

目 录

奥运研究	1
奥林匹克价值观与奥林匹克普世性——在 2009 年奥林匹克大会上的两次讲话	1
全球视域下奥林匹克文化资源的开发与利用——基于中国与加拿大对比研究	2
基于奥运会的城市营销研究	3
澳意奥委会签署双边合作协议	5
德召开国家队教练员奥运备战会议	5
伦敦思考奥运会场馆赛后利用问题的解决之道	7
竞技体育	8
北京奥运会中国男篮与世界顶级强队技术分析	8
亚、欧洲男子篮球技术战术特点研究	10
中外男篮优秀前锋进攻特点的对比研究	11
我国竞技排球运动技战术发展的阶段性特征研究	12
运动训练	14
国外运动视觉情报处理研究的现状与展望	14
过度训练及补充谷氨酰胺对大鼠海马和额叶皮质中TNF- α 、mRNA和NF- κ B水平的影响	15
耐力性项目训练负荷强度安排特征的研究	16
跳远运动员髋关节振动力量训练效果的研究	17
WADA基因兴奋剂检测取得突破性进展	18
冰浴在竞技游泳运动中的作用	19
如何培养一名自主型的运动员	20
2010 年南非世界杯足球比赛负荷特征对我国足球运动员体能训练的启示	22
安排运动训练过程的现代分歧	23
体育产业	24
“插位”理念在体育报纸品牌战略中运用的思考	24
基于区域“增长极”理论的我国体育产业发展战略思考	26
论体育本体产业结构与体育学专业毕业生就业结构的关系	27
论中国足球职业化改革的代价及其控制	28

区域滑雪体育旅游可持续发展评价体系研究	30
数字解读广州亚运会投资与回报	31
国外动态	32
澳体育学院在培养高水平选手中发挥的作用	32
俄体育部长谈俄体育发展现状	36
美国NCATE不同级别新体育教师专业标准的比较研究	40
美国家体育教练员的执教标准和规范	41
美国足球队训练课内容简介	44
外刊文摘	45
《体育管理》2010年第1期文摘	45
《运动医学》2009年第9期文摘	47
《运动医学研究》2010年第1期文摘	51
外刊题录	53
美刊《体育运动医学与科学》2009年第12期题录	53
美刊《体育运动医学与科学》2010年第1期题录	54
美刊《体育运动医学与科学》2010年第2期题录	56
美刊《体育运动医学与科学》2010年第3期题录	57
日刊《体育科学》2010年第4期题录	58
日刊《体育科学》2010年第5期题录	59
日刊《体育科学》2010年第6期题录	59
日刊《体育科学》2010年第7期题录	60
新书通报	61

奥运研究

奥林匹克价值观与奥林匹克普世性 ——在 2009 年奥林匹克大会上的两次讲话

一、奥林匹克价值观

首先，商业开发的成就使奥林匹克运动获得了迅速和持续发展所必需的财力支持。国际奥委会理所当然应该努力保持和扩大其市场开发的成果但同样重要的是，应该保持警惕并采取措施，防止那种自觉或不自觉地把商业利益超越体育利益、偏离奥林匹克价值取向的企图。重要的是，要始终如一地坚持以发扬奥林匹克价值作为重中之重，是顾拜旦男爵最早倡导了奥林匹克精神和奥林匹克价值理念，他的后继者不断加以丰富，逐步形成了今天的奥林匹克主义。

奥林匹克主义可以从三个层次来理解：通过体育与文化及教育相结合，培养身体、精神、意志三者平衡而和谐发展的人；以此为基础，构建尊重人的尊严的社会；进而缔造一个和平的、更加美好的世界。国际奥委会把传播奥林匹克价值作为自己的主要使命，近年来又把奥林匹克价值归纳为“友谊、卓越、尊重”，以便更易于被人们接受和牢记。在这三个概念中，“友谊”和“卓越”的含义已十分明确。尊重意味着在赛场中遵守规则、纪律、道德、尊重竞争对手和尊重观众。它也意味着在本国和国际社会活动中尊重所有人和所有国家的平等权利。

奥林匹克运动会属于全世界，而不是仅属于某一种类型的国家。奥林匹克运动要使自己成为真正的普世的运动，就必须按照《奥林匹克宪章》规定的原则，承认并尊重这种多样性和差异，反对基于种族、宗教、政治、性别的任何形式的歧视，拒绝基于这种歧视的任何干涉。我们崇高的事业是发扬以奥林匹克价值为核心的奥林匹克精神，使奥运会成为在不同国家、不同种族、不同宗教、不同意识形态之间建立起宽容、理解、尊重、友好相处的桥梁，使我们生存的世界更加美好，更加和谐。

二、奥林匹克普适性

奥林匹克运动为自己确定的宗旨是通过体育培养身心和谐发展的人，建立尊重人的尊严的社会，为建立一个更加美好的、和平的世界做出贡献。据此，现代奥林匹克运动从它诞生之日起，即强调其普世性。百余年来的曲折历程证明普世性是奥林匹克运动赖以生存

的基础、据以发展的支柱。

奥林匹克运动属于全世界，它应成为把不同种族、不同文化、不同信仰、不同社会制度的各国青年团结在一起的桥梁。普世性意味着包容而不是排他；要求对所有种族、对不同文化、对不同信仰、对不同社会制度加以尊重，反对任何性质的歧视；提倡不同文化之间的交流对话和取长补短。北京第29届奥运会的成功是奥林匹克主义的胜利，是奥林匹克运动始终坚持的普世性的胜利。它再次证明超越政治制度、种族、信仰、意识形态的不同，以团结全世界青年为目的的普世性是奥林匹克运动长盛不衰的重要动力。

与此相适应，普世性必然提倡文化上的多样化。事实上，当多种文化受到同样尊重并和谐相处时，普世性才得以实现。国际奥委会2000年改革委员会在建议中强调：“对奥林匹克运动来说，强调普世性并不意味着划一标准的现代化或是文化上的单一化，更不是欧洲化或西方化。”奥林匹克运动应是多文化的。

为此，（一）2009年奥林匹克大会在其最后文件中重申和强调奥林匹克运动的普世性原则以及其多元文化的本质；（二）奥林匹克运动的领导者把多元文化的理念贯彻于运动会的比赛项目之中，以及体现在本身的组织结构之中；（三）在联合国大会关于奥林匹克休战的决议中增加呼吁各国政府和NGO尊重奥林匹克运动的普世性原则，不以政治或意识形态的缘由干预奥林匹克事务。

（何振梁，《体育文化导刊》2010年第4期）

全球视域下奥林匹克文化资源的开发与利用

——基于中国与加拿大对比研究

以2008年和2010年冬奥会主办国中国与加拿大为对象，通过对奥运期间比赛场地、社区体育、竞赛情况和体育文化交流活动实地研究，获得研究对象现状资料。

中、加两国奥林匹克文化资源开发对比分析：

（一）体育文化资源的历史传承与制度沿袭

我国的体育文化内容呈现出传统与现代交叉、外来与内生结合的多元形态，但政府主导和行政垄断体制下的竞技体育、学校体育和社会体育，活力与生机日渐缺乏。英属联邦国家的地位，使加拿大各项体育事业沿袭了欧洲国家的体育活动内容和方式，同时也受到美国体育文化的影响。加拿大以社区为主要载体，为社会体育开展提供了全面保障条件和发展基础。广泛普通的社会体育，为竞技体育的发展提供了坚实的群众基础。

（二）奥林匹克文化资源开发环境与条件

中国的社会体育活动，主要承袭了政府管理、引导为主的运行机制。市场经济条件下，体育事业管理的工作逐渐向社会化、产业化方向转变。长期计划经济体制下发展起来的竞技体育、学校体育和社会体育，均缺乏与市场运行机制相适应的制度、方法与手段，发展空间日见萎缩。加拿大国家实施完善的福利与保障制度，政府高度重视社区建设的完善与发展，并在政策与财政投入中给予支持。

（三）中加两国竞技体育资源发展现状

中、加两国在竞技体育资源开发与利用的同异，主要集中在以下几点：资源建设、开发的科学化程度；训练、竞赛技术装备；场馆资源开发与利用；后备人才资源建设；对奥运会承办工作国民支持态度。

（四）我国奥林匹克文化资源可持续发展评析

随着国家综合国力增强，社会主义社会物质文化的繁荣发展，体育文化资源的开发日益彰显巨大发展潜力。全球化环境下奥林匹克文化资源的开发，必须涵盖政治、经济、文化等各领域，全面满足国家发展、文化建设和人民需求的变化要求。借鉴西方发达国家先进经验，继续发挥资源优势，实现奥林匹克文化资源开发的多元功能，成为时代要求。

结论：

（1）全球视域下对奥林匹克文化资源的开发与利用，具备国际特色与多元文化特点。

（2）我国的奥林匹克文化资源开发需要全球眼光，更需要充分借鉴各国先进经验，取长补短，蓄势开发。

建议：

（1）我国体育文化资源的持续发展需要培育全面协调发展机制，以实现体育事业健康发展，服务社会文明建设需要。

（2）体育文化资源的开发利用，需要创新思维、服务意识和科学发展规划，以全球视野制定未来发展具体措施。我们一方面要发扬本国体育体制的优势，另一方面也要积极思考如何走持续发展的体育强国之路，加拿大国家的制度、模式，对我国制定体育发展战略，有着启示意义。

（宋嘉林等，《哈尔滨体育学院学报》2010年第3期）

基于奥运会的城市营销研究

1. 引言

回顾各奥运主办城市提出申办奥运会的原因、由奥运引发的争议和风险、奥运会的申办成本与收益、在奥运会影响下城市的供需变化以及借助奥运营销城市的实际情况等方面

来说明历届奥运会究竟对主办城市的营销起了多大的作用,以便为今后的奥运主办城市提供营销方面的理论参考。

2. 主办城市提出申办奥运会的原因

到了21世纪,在某些情况下,现在的一些城市往往代表国家政府出于各种各样的原因来申办奥运会,其中包括:期望提升民族的自豪感;有心要主办一个重大的事件;借机通过城市开发来振兴每况愈下的经济;借机进行现代化的体育基础设施建设;通过形象提升作为催化剂来促进旅游发展。

3. 奥运会的经济内涵

申办和举行一届奥运会是需要大量经济投入的。奥运申办过程中,支持者的意见是奥运会的举办可以增加举办国和举办城市的媒体能见度,大量旅游和会展资金的流入,新体育场馆、比赛场地、宾馆和奥运村的建造,可以起到城市再生的作用。但是,反对申办奥运会的市民和媒体成员提出奥运会的举办会导致税收的提高、建设所带来的不便、城市服务业零售价格的提高、社会弱势群体的搬迁。同时,奥运的申办成本基本上是呈逐年上升的趋势(1992年巴塞罗那奥运会除外),但是基于不同城市、奥组委的运作能力和总体赛事规划,最后的结果却是千差万别的。

既然主办城市似乎很难通过奥运会的举办来达到经济上的投资回报,那么为什么这么多的城市还热衷于奥运会的举办呢?

首先,从经济学角度看,城市发展也是供给与需求相互作用的过程。城市发展过程中的供给与需求总是变化的,作为发展目标的需求会不断出现,客观要求城市提供相应的供给;而城市发展动力的演变,使城市的供给得以持续产生。在奥运会的推动下,城市新的发展空间形成,这不仅提高了城市即时的供给以满足诸如交通、体育场馆、住宿接待等方面的需求,同时也提高了城市长期的供给能力。

其次,如果从举办奥运会对城市营销或转型的角度看,不难发现奥运会的确给不少的城市带来了不小的益处。从1988年汉城到2008年的北京奥运会以来(除1996年亚特兰大奥运会外),奥林匹克运动会对主办城市的营销效果都十分明显。

4. 小结

未来的研究可能需要更好地理解举办城市可以采用的最佳量化营销目标。当这么做的时候,研究可能更需仔细分析花费在有形资产(例如场馆)的具体数额、旅游、赞助商投资、政府服务和带有城市名称的奥运商品。毕竟,奥运营销并不自然而然意味着将给予一个城市或国家有效和足够的回报,并且历史的经验教训也说明了,如果奥运会的举办没有达到原定的战略目标和控制好相关的经费预算,最终的结果将会白白地浪费了纳税人的钱。

(丁励翼等,《南京体育学院学报》2010年第4期)

澳意奥委会签署双边合作协议

通过与意大利奥委会的一项新合作，澳大利亚的奥运选手可以在意大利及欧洲其他地区备战 2012 年伦敦奥运会，他们将会收获很多。在这项澳大利亚奥委会和意大利奥委会的合作协议之中，澳大利亚的运动员可以享受到医药和物理治疗。该协议签署于在墨西哥阿卡普尔科举办的国家奥委会协会大会上，有效期至 2016 年底，并可以延续至四年以后的 2020 年。罗马正在考虑申请承办 2020 年的奥运会，如果成功，这项合作协议对澳大利亚运动员来说就更有价值了。澳大利亚奥委会主席科茨（John Coates）表示：“这项协议为奥运项目提供了一个很好的机会，可落实有助于备战伦敦奥运会的计划。”

预计按照协议，澳大利亚体育学院和意大利奥委会学院也将进行一项合作，交流运动科学、运动医学、高水平竞技和执教技术的知识。

另一项好处就是，位于意大利北部瓦雷泽的欧洲训练中心，它由澳大利亚联邦政府资助，并由澳大利亚体委管理，中心将于 12 月开始运行。科茨认为：“向运动员们提供与在澳大利亚水平相似的运动医学和科学服务，对优秀运动员备战国际比赛很重要。当运动员们在欧洲拥有一个基地，而且能参加高水平比赛，能享受到体育科学服务，这就意味着澳大利亚运动员在欧洲有了立足之地。”

在 2011 年的各种资格赛期间以及 2012 年奥运会之前的重要比赛期间，频繁的往返于澳大利亚花费会很高，这项协议使得在欧洲比赛密集的运动项目的处境得到了很大的改善。科茨说到：“减少了‘距离带来的消耗’，意味着我们有限的体育经费可以得到更好的利用。”

许多澳大利亚运动员将在英国和其他欧洲地区训练比赛，在伦敦奥运会到来之前适应北半球的夏季。意大利运动员也会去澳大利亚训练。预计他们会等到欧洲漫长的冬季动身，而此时澳大利亚正值盛夏。这会促使澳大利亚的运动员参与到那些非传统强项中，在国际比赛中取得更好的成绩。双方的教练组成员也会从分享知识和经验中受益。

在 2004 年雅典奥运会和 2008 年北京奥运会之前，澳大利亚奥委会也进行了类似的准备工作，并取得了巨大的成功。

（李晨，摘自体育资讯网·伦敦奥运信息 2010 年第 24 期）

德召开国家队教练员奥运备战会议

德国奥体联于 9 月 27 日至 29 日在德累斯顿召开国家队教练员奥运备战会议，从运动

心理和训练方法角度探讨 2012 年伦敦奥运会的备战策略。尽管德文媒体没有对外公布大会报告的具体内容,但是我们可以从已经公布的会议报告题目中,看出当前德国竞技体育的研究方向和奥运备战的着力点。

大会报告:

- 德国奥体联 2012 年伦敦奥运会和 2014 年索契冬奥会展望
- 从 2010 年温哥华冬奥会看滑雪运动发展趋势
- 竞技体育水平提高策略
- 德国赛艇 2012 年伦敦奥运会备战方案
- 从运动医学角度谈 2012 年伦敦奥运会备战
- 从运动心理角度谈 2012 年伦敦奥运会备战
- 欧洲各国竞技体育体制对比分析

另外,大会还按照耐力项目、力量/速度力量和技术类项目、球类项目 and 对抗性项目开设了分会场。

耐力项目分会场报告:

- 高原训练的竞技能力储备(弗赖堡大学医院运动医学恢复与预防部科波特吉塞尔博士)
- 高原训练的实践经验(勃兰登堡游泳协会主教练、德游泳协会“长距离项目”工作人员霍夫曼)
- 2012 年伦敦奥运会备战策略——以皮划艇静水短距离项目为重点(德国皮划艇队主教练基斯勒、德皮划艇协会后备力量组教练胡梅尔特)

球类项目分会场报告:

- 球类项目的科研支持——以曲棍球为例(德国曲棍球协会科研教练弗斯特纳)
- 曲棍球队 2012 年伦敦奥运会备战策略(德国曲棍球协会男队教练魏泽)
- 篮球竞技训练(德篮协教练林德纳)
- 2012 年奥运会乒乓球顶尖队伍的个人备战措施(德国乒乓球联盟主教练席梅尔普芬尼希)

