

<<运动性疲劳与防治>>

图书基本信息

书名：<<运动性疲劳与防治>>

13位ISBN编号：9787564400361

10位ISBN编号：7564400366

出版时间：2008-9

出版时间：杨翼、李章华 北京体育大学出版社 (2008-09出版)

作者：杨翼，李章华 著

页数：252

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>

## <<运动性疲劳与防治>>

### 内容概要

《运动性疲劳与防治》是本防治运动性疲劳的体育书籍，专为体育教师及体育健儿们所写。全书共分九章，内容包括：运动性疲劳研究发展简史、运动训练的生理学本质及其对身体机能的影响、运动性疲劳的发生机制、中医对运动性疲劳发生机制的探讨、不同运动项目运动性疲劳的特点、运动性疲劳的表现与判断、运动性疲劳的消除、穴位离子导入与运动性疲劳、预处理的机理及其抗运动性疲劳应用前景。

## <<运动性疲劳与防治>>

### 书籍目录

第一章 运动性疲劳研究发展简史1 定义2 运动性疲劳的分类3 运动性疲劳的发展过程4 运动性疲劳发生的部位第二章 运动训练的生理学本质及其对身体机能的影响1 运动训练的生理学本质2 机体对运动刺激的基本反应3 训练效果的累积4 运动对身体机能的影响第三章 运动性疲劳的发生机制1 中枢机制2 外周机制3 内脏机制4 心理机制5 细胞凋亡与运动性疲劳6 小结第四章 中医对运动性疲劳发生机制的探讨1 中医典籍中关于疲劳的论述2 运动性疲劳的中医病因病机研究3 中医辨证与分型第五章 不同运动项目运动性疲劳的特点1 田径项目2 球类运动3 搏击类项目4 武术5 体操第六章 运动性疲劳的表现与判断1 运动性疲劳的表现2 运动性心理疲劳的表现3 运动性疲劳的诊断第七章 运动性疲劳的消除1 营养支持2 物理康复3 高压氧4 中医药5 心理康复第八章 穴位离子导入与运动性疲劳1 离子导入技术的基础——经皮给药系统2 离子导入技术3 穴位离子导入法第九章 预处理的机理及其抗运动性疲劳应用前景1 目前预处理所用方法2 预处理的保护作用3 预处理保护作用的可能机制参考文献

<<运动性疲劳与防治>>

编辑推荐

《运动性疲劳与防治》由北京体育大学出版社出版。

<<运动性疲劳与防治>>

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>