

COVER

MATA KULIAH DUAL MODE S/PJJ

NAMA KANAN ATAS (BIBI SENDIRI)

JUDUL SPORTS MEDICINE

ILUSTRASI

MODUL By Lilis Komariah+dr. Lucky

KESEHATAN OLAHRAGA (SPORT MEDICINE)

Editor dua sama bibi

COVER DALEM (Tim pengajar 3)

Buat soal latihan

TINJAUAN MATA KULIAH (KATA PENGANTAR)

DAFTAR ISI

Setelah pendahuluan setiap modul ada tujuan

MODUL I

PENDAHULUAN

KEGIATAN BELAJAR I

KEGIATAN BELAJAR II

Kesimpulan

Latihan

Daftar Pustaka

MODUL II OLAHRAGA KESEHATAN

PENDAHULUAN

KEGIATAN BELAJAR I (OLAHRAGA KESEHATAN) sampe akhir sasaran 3

KEGIATAN BELAJAR II (BAB5)

KEBUGARAN JASMANI adalah . .

Kesimpulan

Latihan

Daftar Pustaka

MODUL 3 OKSIDAN DAN ANTI OKSIDAN

PENDAHULUAN (BAB7)

KEGIATAN BELAJAR I (RUANG LINGKUP ANTIOKSIDAN-76 sisi gelap dll.,)

KEGIATAN BELAJAR II (manfaat dan mudarat Olahraga BAB3 hal 15)

KB III PUASA DAN OLAHRAGA KESEHATAN (HAL 448)

Kesimpulan

Latihan

Kepustakaan

MODUL 4 OLAHRAGA ANAK

PENDAHULUAN (s/d 79)

KB I Pertumbuhan dan pematangan s/d Tinjauan Psikologis hal 87

Kesimpulan lihat di edit sport

KB II BAB 11 penyakit kronik pada anak hal 131 s/d 150

Kesimpulan (ada di hal akhiir)

KB III hal 346

MODUL 5 wanita dan olahraga

PENDAHULUAN

KBI PERBEDAAN FISIK ANTARA PRIA DAN WANITA

KB II OSTEOPOROSIS DAN GANGGUAN MENSTRUASI

Kesimpulan

MODUL 6 OLAHRAGA PADA LANJUT USIA

PENDAHULUAN 232

KB I MENGAPA PERLU OLAHRAGA? s/d 246+contreng

KBII KESEHATAN LANSIA 254

KBIII ASMA DAN OLAHRAGA 453

KESIMPULAN DAN LATIHAN

KESIMPULAN

KEPUSTAKAAN

MODUL 7 STRESS LINGKUNGAN

PENDAHULUAN 302

KB I IKLIM PANAS DAN DINGIN

KESIMPULAN

KB II GEJALA DAN PERTOLONGAN TERHADAP CEDERA PANAS 322

KB III 341 STRESS PERJALANAN