对抗性项目分会场报告:

- 从资格赛体制谈对抗性项目的奥运备战(作者是分别来自德国拳击、柔道、摔跤、跆拳道和击剑项目协会的教练)
- 高原训练的竞技能力储备(弗赖堡大学医院运动医学恢复与预防部科波特吉塞尔博士)

力量/速度力量和技术类项目分会场报告:

● 田径项目挖掘竞技潜力，备战 2012 年伦敦奥运会（德国田径协会教练员学校校长基林）

● 从备战 2012 年伦敦奥运会的角度谈跳水项目发展现状和趋势（德国游泳协会跳水教练陶贝特）

（侯海波，摘自体育资讯网·伦敦奥运信息 2010 年第 22 期）

伦敦思考奥运会场馆赛后利用问题的解决之道

早在 2005 年申办奥运会时，伦敦市以及伦敦奥运会的组织者就已经在考虑奥运会场馆在后奥运时期的运营问题。他们最主要的策略就是找到能够长期租用这些场馆的客户。

失败案例之一：蒙特利尔

1976 年举办过第 21 届奥运会的加拿大蒙特利尔市是一个失败的例子。原计划 1.24 亿美元的总预算不断超支，到最后全部花费超过了 15 亿美元，其中场馆花费占 70% 之多，使得蒙特利尔市民的财政负担持续了 20 多年。

失败案例之二：悉尼

2000 年举办第 27 届奥运会的悉尼奥运会主体育场，直到 2003 年下半年才因为承办了橄榄球世界杯比赛、并将冠名权卖给一家公司后，开始扭亏为盈，但收回投资成本还需要 25 年。悉尼奥运会主要的私有场馆——“超级穹顶体育馆”于 2004 年宣布破产。

失败案例之三：雅典

2004 年举办第 28 届奥运会的雅典，情况似乎更糟。赛前一直忙于赶工程进度，雅典无暇考虑场馆的赛后利用。直到 2004 年年底，希腊政府才拿出“希腊 2005—2007”方案，但许多场馆改造工作仍待完成。那些被静悄悄空置的场馆，每年给背负着巨额债务的希腊继续制造着 1 亿美元的黑洞。

成功经验之一：亚特兰大

1996 年举办第 26 届奥运会的亚特兰大，将奥运会主体育场尽早确定成为勇敢者棒球队的主场。奥运会之后，一些比赛场地被改造成职业赛事专用棒球场，亚特兰大奥林匹克体育场赛后每年使用 82 次左右，基本上没有空置期。

成功经验之二：洛杉矶

而 1984 年的洛杉矶奥运会，根本没有大兴土木，比赛场馆大多数是租来的，运动员就住在大学的宿舍。奥运会结束后，这些场馆没有遇到丝毫困难，就恢复到原先的经营状态。

英国的思考

早在2009年,伦敦奥运会的组织者们就建立了奥林匹克公园遗产公司,这比其它奥运会主办城市下手都要早,而且在体育场馆的设计和建造过程中,对某些部分进行了灵活处理,以便将来改造体育场馆。

现在,英超西汉姆联足球俱乐部与全球最大体育娱乐集团美国AEG公司都对租用伦敦奥运会场馆表示了兴趣。此外,奥林匹克公园遗产公司还收到了很多公司的申请,这些公司来自体育行业、建筑行业、教育行业、营销行业和投资行业。奥林匹克公园遗产公司将审查他们的场馆利用计划,直到2011年3月才会决定哪家公司中标。

综上所述,伦敦奥运会场馆选择的解决之道就是:首先,尽早成立奥林匹克公园遗产公司,这是一个专门负责解决奥林匹克公园长期使用问题的机构;其次,在奥运会场馆的设计和建造过程中,充分考虑到赛后利用的需求;最后,仔细筛选出最适合奥运会场馆的长期租户。

(张曙光,体育资讯网·体育产业信息 2010年第8期)

竞技体育

北京奥运会中国男篮与世界顶级强队技术分析

以第29届奥运会中国男篮与美国、西班牙两场比赛的技术统计资料为研究对象,探求中国男篮与世界顶级强队的差距,为中国男篮发展提出建议以供参考。

(1) 投篮

篮球比赛的胜负取决于得分的高低,而得分取决于投篮次数和投篮命中率,并与投篮次数和投篮命中率都呈正相关。中国队的总投篮次数和命中率、两分球投篮次数和命中率均低于对手,三分球投篮次数和命中率均高于对手,罚球次数均低于对手但命中率均高于对手。

(2) 篮板球

篮板球在比赛中是获得球权最重要的手段,也表明着一个队的实力所在。表面上看与美国队差距不明显,甚至前场篮板球还占有优势,但仔细分析便会发现,中国队前场篮板球多后场篮板球少,主要是由中国队与美国队在投篮命中率上的巨大差距造成的,篮板球能力与对手相比有一定的差距。与西班牙队的比赛中,篮板球能力与对手相比有明显的差距。

(3) 助攻

助攻技术是建立在熟练的控制、支配球能力和变幻莫测的传球技巧以及默契的配合基础上的,所以素有“助攻妙传”之称。与美国队、西班牙队的比赛,中国队助攻能力与对手相比有明显的差距,这说明中国队的控制球、支配球能力和组织配合能力与对手有明显差距。

(4) 抢断

抢断技术是带有攻击性的防守技术,它是意识、反应、判断、起动速度和技术的集中体现。抢断能力与对手相比有明显的差距。通过录像观察分析有两方面的因素:一是中国队的传接球技术较差,给对手“创造”了更多的抢断机会;二是中国队的断球意识、身体素质和控球技术不如对手,对手娴熟的技术也使得中国队断球的机会不多。

(5) 封盖

封盖是影响对方投篮命中率的主要手段,成功的封盖对投篮队员的心理将造成较大压力。封盖能力与对手相当。中国队的封盖几乎全部出自三大内线球员和后卫孙悦,三大内线球员的高度优势以及孙悦出色的个人防守能力封住了对手的篮下进攻,给对手造成强大的心理压力,从而影响对手的投篮命中率。

(6) 失误

失误主要集中在组织后卫,缺乏比赛经验、无谓的停球、传球、犹豫、运球技术及对抗能力差是造成失误过多的主要原因。

(7) 犯规

与对手相比有明显的差距。观察发现:中国队队员的犯规更多的是由于对手攻击篮下得分的被迫犯规。

(8) 持球突破

差距十分明显。进一步对比分析便发现这一差距是中国队外线球员即控球后卫、得分后卫和小前锋造成的。录像观察发现,中国队外线球员持球突破技术的明显劣势主要是由于运球技术和身体素质尤其是速度、爆发力、力量对抗上的明显差距造成的。

结论:

(1) 中国队在两分球投篮次数和命中率、罚球次数、篮板球、助攻、抢断、犯规方面和世界顶级强队的差距明显,应在平日的训练和比赛中着重加强队员的控球能力、运球技术和身体素质。

(2) 加强中国队外线队员持球突破技术的训练,提高他们的运球技术和身体素质,尤其是速度、爆发力、力量对抗。重点增强组织后卫持球突破后助攻传球能力和得分后卫、小前锋持球突破后得分及造成对方犯规、杀伤对方内线的能力。

(谢彦嘉等,《山西师大体育学院学报》2010年第4期)

亚、欧洲男子篮球技术战术特点研究

本文以亚洲、欧洲男子篮球技术战术发展的特点为研究对象,主要通过录像观察法和数理统计法等方法,对25届亚洲锦标赛前四强之间和34届欧洲锦标赛中前六强之间比赛技术、战术进行分析。

1. 亚洲篮球技术战术特点分析

(1) 亚洲篮球进攻技术特点分析。目前亚洲各队投篮的命中率不是很高。第25届亚锦赛中国男篮各项技术结果与现代强队篮球有着很大的差距。

(2) 亚洲篮球防守技术特点分析。一直以进攻为主的亚洲各队也开始注重防守,其表现在两个方面,一是防区扩大,二体现在内线的防守上。

(3) 亚洲男子篮球进攻战术特点研究。亚洲在失去“快速、灵活、全面、准确”这一特点的同时,开始走大型化、强攻类的道路,整个进攻没有引领和创新的东西。亚洲的篮球战术特点处在初期的跟随阶段,看不出任何新生的风格与特点。亚洲篮球除了阵地进攻战术的发展缓慢外,快攻在弱与强之间有所表现,但在强队之间的比赛就是另外一种状况。比赛中转换速度不够快。

(4) 亚洲篮球防守战术运用分析。亚洲男篮诸队均在学习欧洲和美国的风格和特点,在继承和发展的过程中,始终坚持快速风格,采取快速的进攻方法,力争以快制高,这是典型的亚洲风格。防守水平有很大的进步,特别是西亚各队。

(5) 中国队在亚锦赛上的技术战术运用分析。中国队比赛中的技术运用特点:从中国队与前四强之间进行的比赛可以看到,中国队的得分依次是篮下挤投、突破上篮、说明中国队的进攻主要还是依靠内线的篮下强攻,外围的突破虽然排位第二,但次数并不多。中国队的战术运用分析:整个亚洲锦标赛中,中国队进攻战术的运用主要是依靠内线的强攻和外线的中投,移动进攻的比例比较少。相比较突分和掩护配合中国队始终运用的比较少。

2. 欧洲竞技篮球技、战术特点分析

(1) 欧洲篮球的技术特点。欧洲篮球进攻技术运用分析:投篮命中率高,投篮时非常坚决,自信心十足,投篮点相对分散,投篮方式多样。在欧洲篮球的发展中,助攻始终得到了各队的重视。欧洲篮球防守技术运用分析:近年来,欧洲和整个世界篮球的发展中,防守技术提高和对抗程度大是非常显明的特点。防守技术体现在防守时,紧逼对手,寸步不离,封堵各个方向的移动路线,封盖所有的投篮。

(2) 欧洲篮球战术运用特点。欧洲篮球进攻战术运用分析:在34届欧洲男篮锦标赛中,突分配合运用最多。欧洲队员能够因势利导,利用中锋的牵扯,个人进行大胆的空切。主攻、助攻转化迅速,并且每个人都能够做到全方位多点投篮得分。突分配合、传切配合、

掩护配合运用得炉火纯青。近年来欧洲竞技篮球快攻发展快速。

3. 亚、欧篮球技术战术对比分析

亚洲球员的投篮准确性明显下降。突破能力也是亚洲目前极为薄弱的环节。战术运用简单,变化不多。战术意识需要加强。防守形式主要是紧逼与联防为主,防守的攻击性不够。欧洲球员投篮准确性高。外线球员的突破能力极强,突破后敢于用力,不怕对抗。进攻战术配合是突分排列第一,运用突破技术,打开一点,向纵深进攻,突破上篮和助攻成为最后结束的重要手段。大量的掩护和挡拆也是欧洲球员战术运用的主要方式,同时结合个人进攻,使得比赛显得灵活、多变。

(张斌,《北京体育大学学报》2010年第7期)

中外男篮优秀前锋进攻特点的对比研究

在当今世界男篮比赛中,前锋担任着队内的主要攻守任务,技术全面而又有特长,兼有后卫和中锋的进攻职能。前锋队员主要扮演着战术行动衔接或者终结的角色,具体表现在直接得分、篮板球的保护和争夺、中传、掩护、战术阵型建构、快速退防等方面。

本文将中国男篮参加2008年奥运会篮球比赛中上场时间最多的2名主力前锋作为研究对象的观察组。将中国男篮参加比赛的对手德国、希腊、安哥拉、西班牙、美国各队的1—2名主力前锋队员作为研究对象的对照组。

研究结果与分析:

(一) 中外男篮优秀前锋进攻活动范围的对比分析

1. 中外男篮优秀前锋阵地进攻落位区域的对比分析

从落位的区域上看,观察组与对照组前锋落位均以远区为主,中区为第二,近区为第三,这与篮下空间争夺的激烈程度和其位置职能有密切的关系。观察组在近区和中区的落位次数明显少于对手,在远区落位次数明显高于对手。

2. 中外男篮优秀前锋阵地进攻无球移动的对比分析

观察组前锋在阵地进攻中的无球移动,除在穿插溜底次数这项指标上比对照组略低外,其余三项指标均明显低于对手。说明我国男篮前锋队员在无球时,移动抢位次数较少,站在原地不动或等球的次数较多;在内线的穿插、空切以及队员之间的配合较少,队员应变能力和跑动意识差。

3. 中国男篮体能劣势明显

从比赛中可以看出,我国男篮前锋在比赛中跑动不积极,移动抢位缺乏合理性,很难抢到有利的进攻位置;在同伴投篮时,又不能积极地参与拼抢前场篮板球,拼抢次数明显

少于对手；而在攻守转换时，跑动速度较慢。这在一定程度上反映出我国男篮前锋在这种强对抗、高速度的国际比赛中，体能状况下降较快，不适应比赛的节奏。

（二）中外男篮优秀前锋投篮得分情况的对比分析

通过录像统计和数据整理，在得分这一项指标中，观察组平均每场得分为 9.83 分，对照组每场得分为 12.25 分，中国男篮前锋已经具备了一定的得分能力。

（三）中外男篮优秀前锋持球突破的对比分析

在突破总次数、突破得分和突破分球助攻上，二者均存在高度显著性差异。以上数据说明中国男篮前锋的突破能力差，突破意识不强，在对手的防守严密下，很难突破到内线进行攻击或助攻，这种情况有待改进。

（四）中外男篮优秀前锋接球特点的对比分析。在原地抢位接球上，两者存在高度显著差异。现代男篮比赛中，前锋的接球方式以移动抢位接球为主，原地抢位接球为辅。

（五）中国男篮移动进攻能力不强。观察组和对照组在横动接球和插上接球上差别不大；而在下拉接球和溜地接球上存在较大差异。

结论：

1) 世界男篮优秀前锋在阵地进攻中落位以远区为主，中区次之，再次是近区，落位点多，活动范围大，无球移动抢位积极合理。中国男篮前锋在远区落位较多，近区和中区落位次数明显少于对手，在无球进攻时，移动抢位不积极。

2) 中国男篮前锋已经具备了一定的得分能力，总投篮出手次数与对手相近，但命中率低于对手。

3) 中国男篮前锋与世界强队优秀前锋相比，个人攻击能力不强，特别是突破能力较差。

4) 世界男篮优秀前锋在阵地进攻中移动迅速灵活，以移动抢位接球为主，以原地抢位接球为辅；传球及时、准确且方式多样化。我国男篮前锋队员原地抢位接球明显多于对手，移动抢位次数比对手少，接球区域相对不均衡。

（张家铭等，《吉林体育学院学报》2010年第4期）

我国竞技排球运动技战术发展的阶段性特征研究

（一）第一阶段的发展状况和特征分析(1905年—1977年)

1. 中国近代排球运动（1905年—1949年）。主要是进行 16 人制和 12 人制的比赛，出现了前排进攻与二排进攻相结合的打法和“鱼跃救球”等防守技术，而且在场上还能根据对方扣球的线路来进行卡位防守等，但总体水平较低。

2. 解放初期的排球运动(1950年-1959年)。在这一阶段的历史时期,我国逐渐突破了完全学习前苏联和东欧国家的战术打法,在不断探索创新的基础上,针对但是我国排球运动员的实际情况以及世界排坛的发展特点,建立了我们自己独特的战术指导思想。从“积极、主动、快速”到“技术全面、战术多样”,抓住了当时排球运动发展的主要问题,给训练工作提出了极为明确的要求,保证了我国排球从一起步就沿着正确的方向前进。

3. 快速发展时期(1960年-1977年)。这一阶段是我国排球运动的引进和学习阶段,虽然运动水平还不高,但是随着不断参加世界大赛,同高水平队伍共同竞争,进步显著,逐步向世界先进水平接近。

(二) 第二阶段的发展状况和特征分析(1978年—1992年)

1. 中国排球的辉煌时期(1978年-1986年)。通过排球工作者几代人数十年的努力,我国女排终于实现了夺取世界冠军的夙愿。我国男女排在这个时期的技战术主要特点就是战术灵活,快速多变,前后排技术平衡、全面。以近体快球、短平快球等作为代表的快速进攻战术被熟练地应用于整个战术系统中,并在此基础上,发展出时间差和位置差等新战术。以快速多变的战术进攻作为进攻体系的核心,由副攻掩护给主攻突破,发展成为打破主攻与副攻机械分工的界限,主攻与副攻相互掩护突破。切实贯彻了“全面、快速、高度、灵活、准确”的指导思想。

