

<<运动人体科学基础教程>>

图书基本信息

书名：<<运动人体科学基础教程>>

13位ISBN编号：9787562330288

10位ISBN编号：756233028X

出版时间：2008-11

出版时间：张月芳 华南理工大学出版社 (2008-11出版)

作者：张月芳

页数：247

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>

## <<运动人体科学基础教程>>

### 内容概要

《运动人体科学基础教程》是专门为体育类高职高专学生编写的，是一本集运动解剖学、运动生理学、运动伤病防治及体育卫生常识为一体的“三合一”教材，具有较强的理论性和实践性。作者从高职高专的实际情况出发，贯彻“必需，够用”的原则，做到教材体系完整，内容简明扼要、深浅适宜，结构合理。

《运动人体科学基础教程》共十四章。

先从人体九大系统介绍运动解剖学、运动生理学的基础知识，及其相关科研成果在体育运动训练和学校体育教育中的应用，然后介绍保健按摩和常见运动伤病的防治，最后介绍了体育卫生知识。

## <<运动人体科学基础教程>>

### 书籍目录

绪论第一章 运动系统第一节 骨与骨连结第二节 骨骼肌第二章 血液循环系统第一节 血液第二节 心脏和血管的构造第三节 心脏的机能第四节 血管的机能第五节 运动对心血管系统机能的良好影响第六节 淋巴系统第三章 呼吸系统第一节 呼吸系统的构造第二节 呼吸运动第三节 呼吸气量第四节 气体交换与运输第五节 运动中呼吸机能的变化第六节 体育运动对呼吸系统的良好作用第四章 消化系统第一节 消化系统的构造第二节 消化系统的机能第五章 物质代谢第一节 糖代谢第二节 蛋白质代谢第三节 脂肪代谢第六章 泌尿系统第一节 泌尿系统的构造第二节 尿的生成与排泄第三节 体育锻炼对肾脏机能的影响第七章 内分泌系统第八章 感觉系统第一节 视器第二节 位听器第三节 本体感觉第四节 皮肤第九章 神经系统第一节 神经系统概述第二节 中枢神经第三节 周围神经第四节 神经系统对躯体运动的调节第五节 高级神经活动第十章 运动技能的形成与身体素质第一节 运动技能的形成第二节 身体素质第十一章 运动过程中人体机能变化规律第一节 赛前状态第二节 准备活动第三节 工作适应过程第四节 疲劳第十二章 按摩第一节 按摩的基本知识第二节 按摩手法第三节 身体各部位按摩第四节 自我按摩第十三章 运动性伤病的原因、急救、处理及预防第一节 运动损伤的原因及预防第二节 运动损伤的急救第三节 常见运动损伤第四节 常见运动性疾病第十四章 儿童少年及女性的体育卫生第一节 儿童少年的体育卫生第二节 女子的体育卫生参考文献

## <<运动人体科学基础教程>>

### 编辑推荐

《运动人体科学基础教程》为体育职业技术学院系列教材之一，由华南理工大学出版社出版。

<<运动人体科学基础教程>>

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>