

体育与健康



[体育与健康_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-8

装帧:

isbn:9787564026707

《体育与健康》内容简介:自《国家学生体质健康标准》颁布与实施以来,在倡导健康教育和终身体育的背景下,学校体育教学的目的和任务更加明确,为此,我们编写了《体育与健康》,更好地为广大的学生服务,最大限度满足大学生在体育上自我发展、学习和适应社会的需要。根据“为我所用”的原则,对体育锻炼知识、运动技术等进行了进一步的简化和重组,为大学生提供适合的、可独立操作的、可选择的可调控的锻炼方法,增加了反映运动项目特征和体现体育文化价值的内容,并考虑了东北地区大学体育教学的需要,最终,力求依据大学生所具有的表现、创造和竞争等欲望,进行体育教育和自我锻炼,达到培养个性、激发体育学习兴趣、提高身心健康水平和养成体育锻炼习惯的目的。

作者介绍:

目录:

[体育与健康_下载链接1](#)

标签

评论

[体育与健康_下载链接1](#)

书评

[体育与健康_下载链接1](#)