 保龄球运动第三节 台球运动第四节 登山运动第五节 旱冰运动第二章 体育游戏第一节 体育游戏基本理论第二节 体育游戏的分类与方法第三章 体育竞赛欣赏第一节 体育竞赛欣赏的价值和意义第二节 体育竞赛欣赏的内容和方法

## &lt;&lt;体育教程&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：二、大学体育的地位体育之所以成为高等教育的组成部分，是由体育本身在教育和培养人的系统中所具有的价值和作用决定的。

大学体育的实施、大学体育的目的实现，离不开德、智、美诸育的配合，而德、智、美诸育的实施又必须有体育的配合。

整个教育过程就是德、智、体、美诸育的相互补充、相互配合、协调统一作用于教育对象的过程，是现代教育发展的客观规律。

（一）大学体育在培养全面发展专门人才中的地位随着现代科学的发展，社会生产方式和劳动力结构发生了根本的改变，社会发展对教育培养人才提出了新的需要，德、智、体三育并重的教育思想逐步受到了重视。

英国哲学家和教育学家洛克在论述教育内容时，对教育的三个组成部分德育、智育和体育作了明确区分，并要求将实际的锻炼法，分别贯穿在德、智、体三育过程中。

斯宾塞在他的《教育论》中也对体育进行了专门分析，提出了重视青少年健康和体育锻炼的思想，大力提倡儿童的户外运动。

他们的教育理论，反映了体育作为全面教育的组成部分的自然科学规律。

马克思在《资本论》中指出：未来教育对所有已满一定年龄的儿童来说，就是生产劳动同智育和体育相结合，它不仅是提高社会生产的一种方法，而且是造就全面发展的人的唯一方法。

毛泽东在他早期的教育思想中就提出了：体者，为知识之载而为道德之寓者也。

强调了健康的身体与德育、智育的辩证关系。

在发展我国教育事业的实践中，他又多次全面论述了德、智、体全面发展的教育思想，指明了体育在全面教育中的重要地位，并成为发展社会主义学校体育的基本指导思想。

作为高等教育组成部分的大学体育，必须与德育、智育相结合，在培养全面发展的合格专门人才中发挥更大作用，才能和大学体育在高等教育中的重要地位相适应，满足社会发展对人才的需求。

（二）大学体育在发展我国体育事业中的地位学校体育是我国社会主义体育事业的基础。

各国的科学研究和体育实践表明，国民体质的增强和竞技运动水平的提高，是一个系统的循序渐进的过程，违反科学规律的身体锻炼和运动训练，都难以取得理想的效果。

为此，把学校体育作为发展我国体育事业的战略重点，并从儿童抓起，具有深远的意义。

国民体质的强弱关系到国力强弱和民族的兴衰。

中华民族曾长期忍受“东亚病夫”的屈辱。

新中国成立后，党和政府十分重视发展体育运动，增强人民体质，并取得了显著的成效。

<<体育教程>>

编辑推荐

《体育教程》是高等学校教材之一。

<<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:<http://www.tushu007.com>