

大学体育



[大学体育_下载链接1](#)

著者:从群, 赵毅华, 邓家平 主编

出版者:上海交通大学出版社

出版时间:2008-6

装帧:

isbn:9787313045720

《大学体育(第2版)》共分两篇：体育理论篇和体育实践篇。体育理论篇系统地论述了体育的概念、本质、起源和发展，介绍了科学锻炼的原则和方法，阐述了体育与健康教育，体育竞赛组织与编排，运动与卫生，保健与养生，奥林匹克运动等内容。体育实践篇较详细地介绍了球类、中华武术、健美、游泳、舞蹈、定向运动、攀岩、龙舟、瑜伽、台球和跆拳道等运动的基本动作、组合练习、练习方法等内容。

作者介绍:

目录:

[大学体育_下载链接1](#)

标签

评论

[大学体育_下载链接1](#)

书评

[大学体育_下载链接1](#)