

<<运动生理学>>

图书基本信息

书名：<<运动生理学>>

13位ISBN编号：9787500923091

10位ISBN编号：7500923090

出版时间：2002-9

出版时间：人民体育出版社

作者：全国体育院校教材委员 编

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<运动生理学>>

内容概要

<<运动生理学>>

书籍目录

基础篇.绪论第一节 生命的基本特征第二节 人体生理机能的调节第三节 人体生理机能调节的控制第四节 运动生理学研究的基本方法第五节 运动生理学的历史与研究现状第六节 运动生理学的发展趋势第一章 骨骼肌机能第一节 肌纤维的结构第二节 骨骼肌细胞的生物电现象第三节 肌纤维的收缩过程第四节 骨骼肌特性第五节 骨骼肌收缩第六节 肌纤维类型与运动能力第七节 肌电的研究与应用第二章 血液第一节 概述第二节 运动对血量的影响第三节 运动对血细胞的影响.第四节 运动对血红蛋白的影响第五节 运动对血液凝固和纤溶能力的影响第三章 循环机能第一节 心脏的机能第二节 血管生理第三节 心血管活动的调节第四节 运动对心血管系统的影响第四章 呼吸机能第一节 呼吸运动和肺通气机能第二节 气体交换和运输第三节 呼吸运动的调节第四节 运动对呼吸机能的影响第五章 物质与能量代谢第一节 物质代谢第二节 能量代谢第三节 体温第六章 肾脏机能第一节 肾脏的基本结构第二节 尿的生成过程第三节 肾脏在保持水和酸碱平衡中的作用第四节 运动对肾脏机能的影响第七章 内分泌机能第一节 内分泌概论第二节 主要内分泌腺及其作用第三节 激素分泌的调控第八章 感觉与神经机能第一节 感觉器官第二节 肌肉运动的神经调控应用篇第九章 运动技能第一节 运动技能的基本概念和生理本质第二节 形成运动技能的过程及其发展第三节 影响运动技能形成与发展的因素第十章 有氧、无氧工作能力第一节 概述第二节 有氧工作能力.第三节 无氧工作能力第十一章 身体素质第一节 力量素质第二节 速度素质第三节 耐力素质第四节 灵敏和柔韧素质第十二章 运动过程中人体机能变化规律第一节 赛前状态与准备活动第二节 进入工作状态与稳定工作状态第三节 运动性疲劳第四节 恢复过程第十三章 运动训练原则的生理学分析第一节 概述第二节 超负荷原则生理学分析第三节 恢复原则的生理学分析第四节 周期性原则的生理学分析第五节 个体化原则的生理学分析第十四章 特殊环境与运动能力第一节 高原环境与运动能力第二节 热环境与运动能力第三节 冷环境与运动第四节 水环境与运动第十五章 运动机能的生理学评定第一节 运动训练对机体机能的影响第二节 影响运动训练效果的因素第三节 人体机能评定的方式第四节 人体机能评定的常用指标第五节 适宜运动量的生理学评定第十六章 儿童少年生长发育与体育运动第一节 儿童少年生长发育第二节 儿童少年的解剖生理特点和体育教学与运动训练第三节 儿童少年身体素质的发展第十七章 女子的生理特点与体育运动第一节 女性生理特点第二节 月经周期、妊娠与运动能力第十八章 老年人的生理特点与体育锻炼第一节 概述第二节 老年人生理特点与健身作用第三节 老年人健身运动原则第十九章 运动处方的生理学基础第一节 概述第二节 运动处方的基本要素第三节 运动处方的制定第四节 运动处方的实施第五节 健身运动处方示例第二十章 生物节律与运动能力第一节 概述第二节 运动员的生物节律特征第三节 运动员生物节律模型的建立和应用第四节 人体生物节律的调整第五节 激素节律变化与运动员选材第二十一章 运动生理负荷的监测与调控第一节 概述第二节 运动生理负荷的监测与调控第三节 运动生理负荷的实时分析第二十二章 免疫机能与运动能力第一节 免疫系统概述第二节 运动性免疫机能第三节 运动性免疫抑制

<<运动生理学>>

编辑推荐

由北京体育大学主持并会同全国各体育院校的专家共同编写的这本《运动生理学》，系统总结了多年的教学经验，反映这一领域的最新研究成果，为体育院校的有关系科的本科生及研究生提供了一本有特色的、有质量的教科书和参考书。

<<运动生理学>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>