



皮划艇项目有氧能力的评价方法

Evaluation Methods of Canoeist's Aerobic Capacity

DOI:

中文关键词:[皮划艇](#) [有氧能力](#) [无氧阈](#)

英文关键词:[canoeing](#) [aerobic capacity](#) [anaerobic threshold](#)

基金项目:上海市科委科研攻关项目 (12231203000)

作者	单位
王玺	上海体育科学研究所
高炳宏	上海体育科学研究所

摘要点击次数: **599**

全文下载次数: **1319**

中文摘要:

有氧能力是皮划艇项目运动能力的基础,作为高强度、高乳酸的无氧糖酵解和有氧化供能的项目,皮划艇运动员的有氧耐力水平对运动成绩有着决定性的影响。结合皮划艇项目特征及供能特点,分析皮划艇有氧能力测试过程中多种评价方法(3 000 m耐力跑测试、最大摄氧量测试、高强度负荷后血乳酸测试和无氧阈测试等)。在诸多有氧能力评价方法中无氧阈测试有着广泛而有效地使用历史,其中以4 mmol/L乳酸阈(AT4)与个体乳酸阈(IAT)应用最为广泛,而心率无氧阈或可成为皮划艇项目无氧阈研究的新热点。

英文摘要:

Aerobic capacity is the basis of canoeing. As a sport which needs high strength, high lactate anaerobic glycolysis and aerobic oxidation energy supply, canoeist's aerobic endurance level has a decisive impact on his performance. Based on the characteristics of the sport and the feature of energy supply, the article analyzes some evaluation methods in aerobic capacity measurement, i.e., 3000m endurance running test, maximum oxygen uptake test, blood lactic acid and anaerobic threshold measurement after high intensity load. Of all the aerobic capacity evaluation methods, anaerobic threshold measurement has been widely and effectively used, especially AT4 and IAT. And HRAT (heart rate anaerobic threshold) may become a new hot spot in anaerobic threshold research of canoeing.

[查看全文](#) [查看/发表评论](#) [下载PDF阅读器](#)

关闭

参考文献(共18条):

[1] 宋应华,董小卫.皮划艇专项力量训练内容、方法及调控的研究[J].体育科学,1999,19(5):15-18.

文章下载top30

[MORE](#)

- 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 台湾全民运动会的演进历程与特...

文章浏览top30

[MORE](#)

- 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

[MORE](#)

[2] 王卫星.2004年中国皮划艇运动员的体能训练特点与实践[J].山东体育学院学报.2005.21(2):5-8.

[3] Li JX,So RCH,Yuan YWI,et al. (1999). Muscle strain and cardiovascular stress in fencing competition[C].Proceedings of the 5th IOC World Congress on Sports Sciences,31(5):222.

[4] Anna S,Valery S, (2006). Aerobic and Anaerobic Capacities of Different Age and Performance Female Fencers[J].Medsportpress,12(2):214.

[5] 田中,陈贵岐.皮划艇项目的训练监控[J].沈阳体育学院学报.2011.30(5):87-90.

[6] 李宗涛.优秀皮划艇运动员机能评定的研究现状和思考[J].山东体育科技.2007.29(2):88-90.

[7] 李宗涛.不同训练水平男子皮划艇运动员训练评价中某些生化指标的应用研究[D].山东,山东体育学院,2007.

[8] 尚文元,常芸,刘爱杰等.中国优秀皮划艇运动员有氧能力测试分析[J].中国运动医学杂志.2006.25(4):443-446.

[9] Bishop D. (2000). Physiological predictors of at-water kayak performance in women[J].Eur J Appl Physiol,82:91-97

[10] 陈建宁.不同无氧阈评价方法的比较研究[J].体育科学研究.2011.15(1):1-4.

[11] 徐桂霞.场地3600m跑测试预测AT4跑速的实验性研究[J].南京体育学院学报(自然科学版).2010.9(4):32-34.

[12] 申霖, 吴玉彪.250m递增乳酸阈测试在广东省皮划艇队十一运会周期中的应用研究[J].体育科学, 2010,46 (3) : 57-60.

[13] 张林,黄汝从.个体无氧阈在皮划艇运动训练中的应用研究[J].中国体育科技.1997.33(6):30-33.

