

<<体育与健康>>

图书基本信息

书名：<<体育与健康>>

13位ISBN编号：9787510607431

10位ISBN编号：7510607434

出版时间：2011-7

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;体育与健康&gt;&gt;

## 内容概要

《体育与健康》主要内容简介：为积极响应国家号召，贯彻落实《关于开展全国亿万学生阳光体育运动的通知》指出的“保证学生每天锻炼一小时，掌握至少两项体育技能”的具体目标，推进学校体育教学改革的发展和精品教材的建设，我们组织编写了《体育与健康》。

在《体育与健康》的编写过程中，本着高职高专院校体育活动发展的总体思想，并结合院校发展的实际教学状况构建理论内容，以认识人、体育为了人、体育塑造人、体育发展人、体育适应人、体育丰富人为框架展开。

《体育与健康》主要有以几个方面的特点：（1）实用易行。

教材在内容编排上，针对体育项目或动作特点，有相当数量的练习方法。

通过这些练习方法不仅能够有针对性地解决技术动作难点，提高运动能力水平，而且娱乐性较强，有利于练习者在愉快的活动中掌握技术动作要点，寓教于乐。

（2）图文并茂。

体育运动项目技术动作、战术打法大多较为复杂，单以语言表达难以详尽其要义，《体育与健康》选配大量技术动作分解图，图文并茂，以图代文，以图解文，形象直观。

（3）难易适度。

本教材内容详略得当，重点介绍那些简单易学的技术动作，使读者能很快掌握项目基本技术，组织训练、比赛。

由易而难，由浅而深，增强学生对项目的兴趣。

由于编者的知识水平有限，书中错误和不足之处在所难免，恳请广大读者朋友提出批评意见，以便在将来进一步完善。

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>