

# 中学生军训教程



[中学生军训教程\\_下载链接1](#)

著者:李明 编

出版者:暨南大学出版社

出版时间:2004-5

装帧:简装本

isbn:9787810793681

《中学生军训教程》根据中学生的心理、心理的教育特点，力求充分体现“国防教育”的精髓，努力做到内容丰富、语言精练、易学易做、简单实用。如本书第四章在传统的

“军体拳”基础上专门改编了一套更适宜中学生练习的“军训拳”，第五章专门介绍了适宜在吵学生军训期间开展的“体育游戏”，第六章专门介绍了正在走向体育课堂的“定向越野”等军体项目，第七章专门介绍了运动营养和损伤预防的相关知识，第九章专门介绍了与日常自然灾害预防密切相关的安全常识，这也可以说是本书的一个主要特点。

作者介绍:

目录:

[中学生军训教程\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[中学生军训教程\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[中学生军训教程\\_下载链接1](#)