2. 中国排球发展的滑坡阶段(1987年-1992年)。这一阶段主要是老女排“五连冠”的好成绩束缚住了我们的手脚和创新的胆量,对于世界排坛技战术体系发展的趋势没有清醒的认识。并且在这个时期比较缺乏对于排球运动发展趋势的探讨,导致我们原本领先的技战术指导思想已经落后于世界。

(三) 第三阶段的发展状况和特征分析(1993年—2006年)

1. 艰难的爬坡阶段(1993年-2002年)。在这个阶段,中国排球协会等部门为了竞技排球能够重回巅峰做了许多的工作,对于世界排球的发展方向也进行了积极的探讨。中国男、女排重夺亚洲冠军,特别是郎平带领的中国女排在2000年悉尼奥运会上,进入冠亚军决赛,距离登顶只是一步之遥。由此可见,中国竞技排球在训练和竞赛中贯彻了正确的战术指导思想,充分调动了各方面的积极性,积极消除不利干扰,正在向着好的方向发展。

2. 女排重回巅峰,男排期待崛起(2003年-2006年)。在我国运动员体能水平普遍落后于欧美运动员的情况下,采用了正确的、实用的战术打法,有效的弥补了体能上的不足,中国女排连续获得了两次世界冠军。表现出了以下几个特点:(1)技术全面,依靠整体作战;(2)坚决贯彻了快速多变的进攻战术;(3)体现了战术继承与创新的精神。中国男排在这个时期处于艰难的爬坡阶段。

小结:

中国女排发展了全面、快速、高度、灵活、准确的全攻全守排球思想及其打法,引发了现代排球战术指导思想的革命,开创了现代排球的新纪元。正确、灵活、可持续发展的技战术指导思想是取得优异运动成绩的有力保障。世界排球运动的发展史充分证明,只有掌握了先进的技、战术并有效地加以利用才能在激烈的竞争中占得先机;只有创新才是保持先进和不断进步的原动力。

(符壮,《西安体育学院学报》2010年第4期)

运动训练

国外运动视觉情报处理研究的现状与展望

视觉情报处理是指大脑对环境中的视觉信息经过选择性地分析处理,并做出合理的判断的过程。这一过程主要包括视觉信息的输入、内部分析处理和指令的输出三个环节。早期的研究围绕输入环节开展,对影响反应快慢和准确性的主要因素和大脑内部的信息处理过程和机制,长期以来一直被视为神秘的黑匣子。科研仪器的发展和进步,为人们探索研究“黑匣子”提供了可能。

(一) 国外运动视觉情报处理研究的现状

1、视觉情报处理领域的主要研究内容

从20世纪90年代起视觉情报处理领域开始出现一些研究内容上的变化。由于早期的研究结果显示缺乏足够的证据支持视觉机能与专项技能间的相关性,研究者转而研究与运动员的专门知识结构密切相关的“软件”能力与运动绩效之间的相互关系。

有关运动员视觉情报处理的研究较为代表性的学者有比利时的Helsen,英国的Williams。他们主要针对足球运动员在复杂比赛情况下处理视觉信息的策略进行的很多实验研究,尤其是在实验条件的设定上有了较大改观。同样对运动员比赛中重要信息线索(cue)利用效果的研究也较为多见。近年来对视觉探索策略的研究已成为视觉情报处理研究的热点领域之一。随着记录技术的不断发展,以轻量化和便携等为特征的最新式眼动仪已经被用于研究球类运动员视觉探索策略的研究中。

2、视觉情报处理研究领域的主要研究方法

视觉情报处理研究领域的研究方法可以归纳为两大类:间接研究技术手段和直接研究技术手段。间接研究技术手段中主要包括“再认”(recognition)、“信号的探知”(signal-detection),这些研究方法由于测量方法间接,有着明显的局限性。直接研究技

术手段目前较为成熟而常用的方法是眼动记录技术。这种方法使用专门的仪器设备来跟踪被试操作具体任务时的眼动情况，是一项科技含量较高的实验方法，不仅表现在实验的过程中，还表现在对结果的分析上。

（二）视觉情报处理研究的展望

实验科研仪器的不断发展为运动视觉情报处理研究提供了保证，但要使研究更具有实际应用价值，未来必须进一步开展与运动情境相结合的实证性研究，对该领域的研究方法进行不断改进。

（三）小结

该研究领域还有很多尚需深入研究的课题：优秀运动员的独特的视觉信息探索模式是否可以用于初学者的训练？基于录像的认知训练可以提高运动员的策略水平，但是否可以迁移到实际比赛情境中？此外，在什么年龄段开始认知心理训练运动员最敏感，以及遗传性的策略技能占多大的比率？这些都是急需证实的问题。

（吕中凡等，《吉林体育学院学报》2010年第3期）

过度训练及补充谷氨酰胺对大鼠海马和额叶皮质中TNF- α 及其mRNA和NF- κ B水平的影响

过度训练是指由于持续大负荷运动训练或者训练间歇时间过短而导致机体出现一系列功能紊乱，严重者甚至会出现过度训练综合征。过度训练综合征的特征性表现为持续疲劳、运动能力下降、情绪低落、神经内分泌因子改变和持续性疾病如上呼吸道感染等。本实验在建立大鼠过度训练模型的同时，给予谷氨酰胺补充，观察11周训练结束后大鼠海马和额叶皮质中TNF- α 及其mRNA的表达水平分别发生何种程度的适应性变化，并进一步探讨大鼠海马和额叶皮质中转录因子NF- κ B在过度训练和补充谷氨酰胺时是否参与了对TNF- α 功能发挥的调控。

一、实验目的

探讨过度训练及补充谷氨酰胺对大鼠海马和额叶皮质中TNF- α 及其mRNA和NF- κ B水平的影响。

二、实验方法

60只SD大鼠随机分为3组，安静组(C, n=20)、过度训练组(E, n=20)和谷氨酰胺补充组(G, n=20)，E组和G组进行递增负荷跑台训练11周，最后一次训练结束后36h断头取海马和额叶皮质。应用ELISA方法检测TNF- α 的蛋白含量，Real time-PCR方法检测TNF-

α 的 mRNA 转录, Western blot 检测 NF- κ B 的蛋白表达。

三、实验结果

1) 与 C 组比较, E 组海马和额叶皮质中 TNF- α 蛋白含量显著升高(分别为 $P < 0.01$ 和 $P < 0.05$); 与 E 组比较, G 组海马中 TNF- α 蛋白含量显著降低($P < 0.01$), 额叶皮质中未见显著性变化($P > 0.05$)。

2) 与 C 组比较, E 组海马和额叶皮质中 TNF- α mRNA 的表达水平显著升高(均为 $P < 0.05$); 与 E 组比较, G 组海马中 TNF- α mRNA 的表达水平显著下降($P < 0.05$), 额叶皮质中未见显著性变化($P > 0.05$)。

3) 与 C 组比较, E 组海马和额叶皮质中 NF- κ B 的表达水平显著升高($P < 0.05$); 与 E 组比较, G 组海马和额叶皮质中 NF- κ B 的表达水平均未见显著性变化(均为 $P > 0.05$)。

四、实验结论

1) 过度训练可以明显影响大鼠海马和额叶皮质中 TNF- α 及其 mRNA 和 NF- κ B 的表达水平。

2) 谷氨酰胺补充可以在一定程度上逆转大鼠过度训练时海马中 TNF- α 及其 mRNA 的表达水平, 但对 NF- κ B 的表达不会产生影响。

(于动震等, 《体育科学》2010年第7期)

耐力性项目训练负荷强度安排特征的研究

(一) 耐力性项目训练负荷强度安排特征

运动训练实践中, 人们往往依据容易获得的能有效反映负荷强度的指标如最大摄氧量、血乳酸等, 对训练负荷强度进行区域划分。国外学者大都依据通气阈拐点对负荷强度进行区域划分。对赛艇、中长跑、自行车等不同类型世界优秀耐力运动员在不同训练阶段负荷强度安排情况做了统计分析。发现对于他们而言, 训练安排呈现明显的“两极化”模式, 而非传统意义的“乳酸阈”模式。

(二) 耐力性项目采用“两极化”模式训练的致因分析

对负荷强度的操控实际上是提供了一个可以平衡训练效果的机制。优秀耐力运动员采用大量低强度训练的实质就是为了避免由于过多高强度训练而导致的交感神经系统控制能力紊乱。研究表明, 经过长时间、高强度运动训练、竞赛, 机体交感神经系统活动能力下降, 同时伴随有激素疲劳综合征。因此, 在某一特定时期, 运动员所能承受的高强度负荷是有一个最高限度的。对于优秀耐力运动员而言, 重复采用“乳酸阈”强度训练时间过长时(超过总训练时间的 20%) 会导致过多的交感神经压力。因此, 尽管高强度、“乳酸阈”

强度在促进运动员有氧能力提高方面有各自不同的特点、作用。但是，对于多年坚持系统训练的优秀耐力运动员而言，这种中到大强度负荷的应用需要仔细、慎重的安排。

尽管低强度训练由于耗时长、见效慢而饱受争议。但它对有氧耐力素质的提高却有着特殊而重要的作用。首先，这种强度负荷对运动员机体内稳态平衡造成的干扰小，训练后，运动员可以快速得到恢复。再者，从专门性力量的提高，专项技术动作的学习、掌握、稳定、完善的角度，大量低强度练习同样是非常必要的。对于周期性耐力项目而言，低频率稳定状态的长（距离、时间）划/游/骑，已成为国际上普遍流行的、构建赛艇/游泳/自行车等耐力性项目牢固的有氧基础的共同的实践内容。另外，从能源物质利用角度看，保证循环血液中足够的糖原供应是耐力性项目训练、比赛中一个重要课题。作为新陈代谢过程中耗氧量巨大的器官，大脑组织几乎没有能源储备，需要循环血液中氧气、血糖的持续供应。优秀耐力运动员大量采用的低强度区域恰恰也是他们脂肪利用率最高的区域。

尽管世界优秀耐力运动员将其绝大部分的训练量投放到低强度区域，但并不意味着，单单依赖低强度持续训练，就可以提供促进耐力性项目运动成绩提高的最佳刺激。在大量低强度负荷刺激的基础上，适当应用高强度负荷刺激，是促进耐力性项目运动成绩显著提高的关键环节。将低强度、高强度负荷的训练手段有机结合起来，使低强度负荷变得更低、高强度负荷变得更高，形成“两极化”训练模式。不仅可以使两者在促进最大摄氧量、无氧阈等方面的作用得到互补，还可以使得整个训练周期负荷的变化更富有节奏。

（三）结语

研究发现，采用大量低强度负荷建立起稳定耐力基础，并适当穿插高强度负荷，较少利用“乳酸阈”强度负荷的“两极化”模式，组织优秀耐力运动员的日常训练是当前的一种趋势。

（郭树涛等，《天津体育学院学报》2010年第4期）

跳远运动员髌关节振动力量训练效果的研究

本研究以首都体育学院10名跳远专项二级运动员为实验对象，随机地将他们分成试验组和对照组，两组人数相等，其中I组为“全身振动刺激训练组”，在传统力量训练中附加振动刺激，II组为“传统力量训练组”，对跳远起跳技术起关键作用的髌关节进行研究，把握髌关节肌力增长的规律，进一步探索振动力量训练对跳远运动员髌关节肌肉力量增长效果的因素。

（一）两种力量训练对髌关节屈伸肌群最大力量的影响

两种力量训练方法都能使髌关节最大功有不同程度的提高，且试验组伸肌的最大功增

值幅度明显高于对照组, 组内检验也具有显著性差异 ($P < 0.05$)。两组屈肌最大功比较显示, 试验组屈肌最大功增值幅度比对照组要大, 两组的最大功变化组内检验也具有显著性差异 ($P < 0.05$)。

(二) 髋关节峰力矩的环比和定基比研究

髋关节伸肌峰力矩变化情况体现出以下特征: 前4周比后4周增值幅度高, 试验组前后4周髋关节伸肌峰力矩环比增长系数分别为21.11%和18.38%, 对照组前后4周髋关节伸肌峰力矩环比增长系数分别为12.27%和6.38%。髋关节屈伸肌群经过8周训练后, 髋关节峰力矩定基比增长系数表现出如下特征: 试验组、对照组髋关节伸肌峰力矩定基比增长系数分别达到30.24%和18.69%, 屈肌峰力矩定基比增长系数分别达到8.15%和9.06%。

(三) 髋关节屈伸肌群相对最大峰值力矩变化的研究

经过8周的振动力量训练实验组和对照组的髋关节屈伸肌群相对峰值力矩都出现了不同程度的提高。两种力量训练方法不仅可以使髋关节屈伸肌群的相对峰力矩发生一定程度的提高, 而且髋关节伸肌相对峰力矩增值幅度也比屈肌相对峰力矩增值幅度高。

结论:

1、两组运动员髋关节的屈伸肌力都有不同程度的提高, 其中, 试验组髋关节屈伸肌群的最大功增长幅度比对照组屈伸肌群最大功增长幅度大, 而且屈肌的最大功要比试验前呈现显著性增长, 尤其是屈肌最大功增长幅度要比伸肌最大功增长的幅度更大, 试验组髋关节屈伸肌群、对照组髋关节屈肌的最大功增长幅度, 组内检验也呈现出显著性差异。

2、髋关节峰力矩环比增长系数存在着一定规律, 表现为前4周增长幅度较大, 后4周增长幅度较小, 呈现出明显的“先高后低”变化特征, 试验组前、后4周伸肌峰力矩环比增长系数比对照组要大。而屈肌峰力矩环比增长系数表现出: 试验组前4周屈肌峰力矩增值幅度比对照组要小, 试验组后4周屈肌峰力矩增值幅度比对照组要大。

3、振动力量训练后, 髋关节伸肌群相对峰力矩增长幅度明显大于屈肌群相对峰力矩增长幅度, 试验组髋关节伸肌群相对峰值力矩明显高于对照组, 试验组髋关节屈肌群相对峰值力矩与对照组屈肌相对峰力矩增长幅度相差不大。

(吕青等, 《天津体育学院学报》2010年第4期)

WADA基因兴奋剂检测取得突破性进展

据美联社报道, 由世界反兴奋剂机构(WADA)资助的两个基因兴奋剂检测研究项目取得了突破性进展。两个研究小组的成员分别来自德国的蒂宾根大学和美因茨大学以及美国的佛罗里达大学和法国的南特大学, 经过大量研究, 他们成功找到了基于血液样本的基因

兴奋剂检测方法。

德国蒂宾根大学和美因茨大学的科学家们发现,通过一项特殊的血液测试(采用传统的血液样本)就能够经基因转换检测到 56 天内曾经使用基因兴奋剂的踪迹,且结果相当可靠。美因茨大学的佩里克尔斯·西蒙(Perikles Simon)教授解释说:“这个检测方法花费相对较少,但能直接检测出好几种最普通的经过作弊的基因。”蒂宾根大学的基因治疗专家也表示:“在此之前,只能在分子医学领域内采用一种极其昂贵且间接的检测程序,才能检测出通过转基因方式使用基因兴奋剂的行为。”

德国研究人员利用他们此前开发出的一种转基因脱氧核糖核酸(Transgenic DNA, tDNA)追踪技术来检测血液中的 tDNA。人体自身不会产生 tDNA,如果检测出 tDNA,那么运动员很可能使用了基因兴奋剂。他们在老鼠身上进行试验,结果老鼠注射了基因兴奋剂两个月后仍能检测出来。研究人员接着又检测了 327 份运动员血样,结果也表明这种方法安全有效。西蒙称:“数月之后,还能检测出是否注射过基因兴奋剂,这对心存侥幸的运动员有着很好的阻吓作用。”

与此同时,美国基因疗法学会(the American Society of Gene Therapy)官方杂志《分子疗法》也发表文章说,美国佛罗里达大学和法国南特大学的研究人员从分子疗法的角度研究出了一项基因兴奋剂血液检测的新技术,通过猴子的促红细胞生成素(EPO)肌肉注射试验成功追踪到了基因兴奋剂的存在。研究人员认为:“只要基因兴奋剂是肌肉注射的,那么通过我们的检测方法就不难发现其踪迹。”