[14] Billat V,Sirvent P,PY G,et al. (2003). The concept of maximal lactate steady state:a bridge between biochemistry,physiology and sport science[J].Sports Med.33(6):407-426.

[15] Faude O,Kindermann W,Meyer T. (2009). Lactate threshold concepts: how valid are they?[J].Sports Med,39(6):469-490.

[16] 邵卫峰,莫少强,陈征,等.利用最大乳酸稳态测试判定赛艇运动员4mmol/L 乳酸阈与个体乳酸阈有效性的研究[J].体育科学.2010.30(8):85-96.

[17] 秦宇飞,魏宏文,曹建民.赛艇运动员有氧能力测试与评价方法研究进展[J].中国运动医学.2003.22(2):160-165.

[18] 林家仕,刘明俊,高云清,等. Conconi测试心率偏离点评定赛艇运动员无氧阈的有效性研究[J].体育科学.2010.30(5):67-74.

相似文献(共20条):

[1] 钟金汝.测功仪在皮划艇运动员有氧能力评价中的应用[J].湖北体育科技,2007,26(3):370-371.

[2] 符永超.皮划艇运动员有氧能力测试与评定方法综述[J].湖北体育科技,2008,27(5).

[3] 赵德峰,BAN Yun-xin,班允昕,朱耀康,王晨,钱风雷.Rg3对游泳运动员有氧能力的影响[J].体育科研,2009,30(3):72-74.

[4] 杨锡让,田野,张士祥,李晓山,张亚丽.有氧代谢能力的应用及机制[J].北京体育大学学报,1993(4).

[5] 徐川,任建生.足球运动员专项有氧能力研究[J].体育科研,2004,25(3):50-52.

[6] 周羲昌,于俊海,李格.亚高原训练对男子自由式摔跤运动员有氧能力的影响[J].南京体育学院学报(自然科学版),2011,10(2):78-80.

[7] 马林,乔耕,墙壮.补肾方剂对运动员机能状态及有氧能力作用的观察[J].湖北体育科技,1997(4).

[8] 张志军.高原训练对男子赛艇运动员有氧能力的影响[J].湖北体育科技,2009,28(1).

[9] 高炳宏.优秀跆拳道运动员有氧代谢能力的特征[J].体育科研,2003,24(5):30-35.

[10] 李广宇,李玉琳,陈家琦.血液流变性对有氧工作能力之关系的研究[J].天津体育学院学报,1996,11(3):22-25.

[11] 冯跃进.我国优秀山地自行车运动员有氧能力的评定[J].搏击·武术科学,2010(12):71+83.

[12] 谭思洁 杨风英.规律的力量练习对中老年有氧工作能力的影响[J].中国康复医学杂志,2007,22(9):776-778.

[13] 邹志春,陈佩杰,庄洁,蔡志文.青少年有氧能力的测量、评价与应用研究[J].武汉体育学院学报,2012,46(1):95-100.

[14] 王勇,徐峰杰,仰红慧.青少年游泳运动员有氧能力测试的多参数分析模式的探讨[J].体育科研,2010,31(6).

[15] 苟波,李之俊,高炳宏,严金慧,马国强,张勇,刘茂.优秀男子短距离自行车运动员有氧代谢能力特征[J].体育科研,2006,27(5):66-69.

[16] 韩旭升,黄永怀.36式陈氏太极拳对大学生有氧代谢及运动能力影响的实验研究[J].体育科技文献通报,2007,15(5):92-93,101.

[17] 高炳宏,赵光圣,郭玉成,沈学军,陈养胜.优秀武术散打运动员有氧代谢能力特征研究[J].体育科学,2005,25(12):32-36,39.

[18] 阮慧娟,汤庆娅,赵雪林,蔡威.学龄期儿童有氧能力与人体成分的关系[J].中华临床营养杂志,2014,22(4):234-238.

[19] 孙建华.我国优秀女子排球运动员赛前有氧能力特征综合检测分析[J].中国体育科技,2012(1):62-67.

[20] 郭黎,黎爱发,陈文鹤.我国优秀击剑运动员有氧及无氧能力测试与分析[J].上海体育学院学报,2009,33(1).