

<<运动生理学概要>>

图书基本信息

书名：<<运动生理学概要>>

13位ISBN编号：9787311029098

10位ISBN编号：7311029090

出版时间：2007年1月1日

出版时间：兰州大学出版社

作者：胡卓生

页数：229

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>

## <<运动生理学概要>>

### 内容概要

《运动生理学概要》以章为体例进行编写，共分20章，各章标题及编排顺序与高等教育出版社1999年7月版的《运动生理学》教材完全一致。

各章的重点、难点解析，是对教材的补充和延伸，可指导教师备课，帮助同学以较少的时间，掌握重点知识，提高复习效率。

编者根据多年的教学实践，编辑了大量与教学相符的习题。

题型分为单项选择题、名词解释、填空题和简答题等形式，目的是将学习内容与实际相结合。

## &lt;&lt;运动生理学概要&gt;&gt;

## 书籍目录

绪论一、人体生理学的研究对象、任务和方法二、生命活动的基本表现三、生理功能的反应和适应及其调节[练习题][参考答案]第一章 肌肉的兴奋与收缩一、细胞膜的基本结构和物质转运功能二、神经肌肉的兴奋性和生物电现象三、肌肉收缩的原理四、肌肉收缩的形式与力学特征五、肌肉结缔组织对肌肉收缩的影响六、肌电图在体育科研中的应用[练习题][参考答案]第二章 骨骼肌纤维类型与运动一、不同类型骨骼肌纤维的形态、功能特征二、骨骼肌纤维类型与运动的关系[练习题][参考答案]第三章 呼吸一、肺通气二、气体的交换三、呼吸运动的调节[练习题][参考答案]第四章 血液一、概述二、血液的功能[练习题][参考答案]第五章 血液循环一、心肌的生理特性二、心动周期及周期中各种变化三、心输出量和心脏做功四、血管中的血压与血流五、心血管活动的调节[练习题][参考答案]第六章 运动中的氧供与氧耗一、需氧量与吸氧量二、氧亏三、乳酸阈与通气阈[练习题][参考答案]第七章 物质代谢一、营养物质的消化与吸收二、主要营养物质的体内中间代谢简述三、代谢尾产物的排泄[练习题][参考答案]第八章 能量代谢一、人体内能量的来源与去路二、人体运动的能量供应三、人体能量代谢的测定[练习题][参考答案]第九章 感觉与运动一、感觉生理概述二、位觉三、本体感觉四、其他感觉[练习题][参考答案]第十章 肌肉活动的神经控制一、神经系统概述二、运动的神经控制[练习题][参考答案]第十一章 运动技能的学习一、运动技能学习的神经基础二、运动技能的形成三、运动技能形成的过程及影响因素[练习题][参考答案]第十二章 肌肉活动的激素调节一、概述二、下丘脑的内分泌功能三、垂体激素四、甲状腺激素五、胰岛激素六、肾上腺皮质激素七、肾上腺髓质激素八、其他激素[练习题][参考答案]第十三章 运动过程中人体功能变化的规律一、运动过程中人体生理机能的阶段性变化二、准备活动三、促进人体机能恢复的手段[练习题][参考答案]第十四章 身体素质的生理学分析一、力量素质二、速度素质三、耐力素质四、灵敏与柔韧素质[练习题][参考答案]第十五章 体育教学与课余运动训练的生理学分析一、体育教学与训练原则的生理学分析二、体育教学与业余训练的负荷阈三、体育教学与课余运动训练效果的生理学评定[练习题][参考答案]第十六章 健身活动生理学基础一、健身活动的意义二、健身运动处方三、身体成分与减肥四、运动与免疫[练习题][参考答案]第十七章 儿童少年与体育运动一、儿童少年的生理特点二、运动技能和身体素质的发展三、运动定向的生理学依据[练习题][参考答案]第十八章 女子与体育运动一、女子运动能力的特点二、月经周期与运动[练习题][参考答案]第十九章 老年人与体育锻炼一、衰老的概述二、体育锻炼对延缓衰老过程的影响三、老年人体育锻炼的生理原则[练习题][参考答案]第二十章 环境与运动一、冷热环境与运动二、水环境与运动三、高原环境与运动四、生物节奏与运动[练习题][参考答案]参考文献

## <<运动生理学概要>>

### 编辑推荐

《运动生理学》是一门重要的体育专业基础课程。

这本《运动生理学概要》，作为体育各专业的学生学习《运动生理学》的参考书，旨在帮助学生学好这门课程。

《运动生理学概要》将指导学生明确学习目的，启发学生独立思考，培养运用所学知识分析和解决实际问题的能力。

《运动生理学概要》是《运动生理学》的配套教材，它与教学大纲和教学内容完全衔接，而且内容力求少而精。

<<运动生理学概要>>

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>