WADA 为此投资了 200 万美元,以便找到可靠的基因兴奋剂检测方法,研究人员花费了大约四年的时间来从事此项研究,他们说可以直接通过血检样本查出基因兴奋剂。

WADA 总干事戴维·豪曼(David Howman)称:“这是非常重要的一个突破性进展。我们从 2002 年起就开始了相关研究,现在我们确信我们能够检测出基因兴奋剂。虽然这些检测方法还要经过一个科学验证的过程,但是这些检测方法将在两年内开始实施。”

当记者问及这些检测方法是否会在 2012 年伦敦奥运会上实施时,他的回答是:“非常有可能。”

(张曙光,《伦敦奥运信息》2010 年第 18 期)

冰浴在竞技游泳运动中的作用

美国国家游泳队技术顾问拉茨(Ian Ratz)认为:

冰浴作为一种训练后帮助身体恢复的方法已经使用多年,但是放松机理在研究人员和使用者之间仍然存在着分歧。大强度练习极大刺激了肌肉系统,并时常引起肌肉损伤。用

运动员的观点看，这种肌肉损伤通常会表现为酸痛和身体不适。

为什么一些运动员会使用冰浴呢？一般来说，冰浴可被用来减轻因肌肉损伤而导致的肿胀。在教练员严格监督下，许多项目的运动员、特别是身体接触类的运动项目都使用冰浴来放松身体，对这些选手而言，冰浴可能会产生良好效果。在一项调查中，许多运动员反映在使用冰浴后，身体感觉良好且能更好地为比赛做好准备。

当肌肉损伤发生时，受伤部位的血流增加，从而导致肿胀（发炎反应），尽管有时不很明显。使用冰块可以通过收缩血管来减慢损伤部位的血流速度，降低肿胀的程度。一旦冰块拿走，血流速度恢复正常，就会将必要的营养物质运送到损伤部位，进行修复。但是应该牢记，无论运动员采用何种做法，一旦发生任何肌肉损伤，都是不可逆转的。冰块治疗仅能有助于控制肿胀反应和降低疼痛。

冰浴与竞技游泳有何关系呢？理论上，参加比赛的一名游泳选手不会从一次冰浴中得到生理上的好处。一名游泳选手会在一场比赛后，因超负荷地使用肌肉而感到身体发紧和疲劳，但决不是因肌肉损伤而导致的酸痛。事实上，进行大强度水上训练或陆上力量训练的游泳选手会在日常训练中感受到冰浴的好处，因为这种大强度活动有可能导致较大程度的肌肉损伤。在比赛和训练中，冰浴有助于选手身体感觉更舒服，从而可以积极地影响到游泳比赛成绩。

应该把科学知识应用到竞技游泳中。如果严格分析研究结果，就会发现，作为一种恢复手段，在比赛中使用冰浴似乎对一名游泳选手没有特别大的生理效果。也许冰浴的使用仅能让运动员感觉身体更舒服，特别是在大强度练习或力量训练课之后，或肌肉在更容易损伤的情况下。使用冰浴的底线是，冰浴可以使运动员感觉身体更舒服，但是不能解决肌肉损伤的问题，如果你选择使用冰浴作为一种治疗方式，一定要在教练员的严格监督下进行。

（王跃新，《竞技体育信息》2010年第9期）

如何培养一名自主型的运动员

运动员在参加重大比赛时，教练员是不允许进入赛场的。人们经常看到，参赛运动员遇到问题时，总会抬头寻找自己的教练来寻求解决方法。看上去，他们既害怕又恐慌。此时教练员会大声对运动员喊叫，惹得众人侧目。这是现实比赛中的一个典型场景。

作为教练，我们必须清楚自己的角色，以及在培养自主型选手中要担负的责任。可以肯定，教练要负责制定训练计划、比赛日程和技术发展，甚至他们经常要告诉运动员何时起床、提出饮食建议、确定准备活动内容和比赛策略等。在这里，我们确实能指导任何战

术上的变化，运动员要做的就是出去比赛，不用担心，也不会有任何问题，教练已经把所有事情都处理好了。听起来，这样的教练已经面面俱到。

但是，有一个问题，就是在比赛过程中，教练传授的战术终断怎么办，你所认为的并未按照预先练习的情况发生，此时，又远离运动员，无法让他们听到你直白的战术指导，运动员就必须自己做出决定。然而，他们准备好自己做决定了吗？这或许是他们运动生涯中最大的一个决定，你已经给予他们足够的知识和能力做这个决定了吗？在运动员听不到你的声音下，他们如何知道应该做什么呢？

如果运动员做出错误的决定该怎么办，你又如何反应呢？你的反应是培养一名自主型运动员的关键。你会怎样做呢？

1) 派上一名替补，把队员换下，还是向他们说明比赛是如何打错了，如何进行改进？

2) 当对手做出某种行动时，是要求队员告诉你他们的两种选择，还是你告诉他们两种选择是什么？

3) 你教会他们如何理解速度的变化，预计下一步行动，并在某一个动作中观察、倾听和感觉所有不同的线索？还是说：“我是教练，只要照我说的做就行了？”

如何培养运动员成为自主型选手呢？首先，你必须决定是否真想让他们成为自主型选手。有些教练，甚至我们在奥运会赛场上看到的一些教练，希望完全控制运动员生活的每一个方面。这个问题表现的非常明显，因为我们看到教练在被限制在赛场外后，运动员苦苦挣扎的样子，他们不知道怎么做，且压根就没有做过这样的决定。

执教是一种关系学，是一种普通的为达到某一目标的工作关系。一种单方面的关系不是一个好的关系。

一开始可以使用简单的方法来教授运动员成为自主型选手，这些方法可以在练习中完成，例如：

1) 不要过度分析，如果运动员能记起三件你告诉他们做的事情，这就已经很令人惊奇了。

2) 让运动员描述所发生的事情，而不是你来告诉他们。如果运动员不喜欢所发生的事情，讯问他们希望有什么样的不同。千万不要接受“我不知道这样的借口。”

3) 设计一些练习，这样你不必一遍遍做相同技巧，但是必须是随机的。如果你进行3个练习，把它们混在一起，一个练习做两次，然后第三个练习一次，第二个练习一次。这种可变性会让运动员认为，在一场比赛中也是如此。

4) 停下训练课，向运动员提出问题，怎样感受或注意到所发生的事情，为什么认为是那样的？

5) 不要不停地给予反馈，告诉运动员训练课的目的是什么，让他们去完成。5次、10

次或15次尝试后,让运动员实验一下并给予建设性的反馈。如果你每次都给予反馈,运动员就学会依赖你而不是他们自己。

(王跃新,《竞技体育信息》2010年第8期)

2010年南非世界杯足球比赛负荷特征对我国足球运动员 体能训练的启示

运用文献研究法、非介入调查方法和数理统计法等研究方法,以2010年南非世界杯足球锦标赛32个决赛参赛队伍的599名运动员活动特征为研究对象,对运动员的有氧耐力水平对足球专项耐力具有非常直接的影响,高水平足球运动员的体能训练重点应放在有氧耐力、力量耐力和爆发力与速度这三个方面进行分析。

结果与讨论:

1. 2010年南非世界杯足球运动员专项体能的表现特征与认识。活动距离与活动时间与各队的比赛名次并没有呈现出高度相关,可以认为现代竞技足球比赛对运动员的体能要求是最基础因素,高水平的体能训练水平达到世界一流水平足球队的必备条件之一。足球90-120分钟比赛是一个以球为中心的有氧供能为主的过程,运动员的有氧耐力水平对足球专项耐力具有非常直接的影响,良好的有氧代谢能力也可以在比赛中的间歇时间内迅速消除短距离大强度冲刺跑所产生的体内乳酸堆积。高水平足球的体能训练就重点放在有氧耐力、力量耐力和爆发力与速度这三个方面,有氧耐力和力量耐力能确保运动员在长时间足球比赛中有良好的处理有球和无球的运动能力,爆发力与速度素质则确保运动员踢球的力量和快速冲刺能力。

2. 对现代高水平足球运动员体能训练的基本认识。本届世界杯足球运动员所具有的良好体能训练水平,在南非高原城市,大部分足球在比赛中活动距离都接近一万米(除守门员外),有的队还由于联赛原因集中的较晚,但他们均表现出十分优秀的体能训练水平;高水平足球运动员的体能训练内容是由竞技足球比赛的负荷特征所决定的,有氧耐力、力量耐力和爆发力与速度是高水平足球运动员体能训练的重点内容;在高水平足球运动员体能训练的负荷安排呈非线性型周期模式,其核心就是在训练负荷、训练手段、训练周期安排上采用非线性周期模式,使训练量与训练强度的安排,彼此呈非线性波浪型;高水平足球运动员合理的营养结构是适应比赛负荷的重要基础因素之一,要根据运动员训练阶段的不同突出其营养补充的重点,重视运动员体能恢复中的营养问题,同时要加强运动员身体机能的监测。

3. 对中国职业足球运动员体能训练的若干启示与思考。体能训练要全面系统贯穿足球运动员成长的全过程；体能训练内容要突出专项化和个性化；在职业足球运动员的体能训练中力量训练是关键；职业足球训练多采用非线性周期模式；要重视运动员的饮食结构和营养补充；比赛训练后的恢复与伤病康复训练都需要专人管理。

（周毅等，《南京体育学院学报》2010年第4期）

安排运动训练过程的现代分歧

对俄罗斯著名运动理论家Л. П. 马特维也夫教授生前与“板块系统”的确立者——俄罗斯学者Ю. В. 维尔赫尚斯基之间长期存在的学术分歧实质进行分析；叙述Ю. В. 维尔赫尚斯基对Л. П. 马特维也夫教授创立的运动训练分期理论提出的批评意见，也叙述了其他学者针对Ю. В. 维尔赫尚斯基的批评提出的反批评意见；并对由于语言传播障碍的原因，造成广大读者“只闻其名，未知其实”，力求客观准确地阐释“板块系统”的由来、主要内容和基本观点；接着对于如何看待这场学术分歧，提出了基本态度，对“板块系统”的缺陷进行客观评论；对运动训练分期理论的发展前景提出“合理制定运动员全年比赛日程”和“针对性安排运动训练过程”两大命题。

1. 关于这场争论的实质。这场由来已久的争论实质十分复杂，其中不仅有学术分歧、方法论差异，而且还包括多年的个人恩怨。

（1）关于Ю. В. 维尔赫尚斯基的批评意见。作者全盘否定几十年来在大批学者专家悉心研究的基础上形成的，并得到运动训练理论界和实践界广泛公认的“经典运动训练理论与方法”，并把使运动训练分期理论失去理论和实践意义归纳为四个主要原因。对于不了解运动训练理论与方法学科本质的人们具有很大的诱惑性和鼓动性，容易使人信以为真，但是专家们的意见则与之完全不同。

（2）其他专家们的评论意见。Л. П. 马特维也夫、В. Н. 普拉托诺夫、Ф. П. 苏斯洛夫、В. П. 费林等其他专家们分别发表文章，首先对Ю. В. 维尔赫尚斯基全盘否定经典运动训练理论与方法，以及运动训练分期理论甚至感到不可理解，因为这完全不符合实际情况。除了提出不同学术观点以外，多位专家还从学术伦理角度，对Ю. В. 维尔赫尚斯基个人提出了批评。大致归纳为三个方面：怀有个人动机；歪曲原作者的观点；引文中要不正当手腕。

2. 关于“板块系统”。（1）“板块”说的由来。Ю. В. 维尔赫尚斯基最初使用名词“板块”是指在大周期中较长时间集中性使用单一方向负荷的阶段，而且仅仅在专项身体训练负荷的安排中。随后“板块”说被逐步外推，扩展到整个全年训练过程的安排之中，形成

训练的“板块系统”。(2)关于“板块系统”的主要内容和观点:对象、基本观念和术语、适应大周期的基本结构、各个板块的内容和方向、“板块系统”的原则性模式、其他原则性问题。

3. 对这场学术分歧的评论

(1)基本态度:第一种态度的特点是在运动训练分期理论原理的基础上,针对训练实践需求,尝试新的实践操作方案;第二种态度的特点是充分尊重经典运动训练分期理论揭示的理论与方法原理,但不受其“权威性”的影响,始终坚持从本国运动员训练的实际情况出发的立场,广泛吸纳现有各种流派的,有足够依据的训练原理和有益观点,同时紧密结合自身现实条件,探索符合本国国情的运动训练理论与方法体系;第三种则是IO. B. 维尔赫尚斯基所持的态度。

(2)对“板块系统”的评论:首先,认真研读IO. B. 维尔赫尚斯基的专著和文章,在两方面留下比较深刻的印象;其次,从IO. B. 维尔赫尚斯基阐述的内容来看,“板块系统”主要是针对运动员全年8-10个月参加大量比赛的实际情况而设计;再次,笔者认为IO. B. 维尔赫尚斯基提出的“板块系统”在某些方面仍未失去积极意义。

4. 运动训练分期理论的发展前景

(1)合理制定运动员全年比赛日程。要在明确运动员(运动队)发展战略目标的基础上,个体化地合理制定运动员的全年比赛日程。

(2)针对性安排运动训练过程。正确的态度应该是依据经过实践反复检验的运动训练分期理论的基本原理,针对不同重要程度、不同赛制的比赛和不同的运动员,从更有利于获得优异运动成绩出发,创造性地安排运动训练过程。

(姚颂平,《上海体育学院学报》2010年第4期)

体育产业

“插位”理念在体育报纸品牌战略中运用的思考

插位作为一种针对强势竞争对手的品牌营销新战略,旨在通过颠覆性的品牌营销,打破市场上原有的竞争秩序,突破后来者面临的竞争困境,使后进品牌拓展大市场,快速超越竞争对手,进而成为市场的领导者。

一、品牌战略对于体育媒介发展的重要性

好的品牌不仅意味着产品的特性和品质,其价值还可以由附着价值转化为直接价值而

成为无形资产。品牌也是文化，它能把体育信息的传授双方紧紧联系在一起，可以持续、稳定地创造出更大的经济效益。通过媒介插位理念加强对体育媒介品牌意识及其经营战略研究，可以帮助体育媒介根据自身特点和体育新闻传播规律寻找新的市场定位，打破固有思维，建立体育媒介品牌战略，从而促进我国体育媒介经营管理事业的发展。

二、中国体育报纸发展背景分析

1958年新中国第一份体育专业报纸——《体育报》诞生。1988年，《体育报》更名为《中国体育报》，在长达二十余年的历史中一直是中国唯一的一家体育报纸。但《中国体育报》长期处于机关报的传统经营模式，报纸经营“等、靠、要”思想较为严重。到了上世纪90年代，我国体育运动获得了空前的发展。众多体育类报纸开始争相出版，全国体育报纸的数量从1985年的2种猛增到1995年的42种。其中，占据发行量排行榜前列的是《球迷》、《球报》、《足球》和《体坛周报》等体育报。《中国体育报》曾经一统天下的局面被打破了。随着体育报纸的迅猛发展，他们之间的竞争也愈发惨烈。到了21世纪初，体育报业市场上变成了《体坛周报》、《足球》和《南方体育》三份天下的局面。但这种鼎足局面也没有维持多久时间，《体坛周报》和《足球》这两家报纸逐渐统领了整个体育报业。目前《体坛周报》已经开始独享体育报业市场。

三、“插位”理念在《体坛周报》品牌战略中的应用

《体坛周报》在发展中后期，积极转变经营模式、打造专业化的团队、不断更新办报理念、注重发行网络，通过几项大的体育赛事中的强力出击，凭借出色的表现渐渐在业界占据了一席之地，打造出了自己的品牌特色。另外，《体坛周报》凭借灵活的运行体制，会根据比赛需要通过改变报道策略和提前发行时间等方法满足读者阅读需求。它还变革报业传统赢利手段，靠增加发行数量、提高报纸售价取的赢利——以报养报。

《体坛周报》正是凭借这种“颠覆插位”的赢销理念，通过发表新言论、新原则、新标准等手法，颠覆市场竞争对手本有的规则，引起消费者的广泛注意，从而使自己从被动变为主动，从规则的执行者变成规则的制定者，让市场变的混乱，自己借机成为行业领导者。

