

<<运动耐力>>

图书基本信息

书名：<<运动耐力>>

13位ISBN编号：9787500928959

10位ISBN编号：7500928955

出版时间：2006-12

出版单位：人民体育

作者：R.J谢泼德

页数：1095

字数：1463000

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>

## <<运动耐力>>

### 内容概要

自奥委会医学委员会《运动医学百科全书》第二卷《运动耐力》问世以来，已过九载。在这九年里，与耐力这一主题相关的研究又取得了巨大的成果。谢泼德和阿斯特拉德教授成功地收集了85位享誉世界的专家的研究成果，并将这些成果进行了整理，完成了《运动耐力》第二版的全面修订。

《运动耐力》一书包括了基础性和应用性科学信息，内容涉及与耐力运动成绩有关的细胞代谢、基因、生理机能、环境、实验测试及条件程序等诸多方面。

本书尤其关注儿童、妇女、老年人和残疾人的相关研究内容。

另外，还着重分析不同的奥林匹克运动项目的耐力问题，将跑步、游泳、划船、滑雪、自行车及集体项目等列入单独的章节进行相应研究。

经过内容更新和扩充的第二版将成为全世界多年来一直关注本书的科学家、临床医师和研究生的权威性的参考书。

<<运动耐力>>

作者简介

作者：(美)R.J.谢泼德 P.-O.阿斯特拉德

## &lt;&lt;运动耐力&gt;&gt;

## 书籍目录

作者名录(英文) 作者名录(中文) 译者名录 译审简介 序 第一版前言 第二版前言 第一部分 定义 第一章 语义学和生理学定义 第二章 耐力运动 第二部分 基础科学的思考 第二部分 a 耐力成绩和相关机能的生理学基础 第三章 耐力成绩的决定因素 第四章 身体形态和耐力成绩 第五章 呼吸系统与耐力运动 第六章 运动员的心脏 第七章 骨骼肌血流量和耐力练习——限制因素与动态反应 第八章 耐力训练对内脏和皮肤血流的调节 第九章 细胞代谢和耐力 第十章 耐力训练及停训对运动神经元和感觉神经元形态与代谢的影响 第十一章 耐力的肌肉因素 第十二章 耐力的内分泌因素 第十三章 糖、脂肪和蛋白质对耐力运动员的重要性 第二部分 b 影响耐力成绩的心理因素 第十四章 影响耐力成绩的心理因素 第二部分 c 决定耐力成绩的遗传因素 第十五章 决定耐力成绩的遗传因素 第二部分 d 耐力成绩的身体限制因素 第十六章 耐力成绩的生物力学限制因素和动作的经济性 第十七章 热环境和冷环境耐力 第三部分 运动耐力的测量 第十八章 可测量的因素 第十九章 实验室和场地的专项测试 第二十章 恶劣环境的评价和比赛对策 第二十一章 最大摄氧量 第二十二章 无氧代谢与耐力运动 第二十三章 骨骼肌收缩的代谢机制 第二十四章 耐力运动员的身体成分 第二十五章 耐力运动员的个性结构特征 第二十六章 耐力训练和表现过程中的努力知觉 第四部分 耐力准备的原则 第二十七章 生物年龄的影响和选材 第二十八章 耐力的基础训练 第二十九章 持续训练之前、中、后的进食及液体补充 第三十章 血红蛋白、血量与耐力 ..... 第五部分 特殊人群的耐力训练 第六部分 耐力训练的环境 第七部分 耐力训练的临床问题 第八部分 个人和集体项目的专门问题

<<运动耐力>>

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>