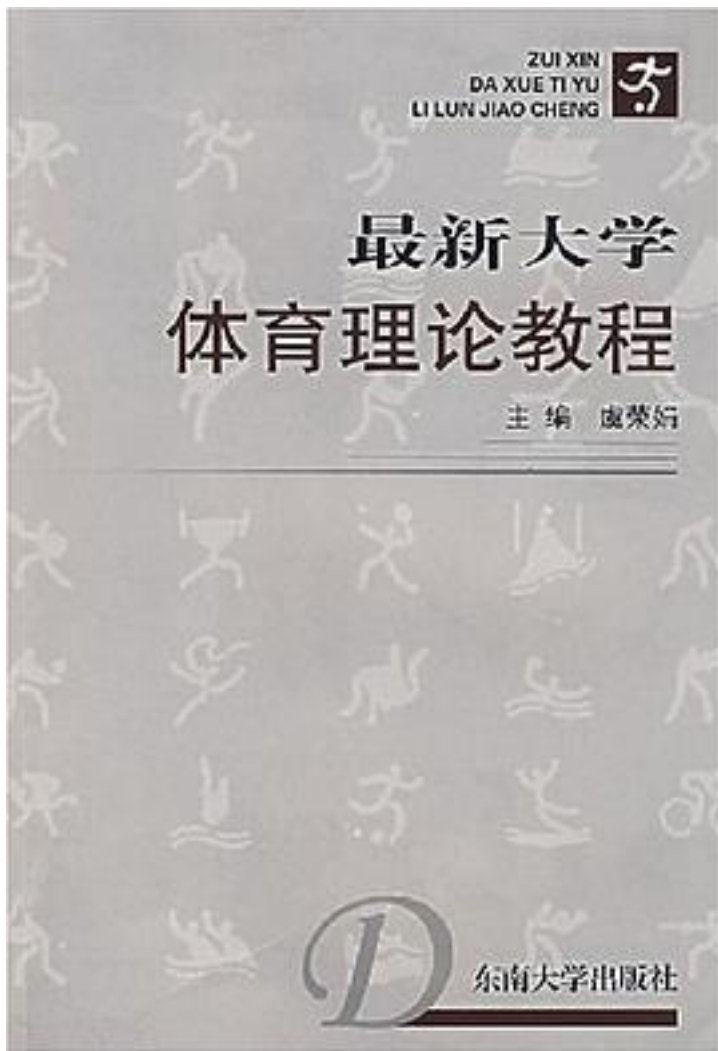


最新大学体育理论教程



[最新大学体育理论教程 下载链接1](#)

著者:虞荣娟 编

出版者:江苏东南大学

出版时间:2006-10

装帧:

isbn:9787564104641

本教材坚持以人为本，以体育健身为主题，着重介绍健身的原理、方法和健康指导。全书分为十章：绪论、现代大学体育的使命、体育与现代社会、人体健康与身体素质、运动与心肺功能、健康的生活方式、体育锻炼与营养、健身跑的科学锻炼方法、奥林匹克运动、大学生体育观赏能力的培养、大学生体育健身、健康指导。特别是对大学生健身及健康等问题作重点一章进行专门论述，将健康第一的思想贯穿始终。本教材实用性强，突出文化品味，力求内容创新，追求时代特色。

本书除可作大学公共体育课教材之外，还可供体育爱好者阅读。

作者介绍:

目录:

[最新大学体育理论教程_ 下载链接1](#)

标签

评论

[最新大学体育理论教程_ 下载链接1](#)

书评

[最新大学体育理论教程_ 下载链接1](#)