四、“插位”理念中国在体育媒介品牌战略中的实施前景

面临来自海外强大媒体集团的竞争与挑战，中国体育媒介迫切需要在规范化的市场和有序的竞争环境下，尽快建立自己的体育媒介品牌，才能在未来国外媒介全面进入中国后，保证自己的竞争能力。体育报纸品牌建设之路是一个长期而系统的工程，体育媒介自身的素质——优质、快速、创新的能力才是决定是否能成为品牌的关键所在。只有体育媒介不断进取、不断超越、不断完善，才能更好地让中国的体育媒介走向世界，成为世界体育媒介中的品牌。

（王雷，《体育成人教育学刊》2010年第4期）

基于区域“增长极”理论的我国体育产业发展战略思考

1. 区域“增长极”理论及启示

在现代区域经济研究中，“增长极”理论被广泛用作为区域发展的指导理论。在通常情况下，“增长极”主要表现为三大作用机制：扩散效应、支配效应和乘数效应。区域“增长极”理论的主要观点是：一个国家国民经济或产业的整体发展往往是以一定区域经济或产业的发展为先导和前提，而区域经济或产业的发展主要依靠条件较好的少数地区和少数产业带动，应把少数区位优势条件好的地区或少数条件好的产业培育成经济或产业增长极。

2. 我国体育产业发展现状

(1) 我国体育产业发展的总体水平。随着我国经济社会和世界体育产业新经济的快速发展，我国的体育产业也取得了前所未有的发展，但与世界体育产业发达国家相比，还处于胚胎期。

(2) 我国体育产业发展的区域格局。目前我国体育产业主要集中在如京津沪等大型中心城市和沿海经济发达地区，这些地区的体育产业远远超过其他地区。从一个省份的角度来看，经济发达地区的体育产业发展水平也要明显好于其他地区。

3. 体育产业竞争优势要素分析

(1) 体育产业竞争优势指标体系的建立。美国哈佛商学院迈克尔·波特教授在1990年出版的《国家竞争优势》一书中提出了“钻石模型”理论。体育产业的发展也离不开这4个基本决定要素，但这4个要素之间及其各内部对体育产业发展的支持贡献率是不相等的。笔者通过对专家组2次的调查，最终确定了体育产业竞争优势要素的5个一级指标和30个二级指标。

(2) 体育产业竞争优势重度关联要素分析。一个地区体育产业的发展，主要取决于该地区的地理位置、综合服务能力、经济发展水平、体育人口比重等要素。而从区域产业发展的理论来看，在新经济背景下，一个城市、一定区域的地理位置、综合服务能力、经济发展水平等对体育产业的影响显得尤其重要。

4. 我国体育产业发展战略选择——打造区域中心城市体育产业“增长极”

(1) 区域中心城市具有区域“增长极”的优势效应

区域中心城市，是指在经济上有着重要地位、在政治和文化生活中起着关键作用的城市，从区域的角度看，中心城市是经济区域中经济发达、功能完善、能够渗透和带动周边区域经济发展的行政社会组织和经济组织的统一体。从我国区域性中心城市的定位与分布来看，有具有国际影响力的全国性中心城市上海、北京等；也有具有跨省影响力的区域性中心城市，如天津、广州、南京、深圳、杭州、成都等。

(2) 区域中心城市具有区域体育产业竞争优势的重度关联要素: 1) 具有良好的地理位置及综合服务能力; 2) 经济集中程度高, 规模大, 实力强, 为人们的体育消费奠定了基础; 3) 产业的高度集中与优化, 为体育产业的发展带来契机, 有利于体育产业的投入与产出结构趋于良性; 4) 庞大的人口基础和大规模的人口流动, 为体育产业的发展提供必要的消费人群。

(3) 打造区域中心城市体育产业“增长极”的对策建议

国家可以把具有全国及国际影响力的城市作为发展的第一层次, 建立国家级体育产业基地。再选择一些具有区际影响力的城市作为发展的第二层次, 结合区域特点与布局, 制定合理的体育产业布局与产业门类。同时, 发展体育产业应根据本地区、本城市的经济、社会、文化的发展特点, 以及体育资源的条件与特点, 扬长避短, 因地制宜, 充分整合与发挥优势资源, 建设区域和地方特色体育产业, 实施品牌战略。通过各区域中心城市体育产业发展效应的立体扩散与交互影响, 促进我国体育产业的整体全面发展。

(张世威, 《北京体育大学学报》2010年第7期)

论体育本体产业结构与体育学专业毕业生就业结构的关系

(一) 体育本体产业

按照国家统计局印发的《三次产业划分规定》, 体育产业与文化 and 娱乐业一起组成了文化、体育和娱乐业。而体育产业可以分为体育本体产业、体育相关产业两部分。其中体育本体产业是指企事业单位以提供体育服务为主的体育生产经营活动, 是狭义上的“体育产业”, 又称“体育服务业”。

(二) 体育本体产业与社会就业的关系

按照经济学著名理论中的配第一克拉克定理、霍夫曼定理等理论, 第三产业与就业之间存在这样的内在规律, 第三产业会随着居民收入水平的不断提高、经济成长阶段的不断上升、社会需求结构的不断变迁而不断发展壮大, 在国民经济中地位和吸纳社会劳动力就业作用日益彰显。当前我国体育产业取得了前所未有的发展, 进而为社会提供了更多的就业机会。特别是体育本体产业, 在吸纳体育学专业毕业生就业方面发挥出了突出作用。

(三) 体育本体产业结构与体育学专业毕业生就业结构的关系

在经济发达国家, 体育健身娱乐业是其体育产业的主导产业, 也是体育产业结构的核心。而作为主导产业, 它与体育产业的其他部分关联度较大, 能够带动其他产业的发展。只有把体育健身娱乐业作为体育产业的主导产业予以重点和着力推动, 才能更好发挥出其在体育产业发展的引领作用和辐射作用。“体育学专业毕业生就业结构”是指体育学所涉及的体育教育、运动训练、运动康复、体育管理等专业的毕业生在各个就业流向之间的就

业人数及所占的比例关系。

各个体育院校的专业、培养目标及方案基本上都是按照国家与社会对体育人才的需求设置和制定的,其中部分专业和专项班更是针对体育产业、体育本体产业对人才的需求而专门设置的。因此,体育本体产业的发展状况和结构布局将直接影响到体育院校毕业生特别是与体育本体产业关联度较高专业的毕业生的就业率、就业质量和就业结构。

(四) 体育本体产业结构优化对策

- 1) 以统筹兼顾这一科学发展观的根本方法来进一步做好体育本体产业发展战略规划
- 2) 通过大力实施“奥运争光”和“全民健身”两个战略优化体育本体产业结构
- 3) 进一步加强宏观政策调控,完善体育产业投资与融资机制
- 4) 进一步加强体育设施建设

(五) 结论

- 1) 体育本体产业在吸纳体育学专业毕业生就业方面发挥出了突出作用。
- 2) 体育本体产业的发展状况和结构布局将直接影响到体育院校毕业生的就业率、就业质量和就业结构。

3) 从提高体育学毕业生就业质量和就业率角度出发,应采取进一步做好体育本体产业发展战略规划、大力推进实施“奥运争光”和“全民健身”两个战略、进一步加强宏观政策调控健全完善体育市场投融资机制和加强体育设施建设等措施优化体育本体产业结构、推动体育本体产业发展。

(何珍文等,《北京体育大学学报》2009年第12期)

论中国足球职业化改革的代价及其控制

(一) 中国足球职业化改革的代价

1. 政治代价:管理体制的偏差与政府公信力的下降

足球运动管理中心作为过渡单位长期存在,并且其政府属性有加强之势,在政府机构与社团的博弈中,协会又被政府重新纳入行政管理体制中来。这种改革的不彻底性,不仅严重阻碍了中国足球的发展,而且由于“官、民双重性”的管理体制与“双轨”的运行机制迫使政府站在了政治风险的风口浪尖上。具体主要表现在:足球成绩政治化与追逐功利足球带来的政府不得不承担的代价;管理体制的“官、民双重性”造成的把足球社会问题转嫁给政府的代价。

2. 经济代价:职业运作的“非职业化”与运营成本的失控

在我国现行“职业化”足球的大环境下,多数俱乐部背靠国有大型企业,倘若俱乐部

运营成本失控不仅使得俱乐部本身创造财富的能力丧失,而且由于其背后具有公有属性的企业不得不进行资金输入,以填补俱乐部的亏损,从而造成巨大的财产流失。

3. 文化代价:赛事价值的缺失、传媒语境的哗变

(1) 赛事价值的缺失。职业足球赛事价值的缺失主要表现为两个方面:消费主体的“自我”迷失与赛事意义虚无。(2) 传媒语境的哗变。当运动成绩低落或者运动员出现职业伦理沦丧时,赛事就失去了民族认同的构建功能,这使得以精彩赛事为载体,弘扬集体主义精神、展示民族自豪感的大众文化传媒策略失灵,媒体与民众的共鸣路径遭到破坏。

4. 伦理代价:体育伦理的沦丧与信任危机的泛化

在市场制度与追逐利益最大化的前提下,无论是竞赛目标还是竞赛结果,竞赛过程还是竞赛手段遭到异化,背离了体育的本质,大有体育伦理丧失殆尽之势。对于伦理代价可以从两个方面进行分析:宏观伦理代价:竞技比赛本质的异化;微观伦理代价:微观个体道德的沦丧。

(二) 代价的控制路径

1. 管理体制的创新与发展:政府组织与社会团体责、权、利的合理分配。中国足球职业化进程中,制度改革与创新应该结合中国的国情,形成“政府主导、依托社会、各司其职”的“小政府、大社会”的组织管理体制。

2. 俱乐部运行体制的改革与完善:俱乐部现代企业制度的建立与规范。俱乐部的非职业化运行经常导致运营成本的失控,阻碍联赛的健康发展,因此中国足球俱乐部的管理体制亟待改革与完善,建立现代企业制度迫在眉睫。

3. 赛事价值重构与消费主体的确立:联赛品牌重塑与球迷认同的回归。在新的赛事价值观的导引下,赛事成为民众的精神文化追求,其目的不再单纯是传统的“民族认同”,取而代之的是一种简单的消费行为,审美与娱乐成为民众消费的目的

4. 伦理与法律的协同构建:体育伦理重建与传媒语境的转向。联赛与赛事的主体是人,体育伦理的重建首先应该树立以人为本的核心理念,重塑竞技体育中的人本主义。

(三) 结论

中国职业足球发展中的不合理代价,必须加以控制。政治代价的控制,需要通过深化改革管理体制,形成政府组织与社会团体责、权、利的合理分配;经济代价的控制,需要不断地完善俱乐部运行体制,建立规范的现代企业制度;文化代价的控制,需要通过重塑联赛品牌,确定民众主体地位,积极引导民众认同的回归与大众传媒语境的转向;伦理代价的控制,需要不断加强体育伦理道德建设、法制建设,实现伦理与法律的协同构建。

(秦德平等,《北京体育大学报》2010年第8期)

区域滑雪体育旅游可持续发展评价体系研究

（一）评价的必要性与方法

1. 必要性。通过制定一套相对客观的指标体系，然后构造一个综合的评价函数来进行，根据最终结果清楚地了解区域滑雪体育旅游的发展程度，并从中找出优势或差距，这是从理论阶段到可操作性阶段的前提。

2. 评价方法。对可持续发展状态或程度进行评价的基本方法包括单因素评价和多目标指标体系评价。

（二）指标体系框架的构建

根据指标体系构建的基本原则，结合滑雪旅游自身的特点，以发展度指标和协调度指标两大因素(2个二级指标)、5个子系统(5个三级指标)，共34项因子(34个四级指标)作为评价指标体系，初步构建了区域滑雪体育旅游可持续发展指标体系的总体框架。

（三）确定权重及综合评价

1. 确定权重。指标权重的确定采用层次分析法，它通过整理和综合专家们的经验进行判断，其递阶解析的过程符合整体、综合与最优的系统思想，能满足指标既有数量化、又有定性非数量化的属性。

2. 综合评价。综合评价是指由基层开始，在逐层评价的基础上求得一个整体评价价值，然后根据建立的评价标准确定综合评价等级，最终才能较为科学地测度区域滑雪体育旅游可持续发展的水平。

（四）实证分析——以黑龙江省为例

1. 确定权重。采用等差数列9级记分法，向20名专家发放了咨询问卷共20份，回收20份，回收率100%。然后，对问卷所获数据进行整理分析，汇总后取其算术平均值，输入计算机利用AHP软件求解。最后，进行层次单排序和一致性检验。这一加权结果基本反映了滑雪体育旅游可持续发展的内涵和主要特征，具有合理性和良好的可信度，作为比较准确、可靠地进行下一步评价的前提。

2. 指标的量化与标准化处理。为了便于比较，根据各因素、指标的作用性质及表现形式，采取以下几种方法对各评价指标进行量化及标准化处理。（1）指标数据的搜集和整理；（2）定性评价指标的确定；（3）参考值的确定；（4）指标的无量纲化处理。

3. 综合评价

从一级指标的评价结果看，黑龙江省的滑雪体育旅游可持续发展水平仅为27.98%，远远小于50%。从二级指标评价结果及偏离度排序看，发展度指标的偏离度高于协调度指标3倍多，可见黑龙江滑雪体育旅游可持续发展水平不高的原因主要是“发展”问题。三级指

标的评价结果进一步印证了这一判断。从四级指标评价结果及偏离度排序看,偏离度排在前 10 位的指标中,发展度指标为 7 项,协调度指标 3 项。对数据的进一步分析表明本地市场规模小、产业带动作用不强、高端消费收入低、经济外向度不高、基础设施支持不足、消费市场总体规模小以及专业人才匮乏等因素构成了黑龙江省滑雪体育旅游可持续发展水平较低的主要障碍。

(李松梅等,《沈阳体育学院学报》2010 年第 3 期)

数字解读广州亚运会投资与回报

(一) 高效节俭建场馆

广州亚运会筹办期间,亚运场馆和亚运城建设项目涉及资金数额巨大,广州通过对赛事日程的合理安排,提升场馆的利用率,减少了场馆数量,节省了建设投资。看下面一组数字:

——亚运场馆数量从最初的 96 个减少到了 83 个(比赛场馆 53 个、训练场馆 17 个、备用场馆 13 个);

——扩改建场馆 70 个,占 85.4%;

——43 个广州市属场馆中,只有 6 个是新建场馆,新建率仅为 12.25%;

——截至 5 月底,亚运场馆建设单位送审的 51 个项目投资估算约 42.8 亿元,经委托评估,投资总额调减为 40.8 亿元,约节省投资 5%。

——截至 6 月上旬,累计完成亚运项目施工类招标 99 批次,招标概算 115.90 亿元,节约 16.20 亿元,总节约率达 13.50%。

广州亚运会还将部分场馆外放到佛山、东莞和汕尾等周边城市,一方面可以减少广州亚运场馆的建设投资,同时还完善了城市体育场馆的布局。一些场馆还引进了太阳能、水源热泵、建筑节能、绿色交通等新技术项目,降低场馆建成后的运行成本。

通过与香港马会合作,实现全额引进境外资金建设广州马术比赛场馆,不仅使亚运会马术比赛场馆建设标准得到提升,还引进了高水平的马术比赛运营团队,带动了广州北部地区休闲旅游产业的发展。

(二) 广州亚运会的经济回报

广州市社科院产业经济与企业管理研究所所长尹涛公布了初步研究结果:

——亚运会直接投资加上亚运城建设投入,将会为广州额外增加地区生产总值 1032.4 亿元;

——亚运会间接投资将会为广州额外增加地区生产总值 7120 亿元；

——亚运会还将额外增加社会消费 19 亿元，这 19 亿元将额外再为广州带来 45.03 亿元左右的 GDP 收入；

——亚运会直接投资就可为广州地区额外增加 30.4 万个就业岗位；

——亚运期间，将有 15 万外国游客、50 万国内游客莅临广州。15 万人次外国游客预计带来 8000 万美元左右的旅游收入，50 万国内游客和观众预计带来 10 亿元左右的旅游收入。

——广州旅游业总收入将比去年增收 1.85%，按照 2009 年大约 400 亿元的产值计算，增收大约为 7、8 亿元。综合带动效应大约在 1:10 至 1:15，因此如果按照“大旅游”的概念计算的话，增收更加可观。

