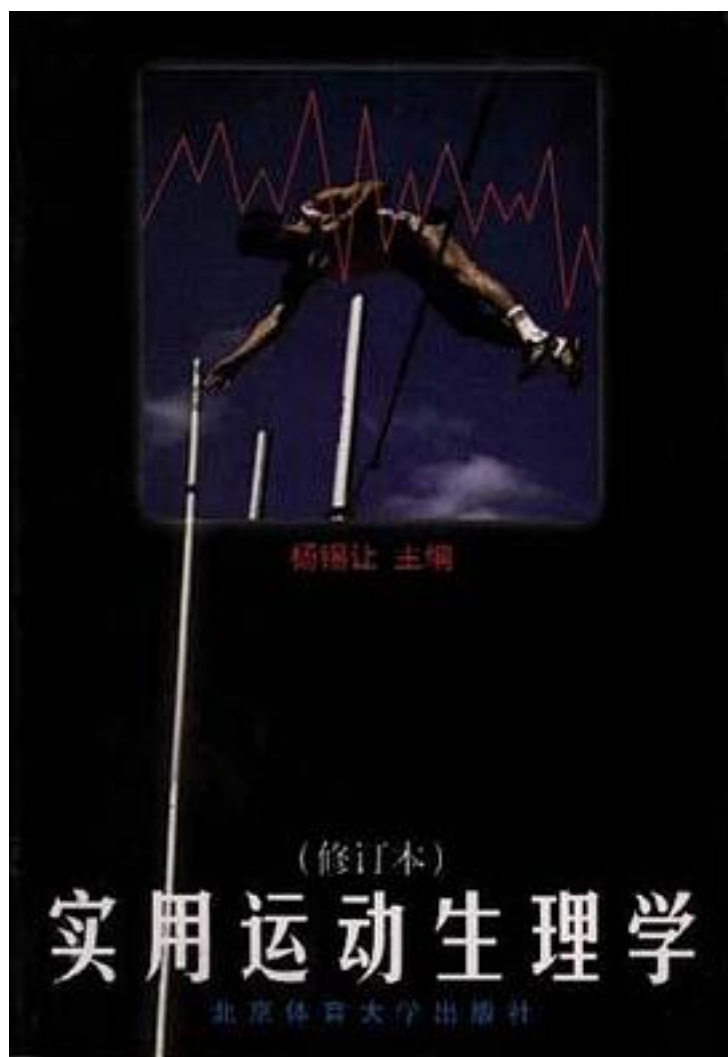


实用运动生理学



[实用运动生理学_下载链接1](#)

著者:杨锡让编

出版者:北京体育大学出版社

出版时间:1998-05

装帧:平装

isbn:9787810512732

作者介绍:

作者简介

杨锡让，1933年出生，北

京市人。教授、博士生导师。

教育经历：1951～1954年

在北京医学院，1954～1957年

在北京体育学院研究生部，

1959～1960年在留苏预备部，

1980～1981在年美国麻省春

田学院，1981～1982在年美国

北卡州立大学。专业：运动生

理。

工作经历：1957～1959年任助教，1959～1979年任

讲师，1979～1987年任副教授，1987至今任教授、博士生导师。

现任职：中华全国体育总会委员，中国体育科学协会

理事，中国运动医学会副主任委员，北京体育大学学位委

员会副主任委员，中国老教授协会运动医学会副理事长，

意大利国际体育学院客座教授、名誉院长，荷兰东方健身

学院名誉教授，香港浸会大学体康研究中心客座研究员、

体康学报顾问，香港体适能总会顾问，澳门健康杂志顾

问。曾任职：北京体育学院生理教研室主任，生物科学系

主任，中国运动医学会运动生理组组长，亚洲运动医学会

委员中国应用生理学杂志编委，北京生理学会理事等职。

1958年作为成员之一，赴前苏联为筹建我国第一个

体育科研所进行考察。

至今，在体育战线已工作了40个春秋，目前仍坚持

在教学、科研第一线，先后培养了硕士生、访问学者以及博士生共14名，出版和主编了5种运动生理学专著，国内外发表论文30多篇，多次获得体育科技进步奖。1982年回国后，加强了北体大的国际学术交流活动，先后赴十几个国家参加讲学与科研合作，进行身体成分的流行病学调查，研究探讨发生肥胖的机制。在联合国人材交流中心的支持下，组织召开了3次运动生理国际学术研讨会，为青年新秀提供了学术交流的机会。由于为中国高等教育和体育事业做出了突出贡献，1985年获新中国体育开拓者奖，1992年获国务院颁发的政府特殊津贴。

目录: 目录

第一章 绪论

第二章 运动对肌肉功能的影响

第三章 运动对心血管功能的影响

第四章 运动员的有氧代谢和无氧代谢

第五章 运动与内分泌

第六章 运动技能的形成与改进

第七章 运动员身体素质的测量与评价

第八章 运动能力的遗传与选材

第九章 运动过程中运动能力的阶段性变化

第十章 运动员的性别与年龄特征

第十一章 人体运动时对特殊环境的适应

第十三章 运动性疲劳

第十三章 合理使用训练以外的强力手段

第十四章 训练方法的生理学分析

第十五章 身体成分与肥胖的生理学分析

第十六章 中国某些传统项目的生理学分析及其在运动训练中的应用

第十七章 现代科学的发展对运动生理学的影响

• • • • • ([收起](#))

[实用运动生理学_下载链接1](#)

标签

生理

实用运动生理学

健身

生物

评论

书用来告诉人们有这个东西，吃透多少，要看自己下的功夫了

[实用运动生理学_下载链接1](#)

书评

[实用运动生理学_下载链接1](#)