

大学体育教程



[大学体育教程_下载链接1](#)

著者:郭科伟

出版者:人民军医出版社

出版时间:2006-6

装帧:简装本

isbn:9787509100912

本书是根据《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》，配合高等中医院校教学内容和体制改革的进程而组织编写的。全书内容包括高校体育的基本知识，体育锻炼的科学基础、原则和方法，运动保健及运动处方，简单的武术知识及套路，各种球类运动、健美操、棋类介绍，还有体育竞赛与体育欣赏等。本书在内容选择上突出健康教育、传统养生和传统体育相结合，以培养大学生身心全面发展为目标，以增强体质、增进健康为目的。此书亦可供体育爱好者阅读参考。

作者介绍:

目录:

[大学体育教程_下载链接1](#)

标签

评论

[大学体育教程_下载链接1](#)

书评

[大学体育教程_下载链接1](#)