

健身教育教程



[健身教育教程_下载链接1](#)

著者:毕春佑 编

出版者:医学教育出版分社

出版时间:2003-8

装帧:

isbn:9787030119421

《健身教育教程(第2版)》密切结合医学知识,运用人体科学、教育科学和体育科学等理论,阐述了健身教育对健全身体、增强体质的生理学、心理学依据,健身运动的科学原理与方法,健身运动对人体各器官系统的影响及作用,健身运动中运动性损伤的预防与治疗,健身的医务监督,运动疗法在康复医学中的作用,科学锻炼及平衡膳食等。此外还对具有显著特点的传统民族体育的健身理论与方法进行了挖掘整理,收录了新版的《全民健身计划纲要》、《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》及《学生体质健康标准》,目的在于对全民和高校健身教育给予有力的指导。

《健身教育教程》可供医学院校学生、其他相关学科的学生及热爱健身的读者参阅。

作者介绍:

目录:

[健身教育教程_下载链接1](#)

标签

评论

[健身教育教程_下载链接1](#)

书评

[健身教育教程_下载链接1](#)