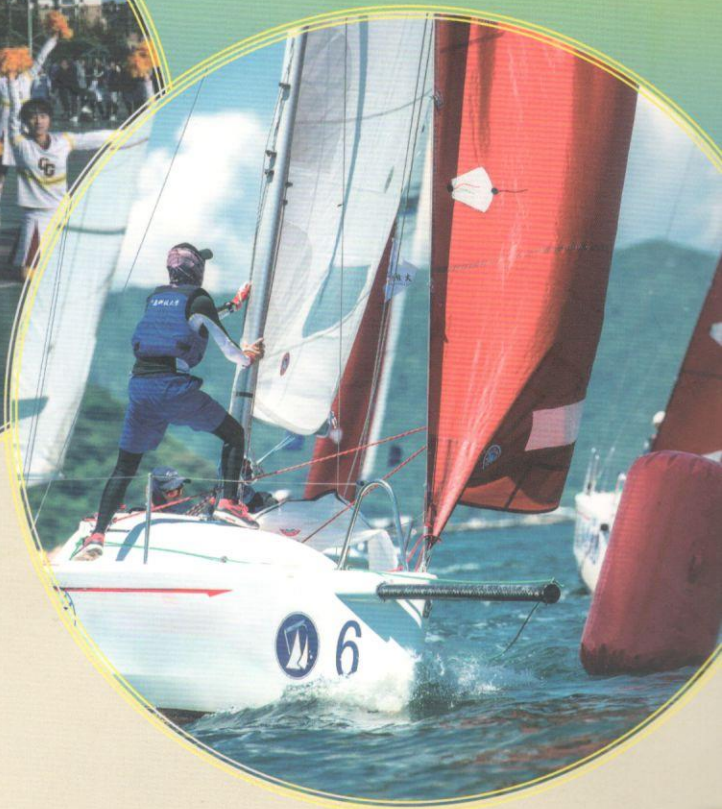


普通高等学校公共体育“互联网+”新形态教材

# 体育导论

陈克正 主编



高等教育出版社

## 内容提要

本教材为普通高等学校公共体育“互联网+”新形态教材,以贯彻落实“健康第一”理念和立德树人根本任务为目标,围绕《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》精神编写。全书图文并茂、内容丰富,共分为5章内容,既涵盖了大学生必须掌握的体育基础理论知识,也包括大学生自主体育锻炼可开展的实践内容。本书还关联了丰富的二维码链接资源,通过二维码链接动作技能示范视频,激发学生自主学习的积极性和主动性,较好地体现了时代性、创新性和知识性。本书可作为普通高等学校的公共体育课教材,也可作为大学生科学健身的指导书。

## 图书在版编目(CIP)数据

体育导论 / 陈克正主编. -- 北京: 高等教育出版社, 2021.3  
ISBN 978-7-04-054913-3

I. ①体… II. ①陈… III. ①体育-高等学校-教材  
IV. ①G807.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2020)第154088号

体育导论  
Tiyu Daolun

策划编辑 范峰 责任编辑 廖倩雯 封面设计 张楠 版式设计 于婕  
责任校对 胡美萍 责任印制 耿轩

出版发行 高等教育出版社  
社址 北京市西城区德外大街4号  
邮政编码 100120  
印刷 北京天宇星印刷厂  
开本 787mm×960mm 1/16  
印张 12.5  
字数 210千字  
购书热线 010-58581118  
咨询电话 400-810-0598

网 址 <http://www.hep.edu.cn>  
<http://www.hep.com.cn>  
网上订购 <http://www.hepmall.com.cn>  
<http://www.hepmall.com>  
<http://www.hepmall.cn>  
版 次 2021年3月第1版  
印 次 2021年3月第1次印刷  
定 价 24.50元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换  
版权所有 侵权必究  
物料号 54913-00





# 前言

增强青少年体质,促进青少年健康成长,是我国素质教育的重要目标,更是关系国家和民族未来的大事。100多年前,毛泽东发表了著名的《体育之研究》,阐述了体育“强筋骨、增知识、调感情、强意志”的重要作用,强调学校教育要“三育并重”,“体育占第一位置”。体育运动不仅能强身健体,而且可以培养学生的爱国主义情感,凝聚民族精神,增强团队意识,弘扬拼搏精神,提高抗挫能力,对青少年陶冶情操、磨炼意志、启迪智慧有着重要作用。

党和国家历来高度重视学校体育工作,将“体育育人”作为立德树人的重要内容并付诸实施。党的十八届三中全会提出“强化体育课和课外锻炼,促进青少年身心健康、体魄强健”。党的十九大报告强调“要广泛开展全民健身活动,加快推进体育强国建设”。在2018年召开的全国教育大会上,习近平总书记强调:要树立“健康第一”的教育理念,开齐开足体育课,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。

为全面贯彻党的教育方针,认真落实“健康第一”理念和立德树人根本任务,青岛科技大学吹响了体育教育教学改革的号角,通过构筑体育教学体系、设定体育刚性要求、实施体育兴趣驱动、推动体育思政协同等举措,以体育为切入点构筑全员、全过程、全方位育人的大格局,进一步完善立德树人的体制机制,提升大学生综合素质。本教材为中国高等教育学会教学研究分会金课课题(项目号:JKJH201909),普通高等学校公共体育“互联网+”新形态教材,旨在通过强化教材的“人本位”建设,突出人文性、知识性和时代性特征,使教材真正担负起承载体育知识、弘扬体育文化、彰显体育精神的重任。本教材在编写过程中主要体现了以下特点:

1. 编写目的旨在使学生领悟体育真谛,维护健康法则,审视体育文化,进而崇尚体育,明其理、悟其道,为终身体育奠定基础。

2. 从大学生学习和生活实际出发,对各类运动项目进行梳理归纳与介绍,以帮助学生更好地了解项目特征、掌握观赛礼仪与文

化,注重拓展学生体育知识面,丰富和提升体育文化特质。

3. 理论表述简明扼要,案例阐述图文并茂,书中还关联了丰富的二维码链接资源,通过二维码链接动作技能示范视频,激发学生自主学习的积极性和主动性,体现大学体育改革的最新成果。

本教材凝聚了青岛科技大学多位教师的辛勤劳动和智慧。教材由陈克正担任主编,官杰担任副主编,各章参编人员如下:刘丽、边华东、李王菲、李杰、王金雨、万凯、张成坤、张钦恺、丁伟、楚晓东、王保栋、王玺等。

由于编者学术水平和工作能力所限,教材还有许多不尽如人意之处,在此恳请广大专家与读者提出宝贵意见,以便于今后继续完善和改进。

编者

2020年10月