（陈琳，体育资讯网·体育产业信息·2010 年第 8 期）

国外动态

澳体育学院在培养高水平选手中发挥的作用

澳大利亚在 1996 年亚特兰大奥运会上获得了 9 枚金牌，在 2000 年悉尼奥运会上获得了 16 枚金牌，在 2004 年雅典奥运会上获得了 17 枚金牌，而在 2008 年北京奥运会上，夺取了 14 枚金牌。对于一个人口只有两千万的国家来说，这是非常了不起的成就。这一成就的原因除了与澳大利亚人的生活方式、历史文化、开阔的户外场地、健康的食物等自然环境因素之外，还与澳大利亚体育学院的建立密不可分。

一、前言

澳大利亚体育学院成立于 1981 年，其主要目的有两个方面，第一是提高澳大利亚在奥运会上的比赛成绩，第二是采用一种类似于举国体制的方法来培养澳大利亚优秀选手。在 2006 年学校成立 25 周年的纪念大会上，人们已经把澳大利亚体育学院认为是选拔、培养和产生冠军的摇篮。1981 年，有 152 名选手获得了澳大利亚体育学院的奖学金，而到了 2008 年，有 700 名选手享受到奖学金，横跨了 26 个运动项目，同时得到 75 名优秀教练员的辅导帮助。在过去 27 年，澳大利亚竞技运动成绩的不断提高是与澳大利亚体育学院的日趋成熟相一致的。1984 年洛杉矶奥运会是澳大利亚体育学院建院后经历的第一届奥运会，当时澳大利亚赢得了 4 枚金牌、8 枚银牌和 12 枚铜牌、奖牌总数排第 14 名，在 2004 年雅典奥运会上，澳大利亚赢得了 49 枚奖牌，奖牌总数仅次于美国、中国和俄罗斯，排名第 4，而

澳大利亚体育学院的选手构成了本届奥运会澳大利亚代表队一半以上的人数，赢得了 32 枚奖牌（10 枚金牌、10 枚银牌和 12 枚铜牌）。在英联邦运动会上，澳大利亚体育学院选手的成绩同样出色，在 2006 年墨尔本英联邦运动会上，澳大利亚体育学院选手夺取了整个澳大利亚代表队 221 枚奖牌中的 110 枚，充分显示了澳大利亚体育学院在本国竞技体育中的重要作用。

二、澳大利亚体育学院发展历程

在澳大利亚，运动员对优异运动成绩的追求是没有止境的，而这种追求最初都起始于澳大利亚体育学院。在 1976 年蒙特利尔奥运会上，澳大利亚队的比赛成绩（1 枚银牌和 4 枚铜牌）是促成建立澳大利亚体育学院的催化剂。1973 年，布卢姆菲尔德(John Bloomfield)教授受澳大利亚政府委托起草了一份澳大利亚竞技体育发展的报告，这份《澳大利亚竞技体育的作用、范围和发展方向》的报告是基于对欧洲体育学院的研究和其培养高水平选手的成功经验基础上完成的。布卢姆菲尔德建议澳大利亚联邦政府应该建立一所类似于欧洲国家体育学院那样的学校。1974 年底，澳大利亚旅游与娱乐部大臣斯图尔特（Frank Stewart）指派由科尔斯（Allan Coles）博士负责的研究小组，调研在澳大利亚建立一所国家体育学院的可能性。科尔斯的报告于 1975 年公布，并建议成立一所国家体育学院。

70 年代后期，是澳大利亚竞技体育发展最为困难的时期，成立国家体育学院的计划仍停留在纸面上，1972 年慕尼黑奥运会上 8 金、7 银、2 铜的良好成绩并未在 1976 年蒙特利尔奥运会上重演。在 1980 年莫斯科奥运会上，由于当时的澳大利亚奥林匹克联合会（现为澳大利亚奥委会）没有理睬政府要求抵制莫斯科奥运会的请求，政府和澳大利亚奥委会之间产生了隔阂，这样就使建立国家体育学院的事情被政府搁置。

然而，布卢姆菲尔德和科尔斯的报告得到了国家事物与环境大臣埃利科特（Bob Ellicott）的重视。埃利科特希望建立一所国家体育学院的想法源于对中国的一次访问，并对政府能参与到竞技体育中非常感兴趣。1980 年，埃利科特和助手将科尔斯的报告作为澳大利亚竞技体育发展的样板计划，该计划可使澳大利亚运动员留在国内进行训练和接受培养而不必被迫出国训练和接受培养。

埃利科特独到的眼光收到了良好效果，在 1981 年 1 月 26 日的澳大利亚国庆日上，时任澳大利亚总理的弗雷泽（Malcolm Fraser）正式宣告澳大利亚体育学院成立，著名游泳教练塔尔博特（Don Talbot）被任命为首任院长。

三、澳大利亚体育学院的使命

澳大利亚体育学院的使命非常清晰，就是通过对体育组织和有潜力优秀运动员提供资助来发展澳大利亚高水平运动成绩，树立澳大利亚在国际体坛上的地位。在 1984 年洛杉矶奥运会上，来自澳大利亚体育学院的选手赢得了游泳 12 枚奖牌中的 7 枚，体操选手取得了

澳大利亚历史上的最好成绩，3名田径选手进入各自项目的前六名。当时的体育大臣布朗（John Brown）宣布在澳大利亚体育学院再增加4个运动项目，即位于布里斯班的板球、跳水、和位于堪培拉的赛艇和水球。

位于堪培拉的澳大利亚体育学院最初只设有8个运动项目，分别是篮球、体操、投球（Netball）、足球、游泳、网球、田径和举重。体育学院给运动员提供帮助是通过位于布里斯班、黄金海岸、悉尼、墨尔本、阿德莱德、珀斯的校园教练员网络和一些地区训练中心来完成，奖学金提供的范围包括了35个运动项目的优秀选手，每年大约有700名选手能获得体育学院的奖学金，这些选手将获得顶尖水平的培训，包括使用学院的体育器材、运动医学和科学设施、食宿、旅费、教育资助和职业规划。在建院的第一年，有800名选手提出申请奖学金，其中152名运动员获得成功。

如今，澳大利亚体育学院的住宿和体育设施与建院初期相比，已经发生了翻天覆地的变化。昔日，澳大利亚体育学院的优秀选手要住在附近高校的大学生宿舍，训练设施也很缺乏，甚至5个运动项目共同使用一个室内体育中心。现在，65公顷的澳大利亚体育学院坐落于堪培拉的市郊，是澳大利亚高水平运动的象征。澳大利亚体育学院现在拥有两个运动区域，一个室内游泳中心、一座体操房、一个足球和曲棍球场、多功能室内训练设施、一座科研大楼和著名的生物力学研究室。澳大利亚体育学院拥有的世界一流的体育设施和服务也吸引了众多其它国家的运动队和选手前来训练。

体育学院所有的工作都是围绕着运动员展开，提供教练，在体育馆里的体能准备，医药营养方面的支持，按摩，体育科学（对身体机能的系列测量），以及职业与教育规划等服务。学院的目的是帮助运动员达到他们的目标。例如，一名网球运动员拿到奖学金到体育学院来培训，学院会提供如上所述的服务，帮助他在网球领域达到更强，使他在比赛中获得更好的成绩。这名运动员可能同时还是一个在校大学生，那么学院的工作也包括他所在大学与有关人员，比如老师，来协调他的时间安排，保证他的正常学习生活和体育训练能够和谐发展。

澳大利亚体育学院首任董事会主席高斯帕（Kevan Gosper）在1996年澳大利亚体育学院15周年纪念会上曾感慨地说：“澳大利亚体育学院是通往高水平运动成绩的殿堂，是澳大利亚在教育 and 研究方面富于冒险的成功典范，如果你有追求高水平运动成绩的梦想，那么澳大利亚体育学院就是你的选择。”

与任何政府机构一样，这样一座高水平运动成绩的殿堂必须要有效地进行管理，并肩负起自己的责任。在经过历任院长（塔尔博特 1981~1983、谢菲尔斯 1984~1986、哈维 1987~1989、卡斯特拉 1990~1995、博尔特比 1995~2001、和斯科特 2001~至今）的共同努力下，澳大利亚体育学院已经成为一所富有活力的体育组织，学院经常要审查项目、评估

成绩、改变策略和回答公众提出的建议与质疑，但是其主要使命多年来一直保持不便，即为年轻选手提供发挥出自己最大运动潜能的机会。前澳大利亚体育学院院长卡斯特拉曾说：“澳大利亚体育学院是纳税人供养的，所以需要有高度的责任感。”

1987年8月，澳大利亚政府决定对竞技体育的经费资助要更加合理化，这样澳大利亚体育学院与澳大利亚体育运动委员会（ASC）合并，成为负责一般性体育活动的参与和高水平运动成绩的机构。合并后，澳大利亚体育学院仍主要负责高水平运动员，另外两个管理部门是商业开发部和体育发展部。目前，澳大利亚体育学院继续扩大项目范围，包括女子足球、铁人三项、冬季运动项目、帆船和橄榄球。

四、澳大利亚体育学院对选手的规划

澳大利亚体育学院还以为退役运动员进行人生规划而骄傲，运动员职业与教育（ACE）计划确保优秀运动员拥有一技之长，以便当他们退役之后，能从中受益。澳大利亚体育学院的格言是“成功体育，成功人生”。目前，体育学院进行的运动员职业与教育项目，提倡运动员不要把体育当成是他们生活的全部，不鼓励全职运动员，因为那是不健康的。如果把所有注意力放到一件事情上，当这件事情结束后，一系列心理问题会由此产生，甚至有出现酗酒，对毒品和赌博成瘾的可能。体育学院工作的目的是让运动员享受体育训练，也享受生活中的其他事情，例如，全职或短期工作，大学学习，甚至是短期技能培训。如果一门心思只想体育训练，遇到情绪不好，将直接影响到体育成绩。主张不做全职运动员的目的就是退役以后，运动员有别的事业和乐趣可以寄托，并把当运动员经历中获得的毅力、奉献精神、时间安排和解决问题等能力带到别的领域中。刚退役的运动员会有空虚的感觉，为了舒缓运动员的这一心理压力，学院有针对性地设计了一些课程，并提供一对一的见面咨询会，帮助运动员尽快恢复并适应新的生活。

总之、澳大利亚体育学院对优秀运动员采取了训练与生活相互平衡的原则，运动员训练后的生活丰富，他们可以在运动员职业与教育计划之内从事其它课程的学习或工作，也可以参与这个计划之外的活动。至于运动员的训练安排，一般情况下，每周运动员不会有过重的训练计划，即使进行了大强度训练，也会安排恢复期，而在重大比赛，如奥运会或世界锦标赛之前，都有赛前减量的过程。对优秀运动员而言，训练强度的安排都是围绕着重大比赛的，这样在运动员抵达比赛现场时，会感到身体清爽，不会有过度训练的感觉。

五、总结

对于那些年轻、渴望实现运动梦想的选手而言，摆在澳大利亚体育学院面前的一个最现实的问题是如何挑选这些运动员。目前，有如下一些途径进入澳大利亚体育学院：1）每年7月在国家新闻媒体刊登的奖学金计划，个人选手可以进行申请。2）有才华选手被国家体育组织选中，或澳大利亚体育学院的教练在全国比赛中看上的选手，或已经完成澳大利

亚体育学院的大强度集训中心项目。

对有潜力成为顶尖运动高手的澳大利亚年轻人，澳大利亚体育学院的经验确实是独一无二的。在这里，不仅仅有运动的氛围，而且还有一种大家庭的感觉。例如，你可以看到优秀的篮球选手和足球选手相互帮助，并一起支持优秀的拳击选手和体操选手，运动场上的专家咨询可针对任何项目，而不仅局限于个别项目。在欢迎澳大利亚体育学院的选手从奥运会上凯旋时，不仅是参赛运动员会受到热烈欢迎，而且教练员、训练团队、运动员父母、按摩师、运动心理学专家、运动科学专家、管理人员、甚至前辈选手都会因他们的付出和努力而受到表彰。要知道，澳大利亚体育学院是运动员的一个大家庭。

（王跃新，《竞技体育信息》2010年第6期）

俄体育部长谈俄体育发展现状

两年前俄罗斯新建了俄罗斯体育、旅游和青年政策部取代原有的俄罗斯体育署，对俄罗斯体育的发展负责全面的管理职能。原俄罗斯足协主席穆特科被任命为第一任俄罗斯体育部部长。两年过去了，穆特科对媒体介绍了俄罗斯体育部所作的工作，以及目前俄罗斯体育管理存在的亟待解决的问题。

政府强化自身的体育管理职能

俄罗斯体育部成立之初，给这个职能管理部门确定的任务是成为俄罗斯体育领域科研、训练和教育的总部。穆特科上任时，面临的俄罗斯体育状况是：由于物质基础薄弱、没有运动员培养体系、科研和医学保障，俄罗斯体育存在大量需要解决的问题。在很多运动项目上形成了俄罗斯正在将自己的阵地拱手让出的态势。因此俄罗斯体育、旅游和青年政策部2008年成立之后，面临的最迫切的任务是在北京奥运会备战过程中避免出现大问题。这个任务得以顺利完成。此外，俄罗斯体育当时还没有任何战略性文件。2009年体育部制定了这个战略，并得到了批准。这是一个非常重要的文件，明确了俄罗斯体育领域需要完成的所有任务。

俄罗斯体育部还重建了竞赛体制、重新恢复了大学生运动会，将一些大型群众性体育活动重新组织、设计和包装，如“俄罗斯滑雪”、“全民越野赛”等，并在发展残疾人体育上下了很大力气。总的来说，群众体育体系重新开始焕发新的生机。

俄竞技体育领域也取得了一些成绩。俄罗斯保住了在所有大型综合性运动会上的地位。俄罗斯在冬季和夏季大学生运动会都取得了胜利，在北京奥运会上表现良好，在残奥会和特奥会上的成绩也取得了明显提高。温哥华冬奥会俄罗斯队的成绩客观地说也是当时俄罗斯冬季项目的实力的真实体现。

总的来说,俄罗斯体育的各方面都在加速发展。而且至关重要,现在国内对体育的重视程度开始提高。两年前俄罗斯体育部推行的体育发展规划参与的地区大约有30个,但现在已经增加到71个。这个发展规划放在首位的是群众体育,其次是竞技体育,确切地说是竞技体育项目中的支柱性项目。

过去的两年里,俄体育部在改善体育硬件条件上做了很多工作。联邦财政拨专款建设了近500个体育场馆。制定了有关发展竞技体育、建设国家竞技体育训练中心、发展近十年来勉强维持的体校、体育科研单位的计划。分析温哥华冬奥会比赛结果,俄罗斯体育部认识到,简单地拨钱,然后等待单项体育协会能够表现出高度责任感,是不现实的。协会把钱花了之后总是以效果不佳之类的话搪塞。因此俄体育部放弃了这种模式。政府加强了对专项计划完成的监管,打算直接介入主教练和高级教练的任免,开始着手抓训练科研保障和生物医学保障的现代化。

伦敦奥运会俄罗斯代表队80%的成员根据2010赛季的成绩基本可以确定。索契冬奥会的备战正在俄体育部的监督下进行,大约400名运动员开始了备战工作,分两个梯队进行。基本阵容的70~80%人选现在基本已经明朗,主要任务是让这些运动员在冬奥会前达到最佳状态。俄体育部面临的宏观任务是在2018年前完全恢复俄罗斯运动员培养体系。如果这个任务能完成,其他一切就能理顺。

大力建设训练基地

圆湖基地是俄体育部下属训练基地,相当于一个封闭体育试验室、奥运冠军加工厂。类似基地在英国、德国、美国等国都有。在英国曼彻斯特就有一个外人无法进入的国家自行车训练中心。经过俄罗斯体育部的努力在圆湖训练基地已经为女子体操队创造了一流的训练条件。今后计划还要为男子体操队再建一个馆。体操馆里配备了和伦敦奥运会体操比赛一样的赛台。圆湖训练基地工程将于几年后结束。届时将有竞技体操、游泳、击剑项目国家队长年训练。圆湖训练基地新建了五个现代化的击剑馆。以前游泳这个奖牌大项一直在基地只有一个游泳池,而且还不知道是哪年建的。现在建成了跳水、花样游泳、水球馆。馆里配备了所有现代化的训练器械、装备,包括水下摄像机。基地营养配餐方面上也下了很大功夫改善。此外,在圆湖基地还计划建专门的休息娱乐区、电影院、学校等。

