

今天是2018年11月27日 星期一 | [杂志首页](#) [期刊简介](#) [编委会](#) [编辑部](#) [过刊浏览](#) [投稿须知](#) [联系我们](#) [English/Chinese](#)



上海U18青年女足运动员膳食营养状况的调查分析

Investigation of the Diet Nutrition of the U18 Girl Soccer Players in Shanghai

DOI:

中文关键词:[上海](#) [青年女足](#) [膳食](#)

英文关键词:[Shanghai girls' soccer diet](#)

基金项目:

作者	单位
张群	上海市体育运动学校
王晨	上海体育科学研究所

摘要点击次数: 640

全文下载次数: 834

中文摘要:

通过对备战第12届全运会期间上海U18青年女足运动员进行全面的膳食营养调查,分析上海青年女足运动员膳食营养状况及存在的问题,并提出合理化建议。调查发现:(1)上海青年女足运动员三大营养素供能比不合理,主要表现在碳水化合物摄入不足、蛋白质及脂肪摄入过多;(2)上海青年女足运动员维生素A及B族维生素摄入不足,体内B族维生素不足现象较普遍;(3)上海青年女足运动员矿物质及微量元素摄入尚可;(4)上海青年女足运动员膳食纤维摄入不足、胆固醇摄入过高;(5)上海青年女足运动员膳食结构存在不合理问题;(6)食堂在烹饪时间、烹饪步骤及食品品种选择方面还有进一步提高的空间。

英文摘要:

Through the investigation of the diet nutrition of the Shanghai U18 girl soccer players who were preparing for the 12th National Games, the article analyzes the nutrition status of the players and the existing problems and puts forward some rational suggestions. The result of the investigation shows the following:(1)The energy supply ratio of the three main nutrients is unreasonable. The intake of carbohydrates is insufficient, while the intake of protein and fat is too much.(2)The intake of vitamin A and B vitamins is not enough. It is a common phenomenon that those players lack B vitamins in their bodies.(3)The intake of minerals and trace elements is OK.(4)The intake of dietary fiber is insufficient and the intake of cholesterol is too much. (5)The dietary structure of those players is unreasonable.(6)As to the kitchen, there is still a room for the improvement in terms of cooking time, cooking steps and the selection of food varieties.

[查看全文](#) [查看/发表评论](#) [下载PDF阅读器](#)

关闭

参考文献(共4条):

- [1]张钧,张蕴琨. 运动营养学[M].北京:高等教育出版社,2010
[2]丹·贝纳多特. 高级运动营养学[M]. 安江红,译. 北京:人民体育出版社,2011

文章下载top30

HIDE ▶

- 01 法学视阈下欧洲和北美体育组织...
- 02 国际体育活动及全球体育法中的...
- 03 公共服务均等化视角下上海体育...
- 04 体育视频数据库的制作方案 —...
- 05 上海体育发展的战略环境分析
- 06 国外互联网体育博彩业发展现状...
- 07 肌电图(EMG)在运动生物力...
- 08 我国体育学院教育专业排球普修...
- 09 德国和原西德体育电视媒体发展...
- 10 体力活动与代谢健康
- 11 中国体育现代化与体育法制建设
- 12 再论上海竞技体育可持续发展之...
- 13 中国体育法制之殇
- 14 美国《BE ACTIVE K...
- 15 辨析体育现代化概念的内涵与外...

文章浏览top30

HIDE ▶

- 01 再论上海竞技体育可持续发展之...
- 02 少年儿童击剑运动员的科学训练
- 03 中国体育法制之殇
- 04 上海竞技体育发展定位研究
- 05 专题导读: 体育全球化发展的必...
- 06 我国体育彩票发展现状及对策
- 07 辨析体育现代化概念的内涵与外...
- 08 上海竞技体育可持续发展之路: ...
- 09 体育领域残疾歧视的国际法规制
- 10 体育彩票: 公益事业的助推器, ...
- 11 体育彩票彩民网上问卷调查系统...
- 12 女子举重运动员膝关节受伤后的...
- 13 NBA与CBA比赛跳跃步法的...
- 14 张峻旋转推铅球过渡阶段主要关...
- 15 上海市区县竞技体育项目管理发...

被引频次top30

HIDE ▶

[3]杨则宜. 运动营养生物化学研究进展[J]. 中国运动医学杂志,2004(2):46-53

[4]杨则宜. 运动营养师培训教程[M]. 北京:人民体育出版社,2008

相似文献(共20条):

- [1] 陈立新.我国女足U18队伍建制不稳定的原因及其对策与建议[J].湖北体育科技,2006,25(5):558-561.
- [2] 王长权,郎健,李笋南.世界U-20青年女足技战术打法特点发展趋势研究[J].北京师范大学学报(自然科学版),2009,45(4).
- [3] 张孟杰.影响我国U-18青年女足运动发展现状的因素分析[J].体育世界,2012(5):89-90.
- [4] 郎健,王长权,李笋南.亚洲四国U-19青年女足队员一对一攻守能力的比较分析[J].沈阳体育学院学报,2008,27(1):113-115.
- [5] 上海女足马良行[J].中国体育教练员
- [6] 倪宏竹.第二届U-19亚洲青年女足锦标赛中国队与韩国队攻防技战术的比较研究[J].山西师大体育学院学报,2007,22(1):116-118.
- [7] 马宁.我国女足运动员对膳食的认识误区[J].考试周刊,2011(42):142-143.
- [8] 倪宏竹.第2届亚洲U-19青年女足锦标赛中国队与朝鲜、日本、韩国3队技战术对比分析[J].安徽体育科技,2006,27(4):10-11,18.
- [9] 上海“姚记”冠名女足五人赛事[J].中华商标
- [10] 张卉,阎丽娅,马薇.青年与老年妇女膳食状况比较分析[J].沈阳医学院学报,1996(3).
- [11] 吕小庆.对我国U-18青年女子足球运动员技术现状的分析[J].山西师大体育学院学报,2005,20(3):90-91.
- [12] 何宇纳,翟凤英,葛可佑.应用中国膳食平衡指数评价中国18~59岁人群的膳食质量[J].卫生研究,2005,34(4):442-444.
- [13] 马立芳,许振慧,何霏娜,徐洁,周伟民.上海市黄浦区居民膳食营养状况评价[J].中国初级卫生保健,2013,27(2).
- [14] 郭志刚.全国U-18女足技术能力的分析[J].牡丹江大学学报,2010(4):165-167.
- [15] 郑原.对我国青年女足队员自信心的初步研究[J].武汉体育学院学报,2002,36(3):129-130.
- [16] 张孟杰.我国青年女足发展现状的分析研究[J].四川教育学院学报,2012,28(9):69-72.
- [17] 郑原.我国青年女足教练员成功倾向初探[J].武汉体育学院学报,2004,38(1):143-145.
- [18] 殷建营,文红霞.15~18岁在校中专学生膳食调查[J].卫生职业教育,2003,21(5):124-125.
- [19] 马良行.从前卫活动能力看上海女足体能水平[J].中国体育教练员,1998(1).
- [20] 王晨,孙雯,朱耀康.上海女足2012年联赛期间比赛跑动特征分析[J].体育科研,2013(6):78-81.

版权所有:上海体育科学研究所《体育科研》编辑部 沪ICP备12022260号  沪公网安备 31010402002917号

技术支持:北京勤云科技发展有限公司

历史访问量:1986062 今日访问量:1136