第一图书网, tushu007.com

<<按摩学>>

图书基本信息

书名：<<按摩学>>

13位ISBN编号：9787811004311

10位ISBN编号：7811004313

出版时间：2005-1

出版时间：北京体大

作者：王广兰

页数：124

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

内容概要

《按摩学》教材是根据《武汉体育学院教学计划》编写的，是运动人体科学专业本科的限选课《运动医学手法》的教学用书和必修课《运动损伤学》的参考用书，是民族传统体育专业本科限选课《运动损伤与按摩》和全校学生的自由选修课《运动损伤与按摩》的教学用书。
本教材是一本有体育学院特色的《按摩学》，内容包括保健按摩、运动按摩、治疗按摩。
它既能满足体育学院教学计划的需要，又为学生报考“按摩师资格证”的教学提供了教学和参考用书。
本书是在武汉体育学院自编教材《按摩学》的基础上改编而成的，增加了“足反射区按摩”和“治疗按摩”内容，更具实用性和可读性。
　　全书分为：上篇、中篇、下篇，共计15章。
其中第一—八章，第十章、第十五章由王广兰编写；第九章、十一—十四章由扈胜编写。
最后由王广兰负责统稿编撰。

书籍目录

上篇　保健按摩　第一章　概述　　第一节　按摩的发展简史　　第二节　保健按摩的生理作用　第三节　保健按摩的注意事项　第二章　常用按摩方法　　第一节　颈部按摩法　　第二节　腰背部按摩法　　第三节　上肢按摩法　　第四节　下肢按摩法　第四章　自我按摩　　第一节　身体各部位的自我按摩　　第二节　全身自我按摩的顺序　第五章　足穴保健按摩法　　第一节　足穴按摩的基本理论和生理学基础　　第二节　人体足反射区　　第三节　足穴保健按摩的手法　　第四节　足穴按摩注意事项　　第五节　足部各反射区　　第六节　足穴自我保健按摩法中篇　运动按摩　第六章　运动前按摩　　第一节　提高兴奋性的按摩　　第二节　克服赛前过分紧张状态的按摩　　第三节　克服赛前或训练前局部关节、肌肉无力的按摩　第七章　运动中按摩　第八章　运动后按摩下篇　治疗按摩　第九章　推拿手法概述　　第一节　推拿手法分类　　第二节　推拿手法对人体的作用　第十章　经络学说　　第一节　经络系统的构成与分布　　第二节　经络系统的功能与作用　　第三节　十四经络起止穴位　　第四节　常用腧穴　第十一章　手法基本功练习方法　第十二章　正骨的基本手法　　第一节　正骨手法概述　　第二节 诊断的基本手法　　……　第十三章　推拿的基本手法　第十四章　经穴手法　第十五章　推拿在临床实践中的应用

第一图书网, tushu007.com

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