

运动解剖学图谱(第3版)



[运动解剖学图谱\(第3版\) 下载链接1](#)

著者:顾德明

出版者:人民体育出版社

出版时间:2013-9-1

装帧:平装

isbn:9787500943815

《运动解剖学图谱(第3版)》是一本拥有1000余幅彩图，配以简明文字说明的实用性图谱。全书中主要描述人体运动的执行体系（运动器官系统）的骨、骨连结（关节）和肌肉（骨骼肌）的形态结构和机能，以关节为中心结合体育动作描述关节的运动，并对运动关节的肌肉机能进行具体的分析，提出锻炼主要肌肉的手段和方法。在介绍骨、骨连结、骨骼肌的基础上，对上肢、下肢、头颈、躯干等部分的关节和骨骼肌的机能做了综合性概述，并对肌肉工作进行了分析。为了了解人体的整体性，对人体运动的管理、协调、保证体系（消化、呼吸、泌尿、循环、神经、感官、内分泌等器官系统）用彩图做了简明介绍。

作者介绍:

目录: 体解剖学的基本术语

人体（标准）解剖学姿势

人体解剖学的方位术语

人体解剖学的定位术语

第一篇 人体运动的执行体系

第一章 骨

骨的概况

骨的形状

骨的构造

人体全身骨骼及其在体表的标志

躯干骨

脊柱

脊柱骨（椎骨）

颈椎

胸椎

腰椎

骶骨尾骨

胸廓

胸廓骨

肋骨与胸骨

上肢骨

上肢带骨（肩带骨）

锁骨

肩胛骨

自由上肢骨

上臂骨

肱骨

前臂骨

尺骨桡骨

手骨

腕骨掌骨指骨

手骨掌侧面

手骨背侧面

下肢骨

.....

第二篇 人体运动的管理协调保证体系

肩胛提肌（levator scapulae）

部位：在胸锁乳突肌和斜方肌深面。

起点：第一～四颈椎横突。

止点：肩胛骨内侧角（上角）和内侧缘上部。

支配神经：发自脊神经颈丛的第三～四颈神经和臂丛的肩胛背神经。

机能：

近固定使肩胛骨上提和下回旋。

远固定一侧收缩，使头颈向同侧侧屈、后伸和下回旋。两侧收缩，使颈伸直。

菱形肌（rhomboides）

部位：在斜方肌深面。

起点：第六、七颈椎和第一～四胸椎棘突。

止点：肩胛骨内侧缘下半部（肩胛冈以下）。

支配神经：发自脊神经臂丛的肩胛背神经丛的肩胛背神经和第二～五胸神经前支。

机能：

近固定使肩胛骨上提、后缩和下回旋。
远固定两侧收缩，使脊柱颈、胸段伸直。
此肌瘫痪时肩胛骨脊柱缘翘起呈翼状。
上后锯肌（serratus posterior superior）
部位：在菱形肌深面。
起点：项韧带下部，第六、七颈椎和第一～二胸椎棘突。
止点：第二～五肋骨角背外侧面。
支配神经：发自第一～四胸神经前支。
机能：助吸气。
．．．．． (收起)

[运动解剖学图谱\(第3版\) 下载链接1](#)

标签

- 健身
- 运动解剖
- 运动
- 解剖
- 人体运动科学
- 运动健身
- 健康
- 图谱

评论

学习运动解剖必备工具书，书后的英文及汉语解剖学术语索引非常实用。

画工很好，内容详细，良心之作～基本上不懂的都能在上面找到～
不过关于股四头肌的内外侧头的走向，好像画的有点问题～

好书，难怪李先生看了三四遍

很好的参考书和入门书。

上课听不懂的全都在这里补了 入门书籍很不错

这么高的分

运动生理学必备参考书之一

健身+健脑，看完下来对人体肌肉骨头做了个复习（毕竟学画画的时候也学过解剖）

图很全很清晰，讲解更细致会更好

武功秘籍

以后杀人分尸用。

工具书，体育运动必备

工具书

新年第一本，健身，练对了，不作死，练错了，就去死喽

查阅；之前觉得太专业没必要看，现在觉得还是很有用的；关于肌肉的作用和起止点、骨连结运动方式的知识对动作的掌握很有帮助

运动健身必备

好看到爆炸 太有趣啦！

丛丛翻完，以后肯定是要再多看几遍的

相对于健身房里粗略的肌肉效果介绍，这本书更深层次，但也算是入门级别吧，图解也更直观好理解，对于健身小白益处很大。

运动解剖学，很详尽，不过我还没到这一步

[运动解剖学图谱\(第3版\) 下载链接1](#)

书评

见中间图

[illegible]

[运动解剖学图谱\(第3版\) 下载链接1](#)