

大学生体育与健康



[大学生体育与健康 下载链接1](#)

著者:蔡丽 编

出版者:

出版时间:2009-6

装帧:

isbn:9787508388625

《大学生体育与健康》为高职高专公共基础课。全书共分两篇十章。其中上篇为体育健

康知识，主要包括体育与健康概述、体育锻炼对人体健康的影响、体育锻炼的医务监督与卫生保健常识、运动竞赛；下篇为体育运动实践，主要包括田径、球类运动、健身健美操与形体运动、武术、跆拳道、休闲体育。《大学生体育与健康》主要作为高职高专院校的“体育与健康”课程教材，也可作为体育健身的培训教材，还可作为体育健身爱好者的参考用书。

作者介绍:

目录:

[大学生体育与健康_下载链接1](#)

标签

评论

[大学生体育与健康_下载链接1](#)

书评

[大学生体育与健康_下载链接1](#)