

体育与健康



[体育与健康_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2008-7

装帧:

isbn:9787109127418

《体育与健康》分理论篇和技能篇两部分，共17章。理论篇包括体育与健康概述、体育锻炼与健康、体质健康的自我评价、运动处方与卫生保健、体育，竞赛与欣赏；技能篇包括田径、篮球、排球、足球、乒乓球、羽毛球、游泳、速度滑冰、速度轮滑、体育舞蹈与健美操、武术、拓展训练。本教材具有知识与技能相结合、语言精练简洁、实践性强等特点。本教材可作为高职高专院校公共体育教材，也可供体育爱好者学习参考。

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](#)