

# 《运动生理学基础》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年06月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787308100755

## 编辑推荐

运动生理学是体育科学基础学科之一；是人体生理学的一个分支。人体生理学是研究人体机能活动规律的科学；运动生理学研究人体在体育活动和运动训练影响下结构和机能的变化，研究人体在运动过程中机能变化的规律，以及形成和发展运动技能的生理学规律，探讨人体运动能力发展和完善的生理学机理，论证并确立各种科学的训练制度和训练方法。运动生理学以正常人体为研究对象，研究人体对运动的反应和适应。它的任务是：在正确认识人体机能活动基本规律的基础上，进一步探讨体育运动对人体机能发展变化的影响；阐明体育教学和运动训练过程的生理学原理；掌握不同年龄、性别，不同运动项目和不同训练水平运动员的生理特点，从而能科学地组织体育教学，指导体育锻炼和运动训练，更好地为体育实践服务。运动生理学的研究方法，主要是通过实验，在人工创造的条件下，使一定的生理现象按所要求的时间和空间正常出现，借以观察和分析机能活动变化的过程及其因果关系。现代科学技术的发展，实验手段有了很大的改进，肌肉活检、电镜观察、微电极生理和超微分析等技术已把运动生理学的研究带进以分子为基础的微观世界；另一方面，多种生理现象又可通过换能、遥测、多导记录，在不影响人体运动状态的条件下获得实验数据，利用电脑记忆、系统处理、综合分析，使动态的和整体水平的研究也达到了新的高度。同时，动物实验也是运动生理学实验中不可缺少的方法。人体的机能和形态是密切联系的，因此学习运动生理学不但要从人体生理学入手，还需要掌握人体解剖学、生物化学、运动力学、运动医学等基本知识；只有和这些相关学科相互配合，进行综合、系统研究，才能达到更好的研究效果。

## 内容简介

本教材在保证基础理论知识的前提下，突出运动员、高职体育生和健身人群特性，加入适当运动案例，精选国内外运动生理学\*研究成果，整合理论知识，加强应用性的运动健身技能指导内容，突出科学性、应用性、通俗性的特征。

## 目录

### 绪论

### 第一章 运动与骨骼肌机能

第一节 骨骼肌的兴奋和收缩

第二节 骨骼肌收缩的形式和力学表现

第三节 骨骼肌纤维类型与运动能力

第二章 运动与血液、循环机能

第一节 血液的概述

第二节 心脏的机能

第三节 血管生理

第四节 运动对血量、血细胞的影响

第五节 运动对心血管系统的影响

第三章 运动与呼吸机能

第一节 呼吸运动与肺通气机能

第二节 肺通气和肺换气

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)