俄罗斯还有一个大型的莫斯科郊外的基地—诺沃果尔斯克。今年计划彻底解决短道速滑队没有训练馆的问题,将建成可供长年训练的短道速滑馆。还会建成两个冰壶赛道和一个花样滑冰馆。俄罗斯艺术体操队在诺沃果尔斯克基地训练,体育部现在提供条件让其一队和二队都在那里长年训练。此外诺沃果尔斯克基地周围还有三公顷储备土地,计划用于投建田径跳跃类和投掷类项目训练场。今年将为雪橇、钢架雪车项目在帕拉莫诺夫建成赛道。计划明年在托科索沃为冬季两项、越野滑雪、单板滑雪、自由式滑雪建成训练基地。

跳台滑雪将在柴科夫斯基训练，还有一个训练中心也即将投入使用。波多里斯克有一个非常好的训练基地，对田径、举重、摔跤都是一个理想的训练场所。但是由于这个基地现在属于俄罗斯工会，所以为了拿回这个基地，俄罗斯体育部与工会打了几次官司，但都以体育部败诉告终。现在体育部还在做这方面的努力。

俄罗斯现在 45 个体育项目只有 17 个有自己的训练基地。其余的项目都是自己想办法找地方训练。俄体育部目前的工作是快速将体育部下属基地修葺一新，为那些不属于体育部的训练基地，如契霍夫和阿德列尔的基地，创造可以开展正常训练的现代化条件。

重视发展足球

俄罗斯足球 2005 年开始走上良性发展轨道。其发展规划主要包括三部分。第一部分是足球场建设。最近几年俄罗斯联邦专项计划先后拨款建设了约 400 个足球场，今后还计划建 500 个。仅 2010 年一年就有 73 个球场投入使用。第二部分是实施教练员培养计划。目前俄罗斯共有 13000 名足球教练，但其中 60% 的平均年龄达到 70 岁，急需培养年轻一代的教练员。第三部分是推广现代训练手段和方法。这个方面目前存在很大问题。

重建俄罗斯体育体制

1991 年随着苏联的解体，俄罗斯体育体制土崩瓦解。大量的工会和体育社会团体、单位解散。只有一些体校存活了下来，还继续招收孩子，但是既没有钱买队服，也没有钱派队员参加比赛。当时从事体育的只是一些爱好者，背后没有整个体育体系作支撑。现在俄罗斯体育下滑的势头得到了遏制。新的体制在逐步建立了起来，整个体育将会沿着上升的轨迹继续发展。但是大的发展不会立刻发生。为了收获胜利的果实，需要等待很多年。俄罗斯体育会重现辉煌，会在热门项目上取得大面积的胜利，但是首先需要大家团结起来，共同努力。

恢复科研保障

1991 年以来俄罗斯体育的科研保障工作一直处在危机之中。现在才开始逐渐恢复。现在所有项目的国家队都有相应的科研团队提供支持。俄罗斯现有的 14 所体育院校承担了所有项目的科研保障工作。如俄罗斯圣彼得堡体育学院负责滑雪运动员的训练科研保障。

引进外籍专家，俄罗斯教练回流

俄罗斯现在有能力邀请高水平的外籍教练执教，也能够邀请一流的俄罗斯专家回国服务。在温哥华冬奥会花样滑冰比赛中大多数参赛运动员的教练都是俄罗斯人。为了备战索契冬奥会，俄罗斯体育部计划让这些教练员回国训练自己国家的选手。

伦敦奥运会奖牌计划

俄罗斯将恢复原有的在国际体坛的领先地位作为自己的目标和任务。但是需要客观看待这个问题。伦敦奥运会共设 302 个小项。根据统计，2009 年俄罗斯夺得了其中的 20 枚

金牌，中国——34枚，美国——32枚。俄罗斯将努力在伦敦奥运会上保住奖牌榜前三名的位置。但是奖牌榜第三的竞争对手很多。首先是英国和德国。因此必须最大程度地保持在传统优势项目上的地位，如摔跤、拳击、花样游泳、田径等。此外苏联时代的一些优势项目，如赛艇、举重的阵地已经丧失殆尽，现在也需要努力恢复。在这个过程中要认真利用那些曾经向我们学习，现在已经超过我们的国家的先进经验。

俄罗斯体育部对单项协会和教练员的奥运会备战工作实施严格监督。具体形式是：提出建议，组织讨论。主要目的是最大限度发挥教练员委员会和专家委员会的作用。在苏联时代不同项目的教练员们都会定期开会，讨论问题。这是一个非常好的传统，今后需要继承和发扬。

剖析温哥华冬奥会失败原因

温哥华冬奥会俄罗斯成绩不佳，赛后很多教练员和运动员写信揭发备战过程中出现的一些问题和具体责任人。而后很多冬季项目协会的主席和教练员都换了人。可以指责协会主席备战过程组织得有问题，主教练用人有问题。但是让这些人为最近十年俄罗斯体育发展的体系性问题负责是不公平的。例如，滑雪项目在学校停止开展，上千个滑雪基地关闭。这不是协会主席能够掌控的事情。温哥华冬奥会后很多人都在谈失败原因，但是不够深入和恳切。大家都在回避一个原因，那就是兴奋剂问题。很多都灵冬奥会奖牌获得者由于服用兴奋剂被禁赛，如越野滑雪30公里奥运会冠军杰缅季耶夫。温哥华冬奥会上俄罗斯没有出现一例兴奋剂问题。国际奥委会一个领导人曾经评价说：“俄罗斯带来了一支完全的新队伍参赛。”要知道温哥华冬奥会第一个星期几乎有三分之一的兴奋剂检查选择的是俄罗斯运动员。

举办“俄罗斯—体育大国”论坛大有益处

迄今为止，俄罗斯已经举办了两次“俄罗斯—体育大国”论坛，邀请了很多国际单项体育协会的主席和委员、世界反兴奋剂组织、各国反兴奋剂实验室的领导参加。其目的首先是为了提供一个独一无二的讨论交流的平台。让与会者一起讨论目前体育存在的问题，以及一些非常重要的主题，如兴奋剂、新技术等。俄罗斯通过类似讨论从中可以受到启发。其次，论坛是一个展示、展览的国际平台。在温哥华冬奥会期间俄罗斯体育部长会见了所有国际冬季项目协会主席。国际滑雪联合会主席和国际冬季两项联合会主席都对俄罗斯有很多看法，但时间有限，无法深谈。利用“俄罗斯—体育大国”论坛这个机会，俄罗斯邀请这些主席参加，提供全面交流和沟通的机会。论坛同时也是俄罗斯体育界展示其工作业绩的平台。可以对外展示，俄罗斯是一个开放的国家，有系统的体育发展规划，在国际体坛是一个拥有辉煌奥运传统，今日依然位列世界体育强国之一的国家，依然在国际体坛发挥着重要作用。此外，论坛期间还举办大型体育赛事，如2010年论坛期间举办了欧洲皮划

艇锦标赛和桑博式摔跤顶级赛事。而举办论坛所需资金大多数都来自赞助渠道,国家财政的负担并不重。

(常利华,《伦敦奥运信息》2010年第20期)

美国NCATE不同级别新体育教师专业标准的比较研究

(一) NCATE 概述及其制定体育教师专业标准的背景

1. 美国 NCATE 协会概述

美国全国教师教育认证委员会(National Council for Accreditation of Teacher Education),简称 NCATE,成立于 1954 年,是一个非盈利、非官方的公益性机构,取代了美国教师教育学院协会(从 CTE)在教师教育认证方面的地位。NCATE 主要由 33 个全国专业教育组织和公共组织构成,各学科的教师专业标准主要由学科协会和组织来制定,且制定的标准主要是针对刚从大学毕业的新教师,而其它组织则主要起着监督、支持学科协会组织的作用。

2. NCATE 制定体育教师专业标准的背景

美国中小学体育教师的质量不高,很多中小学体育教师都由其它学科的教师兼任,且待遇相比文化课教师要偏低。在这种情况下,体育课程发展状况差。为了改变这种不良的现状,培养高质量的体育教师就显得非常关键,而培养高质量体育教师的前提就是要有高质量的培养标准,因此由 NCTAE 制定的新体育教师专业标准就应运而生。

(二) NCATE 新体育教师专业标准体系的内容

1. NCATE 的教师专业总标准

总标准主要从宏观的角度对所有教师提出的最基本的专业要求,是学生成为一名教师的最基本准则。总标准包括:能从不同的文化背景角度给学会提供教学;熟悉学科内容;明白有效的教学策略;反思自己的教学实践并调整自己的教学;接受教学导师(Inasterteacher)的监督;能把教育技术应用于教学中。

2. NCATE 不同级别的体育教师专业标准及其标准释义

1: 内容知识体育教师能够理解与人的发展相关的体育的内容以及学科概念。2: 成长与发展体育教师理解个体如何学习和发展,并且能够提供机会来支持个体在身体、认知、社会性和情感上的发展。3: 学生的多样性体育教师理解个体在学习方式上存在的差异,并且创造出针对这些差异的适宜的教学。4: 管理和激励体育教师运用其对个体和团体动机与行为的理解,创造一种安全的学习环境,这种环境鼓励学生进行正向的社会互动、积极参与学习和自我鼓励。5: 交流体育教师运用有效的言语、非言语以及媒体交流技术方面的知

识来强化学生在身体活动环境中的学习与参与。6：计划和教学体育教师依据州和国家制定的标准，计划并实施多种适合于学生发展阶段的教学策略，以培养出受过良好体育教育的人。7：学生评价体育教师理解并使用评价方法，来促进学生在体育活动过程中的身体、认知、社会和情感方面的发展。8：反思体育教师是善于反思的实践者，他们评价自己的行动对他人（如学生、父母或监护人、同行专家等）的影响，也寻找机会使自己获得专业发展。9：技术体育教师使用信息技术来增强学生的学习效率，并促进个人和专业的发展。

3. NCATE 不同级别的体育教师专业标准的学习成果

NCATE 还开发出了具体的评价指标和要求。各位体育教师、教育者可以对照具体的指标，判断毕业生目前处于何种状态以及还有哪些可以不断努力的空间。

（三）NCATE 不同级别新体育教师专业标准体系的异同点

1. 共同点：标准的内容全面且具有针对性；标准的可操作性强；标准都非常强调学生表现的证据来源。

2. 差异：高级教师专业标准是在初级教师专业标准基础上的提升；高级教师专业标准更加强调体育教师的研究能力；高级教师专业标准更加重视应用能力。

（四）结束语

目前，我国基础教育体育新课程的实施已经进入了第十个年头，而高校体育教育专业师范生的培养却与基础教育出现了较严重的脱节现象。通过对 NCATE 有关体育教师专业标准的具体分析和比较研究，希望能够对我国高等院校体育教育专业的人才培养带来一定的启示，同时在一定程度上促进了对我国体育课程与教学方向硕士研究生培养标准制定思考。

（尹志华等，《北京体育大学学报》2010年第7期）

美国国家体育教练员的执教标准和规范

本文译自美国国家体育教育协会（National Association for Sport and Physical Education）网站发布的体育教练国家标准，规定了教练应该掌握的技能 and 知识，其目的是提高训练质量、体现教练业绩，建立聘用优秀教练的标准，为个人职业发展和技能发展提供指南。总共 40 条标准可分为 8 个领域，网站上的摘录版本中每个领域都包含对目的的解释和一条示范标准及相应规范。

领域 1：基本原理和伦理道德

标准 1：制定并执行一个以运动员为中心的执教原则。

制定得好的执教原则对教练行为提出了希望，它能够体现出教练的权力和价值。合适

的执教角度应着眼于让每名参与的运动员都能从体育运动中获得最大的收益。

规范:

明确并表达进入职业教练领域的理由;

制定以运动员为中心的原则,并与体育组织的任务和目标保持一致;

以口头和书面的形式,向运动员,他们的父母或监护人和工作人员传达以运动员为中心的执教原则;

欢迎所有符合条件的运动员,并鼓励贫困的和有残疾的运动员加入;

管理运动员的行为时要与以运动员为中心的执教原则相一致。

领域 2: 安全与预防损伤

标准 8: 了解会导致损伤的身体状况。

以前的一些身体状况或伤病可能让运动员在进入运动队之后不能参加某些训练。教练应该注意这些伤病并适当的调整训练。

规范:

确保运动员参与职业或业余的练习或比赛获得了父母、监护人或医护专家的许可;

了解易于导致一般运动损伤的运动员健康状况、身体结构和身体情况;

留意运动员是否缺少睡眠以及情绪状态,可能会影响到训练计划。

领域 3: 身体状况

标准 13: 为达到最佳的身体和心理表现及整体健康状况,教授营养知识,注重合理营养。

教练应该明白并传授营养知识以及管理体重的方法。对运动员健康饮食方面提出建议,是让运动员们表现出色的重要准备工作。合理的膳食营养让身体充满能量。

规范:

帮助运动员安排时间,选择合适的食物,让身体在练习和比赛时达到最佳状态;

帮助运动员调节营养水平;

向运动员、父母或其监护人提供准确及时的合理营养观念,为训练和比赛做准备;

提供准确及时的身体成分和健康体重管理信息;

对可能出现的饮食紊乱要有前瞻性,提供合适的职业帮助。

领域 4: 成长和发展

标准 18: 随着他们的成长,给他们提供承担责任和权力的机会。

体育通过练习和比赛提供了一个可以犯错误的机会。体育也让运动员们有机会接受责任的挑战。通过这些机会,运动员们学会如何处理冲突、解决问题、寻找积极的解决方案。教练应该有意培养运动员的领导能力和团队协作,并且让他们把赛场上学到的东西运用到

生活中。

规范：

教育并鼓励运动员按照运动队的规章制度为他们的行为承担责任；

设计练习时要考虑到运动员们的状况和自我评估情况；

针对责任，与运动员们交流，无论是身体还是心理，保持对参与比赛的热情；

鼓励运动员展现领导能力，参与问题解决；

为运动员提供不同的方法助他们解决冲突；

为运动员们提供指导其他人的机会。

领域 5：指导和交流

标准 24：指导时融入运动心理技能，提高成绩，减少运动焦虑。

心理技能训练能够帮助运动员们提高成绩。各种各样的方法帮助运动员们管理压力，把重点放在运动表现上。

规范：

证明适当的内部和外部奖赏可提高积极性和学习的动力；

与运动员们分享有效的压力管理应对策略；

运用合理的心理技能构建自信心；

帮助运动员设计一个比赛心理策略，包括赛前准备、比赛中出现错误的应急方案以及如何避免竞赛压力；

通过学习注意力控制策略帮助运动员集中精力。

领域 6：运动技能和战术

标准 29：运用情报安排训练、准备比赛以及对比赛进行分析。

让运动员和（或）运动队为比赛进行合适的准备是教练的责任。教练应该使用合适的刺探情报技术，且不违背管理组织和体育规则。在让运动员为比赛做准备时，利用资源去评估对手可占据比赛的优势。

规范：

分析对手的个人信息，从而组织队伍准备比赛；

通过观察对手的比赛、运动员的统计资料和以前的比赛情况，制定比赛计划；

通过观察对手的比赛模式和风格，对练习和比赛做出调整；

开发收集情报的方法，搜集整理对手的信息。

领域 7：组织和管理

标准 31：参与公关活动

公关是教练的责任。有效的沟通技巧可以帮教练分担工作任务和价值，获得团体的支

持。教练应该利用一切机会向参与工作的人进行宣传。

规范:

在赛季之前、进行中和之后组织召开有效的信息沟通会议;

与运动员们、工作人员、父母或监护人、管理者,还有大众交流政策和正在执行的行动计划;

安排运动员也参与到公共关系活动之中;

通过与媒体和其他方面积极的交流,宣传体育工作的价值。

领域 8: 评估

标准 40: 运用客观有效的方法评估自己和工作人员。

教练应该评估直接影响运动员和运动队表现的个人绩效。评估应该从所有参与体育项目的运动员直接获得反馈,寻找改善技术和执教风格的方法。自我评估是获取个人成长和发展信息的重要来源。

规范:

从运动员、父母、监护人和其他参与者搜集关于运动员满意度、对赛季目标的认识和执教水平的信息;

阶段性的对执教效果进行反思;

从有经验的教练处寻求反馈,请他们评估训练课,对观察结果进行讨论,定期进行必要的改变;

使用正式书面的评估选择和保留参与工作的个体;

对个人评估和聘用决议提供反馈信息时要婉转得体。

(李晨,《竞技体育信息》2010年第8期)

