

# 大学生体育与健康

教客网 • 百万图书阅读与交易网站 ([www.jiaoke.com](http://www.jiaoke.com))

《大学生体育与健康》是由史宏涛, 杨杰, 曹扬编著的体育教育图书，由北京：北京理工大学出版社出版。教客网提供的图书交易、电子书在线阅读与PDF下载服务，支持电脑、平板和手机多终端访问，涵盖教材、教辅、文学、科技、艺术等多个领域，是读者查找和收藏图书资源的实用平台。

书名	大学生体育与健康
作者	史宏涛, 杨杰, 曹扬
出版社	北京：北京理工大学出版社
ISBN	9787576341980
出版日期	2024-06-01
页数	234
价格	
关键词	大学生体育与健康, 史宏涛, 杨杰, 曹扬, 北京: 北京理工大学出版社, 体育教育, 教材
分类	体育教育

## 图书介绍

体育作为一种重要的健身方式，不仅可以帮助学生保持身体健康，增强体质和免疫力，预防疾病，还可以改善心理健康，缓解力，减轻焦虑和抑郁等情绪问题。本教材以科学、系统、全面的方式介绍了大学体育与健康的基本理论和实践知识。同时，本书注重实践教学，通过丰富的配图和充实的理论知识，帮助学生深入理解和掌握相关运动项目的知识和技能。本书可作为高等职业院校、高等专科院校、成人高校、中专学校等的大学体育教材，也可供相关人员学习参考。

本书出售、求购与在线阅读地址：<https://www.jiaoke.com/book/detail/9637898.html>

更多体育教育图书推荐：首页：<https://www.jiaokey.com>

史宏涛, 杨杰, 曹扬

其他作品：<https://www.jiaokey.com/book/detail/96378988.html>

北京：北京理工大学出版社

出版图书：<https://www.jiaokey.com/book/detail/96378988.html>

关键词搜索：大学生体育与健康：<https://www.jiaokey.com/book/detail/96378988.html>

教客网 提供大量电子书免费在线阅读与 PDF

下载服务，支持按书名、作者、出版社、ISBN、标签等多维度检索图书资源。