

图书基本信息

书名：<<中国运动员生理心理常数和营养状况调查>>

13位ISBN编号：9787500928812

10位ISBN编号：7500928815

出版时间：2006-6

出版时间：人民体育

作者：常芸

页数：413

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

运动员作为社会人口的组成部分,在一个国家的社会文明、经济发展和国际交流中的作用日益突出。我国运动员在奥运会和世界大赛上夺冠军、升国旗、奏国歌,对展示国家形象,振奋民族精神,增强民族凝聚力,提高我国的国际地位,促进国际间交流具有重要作用。

随着竞技运动水平的不断提高,运动场上的竞争也越来越激烈,对于运动员身心机能的要求也越来越高。

为了更好地备战2008年奥运会,提高训练的科学化水平,在国际赛场上更好地发挥运动竞技水平,国家科技部和国家体育总局先后组织了一系列研究项目从不同层面探讨运动训练的科学化问题。

本调查作为国家科技部设立的社会公益类项目,由国家科技部和国家体育总局共同资助,由国家体育总局科研院所主持,对我国参加奥运会的主要优秀运动员的生理、心理常数和营养状况作了全面、系统的调查与实测。

调查涉及游泳、自行车、皮划艇、赛艇、竞走、短道速滑、举重、跳水、体操、羽毛球、滑雪、现代五项、篮球、足球、曲棍球、网球、投掷、跳跃、跨栏、摔跤、拳击、跆拳道、柔道、散打、击剑、花样滑冰蹦床28个运动项目。

主要调查内容包括我国优秀运动员的一般身体形态参数11项,心血管生理参数6项,有氧运动能力参数10项,无氧运动能力参数5项,心理功能参数6项和4个运动训练基地运动员的营养膳食调查和营养状况评价。

此次调查还结合运动训练理论与实际要求,从优秀运动员整体、类群、项群及项目多层面进行了综合分析,系统地阐述了我国优秀运动员生理、心理常数特征,并与国际优秀选手,尤其是2000年悉尼奥运会1000余名优秀选手进行了对比分析,揭示了我国优秀运动员生理、心理和营养现状,并对相关问题进行了探讨。

此项调研工作得到了同行与专家的充分肯定,认为该调研涉及运动项目全、调研人数多,充分展示了现阶段我国优秀运动员身心机能特征和营养状况。

它既为备战2008年奥运会各项目优秀运动员的身心机能诊断与评定提供了有益的参考,也为从总体、项群、项目角度制定我国优秀运动员生理、心理参数提供了参考范围,为我国优秀运动员身心机能评定标准的出台提供了基础实测数据。

调研工作还修订和规范了部分运动生理、心理参数的测试技术与方法,为我国优秀运动员身心机能评定和相关监控体系的建立提供了简单、实用、先进、有效的方法和参考数据,对于建立健全我国优秀运动员身心机能训练监控体系具有较高的学术价值和实践意义。

本调研报告全文分为三篇,由于各篇涉及专业不同,在报告撰写体例上略有差异。

衷心希望我们的工作能对同行了解我国运动员的生理、心理常数及营养现状有所帮助,能对国家体育总局建立我国优秀运动员身心机能与营养状况评定标准提供参考依据。

## 书籍目录

第一篇 中国运动员生理常数调查 导言 第一章 中国运动员一般身体常数 第一节 年龄 第二节 身高 第三节 体重 第四节 体表面积 参考文献 第二章 中国运动员心血管生理常数 第一节 安静心率 第二节 最大心率 第三节 通气阈心率 第四节 安静血压 参考文献 第三章 中国运动员有氧耐力生理常数 第一节 最大摄氧量 第二节 最大通气量 第三节 最大氧脉搏 第四节 最大负荷 第五节 通气阈摄氧量 第六节 通气阈通气量 第七节 通气阈氧脉搏 第八节 通气阈负荷 参考文献 第四章 中国运动员无氧能力生理常数 第一节 无氧功峰值 第二节 无氧功均值 第三节 无氧功下降率 第四节 无氧能力分布特征与比较分析 参考文献 第五章 中国运动员身体形态成分常数 第一节 克托莱指数 第二节 体质指数 第三节 体脂百分数 第四节 胸围 第五节 腰围 第六节 臀围 第七节 大腿围 第八节 上臂围 第九节 前臂围 参考文献 附录 中国运动员生理常数 附录1 中国优秀运动员身体成分指标参考值 附录2 中国优秀运动员有氧能力指标参考值 附录3 中国优秀运动员心血管指标参考值 附录4 中国优秀运动员无氧功能指标参考值 附录5 中国快速力量性项群优秀男子运动员生理指标参考值 附录6 中国快速力量性项群优秀女子运动员生理指标参考值 附录7 中国速度耐力性项群优秀男子运动员生理指标参考值 附录8 中国速度耐力性项群优秀女子运动员生理指标参考值 附录9 中国表现难美性项群优秀男子运动员生理指标参考值 附录10 中国表现难美性项群优秀女子运动员生理指标参考值 附录11 中国同场对抗性项群优秀男子运动员生理指标参考值 附录12 中国同场对抗性项群优秀女子运动员生理指标参考值 附录13 中国隔网对抗性项群优秀男子运动员生理指标参考值 附录14 中国隔网对抗性项群优秀女子运动员生理指标参考值 附录15 中国格斗对抗性项群优秀男子运动员生理指标参考值 附录16 中国格斗对抗性项群优秀女子运动员生理指标参考值 第二篇 中国运动员心理常数调查 导言 第一章 中国运动员反应时的测试与评估 参考文献 第二章 中国运动员认知方式的测试与评估 参考文献 第三章 中国运动员特质焦虑的测试与评估 参考文献 第四章 中国运动员赛前情绪的测试与评估 参考文献 第五章 中国运动员个性心理特征的测试与评估 ..... 第三篇 中国运动员营养状况调查

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>