美国足球队训练课内容简介

美国足球虽然职业化程度不高,但是普及率很高。他们的足球有鲜明的风格,稳固却不消极的防守,快速而有一定成效的反击,尤其体力甚佳,队员都像跑不死,美国足球所表现出来的更多是年轻人积极的一面。在美国人眼里,足球就是一种游戏,正是强健的体魄和轻松的心态,使他们能轻松地踏上近几届世界杯决赛的道路。中国国家足球队主教练高洪波是这样评价美国队的,美国队现在的踢球风格好似前几年的韩国队,他们的比赛理念就是比对手跑得快、铲得多,我们看到,美国球员在90分钟比赛中高速运动,对抗节奏也没有明显变化,这应该得益于准备期良好的科学保障,美国的体育科学是领先于世界的。

如下是我们收集的有关美国足球队训练的一些内容，供相关人员参考。

美国足球队的训练课一般竞争较为激烈，队员都会尽力表现自己，已证明比队友的能力更强。训练结束后，会采用冰水浴的方法来帮助肌肉恢复。自从 2006 年世界杯以来，在进入 32 强决赛的球队中，球员的体能在比赛中发挥了更大的作用，这样预防队员受伤就成为了一个重点。美国队的主教练是布拉德利（Bob Bradley），其训练营地为普林斯敦大学校园（Princetown University），在那里，布拉德利可以利用许多关系进行备战。为准备本届世界杯，美国足球队全部集结在此，集训的主要目标是培养队员对世界杯比赛有一个正确的认识，并获得比赛所需的技术和体能。美国队还采用了一些技术手段来监测训练，队员在训练中的心率和恢复时间都会被全部监控，这样教练员可以集中精力最大限度地提高球员的体能。同时，球员的肺活量也是测试的一个指标，以监测他们体能的进步。

美国队典型的身体素质训练课包括：1. 往返跑/冲刺跑；2. 持球冲刺跑；3. 慢跑；4. 高抬腿跑；5. 直腿摆动踢腿；6. 侧踢步；7. 大强度跳绳；8. 静态伸展练习；9. 30 分钟分组对抗练习（5 人一组）。

力量训练：力量训练的设计主要针对的是预防受伤和提高比赛中的对抗能力，重点是提高力量和灵活性。每周，美国队球员要进行 3~4 次力量训练。训练课被分为大重量力量举和高强度心肺训练。

1. 引体向上；2. 卧推；3. 肩部推举；4. 持哑铃胸前小燕展翅；5. 负重深蹲；6. 硬拉起；7. 最大负重；8. 交叉练习。

营养：

美国队球员摄入的营养物质包括含蛋白质的奶昔和给他力（Gatorade）饮料，以最大限度地获得营养需求。

（王跃新，《竞技体育信息》2010 年第 7 期）

外刊文摘

《体育管理》2010 年第 1 期文摘

（原文刊名 Journal of Sports Management）

体育传播的新兴技术对职业橄榄球组织间关系形成先决条件的影响

（作者 Paul E. Turner 等）

当代新兴技术的发展,全球化变革,经济改革,社会发展等一系列环境因素的变化对体育管理者提出了更高的管理要求。体育组织需要适应社会发展,灵活有效地管理其日常活动。针对体育传播领域新兴技术的发展,本课题依照澳大利亚职业橄榄球俱乐部的具体情况,研究分析了影响组织间关系现成的六项先决因素。根据组织间关系学原理,当兴起的传播技术作用于澳式橄榄球联盟、全国橄榄球联盟俱乐部和传媒之间的组织间关系时,这六项对于组织间关系形成起影响作用的因素则被认为是有决定作用的。通过与11名澳式足球联赛联盟和10名全国橄榄球联盟俱乐部的高层领导进行半结构式的深度访谈,本课题整理、分析了相关资料并确定了主要的研究主题。结果表明,尽管职业俱乐部的管理层明确且能够指出组织间关系形成的必要条件,且这些因素也客观存在属实,但是极少的俱乐部愿意与相关的体育传播媒介建立起正式、完善的组织间关系。(姚文溢、真实摘译)

美国大学体协(NCAA)运动员毕业前景不容乐观(作者 E. Woodrow Eckard)

美国大学体协的关于运动员毕业率的评价标准中,包括了运动员与普通学生毕业率的比较。但是在后者的实际毕业率的统计中,还包括了很大一部分在校半日制学生的毕业率数据。这便是问题所在,因为运动员必须是全日制的,因而在对比时,应与其他全日制学生作比较。半日制学生偏差率的下降对比较产生了干扰,导致学生运动员的相对就业率显得比实际上的要更理想。样本计算结果表明,当把一定的偏差率给排除后,所测量出的大学足球和男子篮球运动员的数据则大幅降低。(姚文溢、真实摘译)

体育经理人道德评测工具的编制(作者 Andrew Rudd 等)

此项研究的意义是在于开发一项可以评测体育经纪人道德判断的工具,我们可称之为体育经纪人道德判定工具(MJSMI)。而更确切点说,我们还旨在通过该工具来衡量道德判断的标准。过去的研究表明,由于从单维水平出发,道德判断是单维的构造(Hahm, Beller, & Stoll, 1989; Kohlberg, 1984; Piaget, 1932; Rest, 1979, 1986)。在体育管理的范围内,体育经理人道德观念测量工具涵盖了8个道德困境。体育经理人通过李克特四点量表做出对困境的回应。为了开发该测量仪器,进行了三项试点研究。探索性因素研究和内部一致化分析是作为测定体育管理者可靠性和有效性的主要方法。研究结果则一再表明,体育管理者反应的变化是受不同道德情况性质的变化影响的,并不只是单维的结构。对造成不一致反应的原因进行了充分探讨。(姚文溢、真实摘译)

再次消费意向的悖论:健康和健身行业案例(作者 Alain Ferrand 等)

本文提出了一个概念模型,旨在研究健身俱乐部服务属性、品牌联想、客户满意度、

承诺兑现、会籍价格以及会员再购买意向间的关系。结果表明，俱乐部所提供的优质服务、安全保障以及不断提升的品牌形象对顾客满意度都有着积极影响。顾客在俱乐部的人际关系、顾客承诺的兑现、顾客每周到俱乐部活动的频次都同消费呈直接正相关。感知价格则同消费呈负相关关系。最后，研究表明，良好的总体满意度对顾客到俱乐部活动频次只有轻微的促进作用。这些发现为健身俱乐部的管理者提出了一个两难抉择：为了增加顾客再次消费的意向，他们需要促使顾客尽量多到俱乐部活动，而这又同提高服务质量的需求相抵触（服务质量同顾客满意度以及再次消费的金額息息相关）。因此他们必须在二者之间做好平衡。（姚文溢、真实摘译）

一位教师眼中的体育管理的商业运作与道德操守（作者 Mary A. Hums）

虽然体育产业在不断发展，有一件事却没有改变，即体育管理人员必须是道德上过硬的人。道德上过硬的人，而这究竟又同体育管理教育工作者及研究人员有什么关系？本文就当前时代我们这些从事体育管理专业教学的人员如何帮助我们的学生成为道德上过硬的人提出了一些具体的建议。正如当前新的争论焦点所提及的，我们的毕业生将经常被迫在体育的精神圣殿与商业市场间做出抉择。这些新的争论的焦点还包括 社会创业精神、技术创新、环境保护、体育对和平与发展贡献、体育与人权，以及这些新争鸣是否有必要编入我们的体育管理课程。（姚文溢、真实摘译）

《运动医学》 2009 年第 9 期文摘

（原文刊名 Sports Medicine）

美式橄榄球运动中的颈椎损伤（作者 Rihn 等）

美式足球是一项强力量对抗型的身体运动，因而它易使运动员受到颈椎损伤并可能因此导致神经缺损。在近几年里，在进攻防守技术、竞赛规则以及运动员医疗护理等领域的进步以使颈部损伤的风险降到最低并且对发生的伤病情况的处理也有了长足的进步。尽管如此，在美式橄榄球运动中颈椎损伤的风险仍然让人担忧。损伤的程度也有很大的不同。

相对常见的‘刺痛感’是颈椎神经末端或臂神经丛的神经生理性阻滞，表明发生了可逆的外围神经损伤。相对不常见但是更严重的损伤是颈髓神经生理性阻滞，是脊髓过度伸展，弯曲或轴向负荷所引起的颈脊椎神经生理性阻碍的临床表现。近期美式橄榄球相关数据显示，高中生平均每 10 万个参与者就有 0.2 人，大学生平均每 10 万参与者有 2 人员被确诊患有颈髓神经生理性阻滞症。该病症的症状有：暂时性疼痛，体感异常，或多个肢体运动控制能力减弱。目前，我们已经有了整套缓解这些症状的疗法和一套针对此病症的受伤

初期 10 分钟到 48 小时内的常规物理检查法。不论椎管的窄小是源于先天还是后天，都是运动员罹患上颈髓神经性阻滞症的重要诱因。尽管严重的神经损伤并不常见，但其结果往往是灾难性的，会导致永久性的神经损伤甚至是死亡。导致这种损伤的原因往往是运动员头部着地所导致的脊髓过度弯曲。这种神经损伤，过去 30 年里在高中院校的平均发生率大约为每十万名参与者中有 0.5 人，而在大学中每 10 万名参与者中有 15 人。相对于上世纪七十年代初期，发生率有明显降低。该致命性损伤的发病率的降低很大程度上得益于 70 年代中期规则的修改，在防守冲撞中禁止将头部作为初始的接触点。无论是在场上还是场边，对怀疑患有颈椎损伤的患者的诊断包括一个完整的神经学检查。检查中将身体固定在硬板上的处置方式也是必要的。根据测试者病史和身体检查的情况，我们会做出是否照 X 光片的决定。治疗方案的确取决于对损伤程度诊断，可以是颈椎刺疼痛制定的个性化的颈椎康复计划，又或是为更严重的骨性或韧带损伤所设计的颈椎减压和康复结合方案。而何种情况下才能让运动员重返赛场则依旧是学界争论的焦点。（姚文溢、真实摘译）

大脑“中枢调节”论是否该淘汰了？（作者 Shephard, Roy J）

在过去的 13 年，诺克斯和他的同事们就大脑“中枢调节”的存在一再地同别的学者争辩。这个中枢调节是一个特定的大脑中枢，对人体的体力活动进行前馈控制，以维持体内平衡，保护重要器官，如脑，心脏，骨骼肌等，使其免受体温过高，局部缺血以及其他形式的破坏性损害。这篇短文综述了那些被认为是“中枢调节”假说重要支撑的论据，审视了发展出该机制所需的进化压力的程度，该机制在过度训练下对人体抵御体温过高，局部缺血症状的成效，以及限制运动极限表现的那些外周因素（尤其是最大心脏输出量以及最大摄氧量）并证明肌电测试活动会限制运动力竭的水平。因此，该假说的这些支撑性论据被证明缺乏让人信服的实验证据。另外，有些研究结果，如在青年摄氧量平台研究中的一致发现就与“中枢调节”的限制作用的观点完全相反。（姚文溢、真实摘译）

高尔夫职业运动员：比赛成绩，技术水平与身体素质之间关系的研究综述

（作者 Hellström 等）

高尔夫职业选手通常通过体能训练和技术训练来提高自身的竞争力。本文旨在综述以往关于高尔夫选手比赛成绩、技术水平与身体素质之间的关系的论文。比赛分数就是比赛成绩最直接的表现。三类技术数据：上果岭所需挥杆数（GIR），救球成功率以及每果岭入洞平均推杆数，同比赛成绩之间的相关性最强。然而，在击球前后，更多关于目标距离的详细资料有待收集。在击球时，运动员通过控制杆头的速度和击球面同球的夹角来影响球的落点。或许是由于上身位置，身体转向和上杆高度的界定存在差异，对相关影响因素的

研究的结果并不清晰。较高杆头速度的产生是同后摆最高点更大的脊柱旋转角度和肩胛骨伸出有关联。同时它也同更大的地面反作用力和扭矩以及下摆过程中由下而上身体各部分逐步积累角速度、急剧增加的脊柱旋转速度和较晚的手腕内收动作有关联。运动员可以通过在挥杆动作中主动增加力偶值使杆头速度增加。评价技术动作时，应对手腕，肘部和肩部力偶技术加以区分，分别研究。相关生理参数，例如人体体形特征、力量和柔韧性都与运动员技术水平和杆头速度有关。目前已有针对手臂与球杆长度和杆头速度间的线性相关性的研究，但是受随时间不断变化的惯量的影响，其间的二次性关系可能更显著。受训练方法和运动员自身体质和技术水平的影响，体能训练既可能提高也可以降低杆头速度和击球距离。个性化的训练需求以及体形特征、动作执行同击球精确度以及球飞行线路的偏移间的关系可能是未来研究的重点。（姚文溢、真实摘译）

心理调节真能压过生理反应么？注意力关联和不关联对疲劳、效果及生理反应所产生的效应的测试（作者 Lind 等）

尽管现代人们都明白，积极运动的生活方式能为人们的身心健康带来不少的好处，但是久坐不动的时间在人们生活中所占的比例还是很高。不能长期坚持并遵守承诺是人们较少参加锻炼的主要原因。

劳累感，情感反应（如不满或不适）和生理压力都会导致人们对运动产生厌恶感，尤其是对于刚刚参加锻炼的人来说更是如此。将注意力的焦点转移到环境刺激（非关联）而不是人的身体感觉（关联）上，在理论上是有助于增强心理反应，减轻生理压力的。在注意力关联策略效果方面的研究结果令人困惑，其结果包括了各种可能出现的情况（注意力关联和注意力不关联都表现出有效和无效的结果）。本文探讨了在运动中的劳累感、情感反应方面改变注意力的焦点的效用，同时也探讨了改变注意力焦点对运动经济性和耐力的影响。本文对各种影响因素如运动刺激因素（强度，持续时间），受试者自身条件，训练方法的问题和实验设计的局限性等都进行了讨论。讨论中特别强调了运动强度的影响作用。在低等和中等运动强度上，注意力不关联策略在减少劳累知觉和增强反馈的积极性方面较有成效，但是在运动强度较高甚至达到最大强度的时候的效能则会被削弱，此时生理因素起主导作用。相反的，注意力关联策略则能引导人们控制运动强度，从而避免受伤和过度疲劳。如果根据运动强度情况灵活运用，以上两种策略都能增强运动体验并促进人们长期坚持锻炼，因此它们在公共健康活动的开展和运动练习者自身锻炼的过程中都应占有一席之地。（姚文溢、真实摘译）

力量训练组间休息（作者 De Salles 等）

力量训练已成为人们增强绝对肌肉力量，耐力，肌肉体积，肌肉爆发力等特征的最广为采用的活动形式之一。为了保证训练的效率，安全，效果，理解训练中各变量间的相互关系是十分重要的，这其中大致包括强度、组数、组间间隔时间、训练模式以及肌肉运动速度。研究表明，组间休息时间是重要的变量，对训练中人体的急性反应能力和慢性适应能力均有影响。本项研究的是为了分析和讨论组间休息对具体的训练成果（如形成绝对肌肉力量，耐力，肌肉体积，肌肉爆发力等）的影响。我们通过 Scielo、SCI、国家图书馆医学数据库、MEDLINE、Scopus、Sport Discus、CINAHL 等数据库来查询以前相关的原发性科研文献。其中有 35 份调查研究将休息间隔作为研究力量训练的急性反应和慢性适应的实验变量。在急性反应中，其中一个重要发现是，当训练量在 50%-90%最大重复次数 (RM) 范围内时，组间休息 3-5 分钟能促进训练者在多组训练中每组重复次数的增加。此外，在慢性适应方面，每组间休息 3-5 分钟能为提高训练强度和训练量从而帮助训练者更好的提高绝对力量。同样，相对于组间休息 1 分钟，组间休息 3-5 分钟也可使得肌肉爆发力呈现出更快增长趋势。相反，一些实验表明，就最大力量的提高而言，1 分钟的组间休息比 3-5 分钟的组间休息更有效率，但是从心理和生理的角度来看，3-5 分钟的组间休息可能显得更加的安全可靠。而如果训练目的是为了使得肌肉体积增长，中等的训练强度配合 30 到 60 秒的组间休息由于更能促进训练间荷尔蒙的激增，因此会更有成效。最后，关于慢性肌耐力适应性同间隔休息时间长短的关系的研究结果现在还不太明晰。短休息的训练（如 20 秒到 1 分钟）会使得可重复的次最大肌肉运动中的重复速度和高强度循环测试中的总肌肉扭矩得到更大提升。以上两项调查间接证明了短训练间隔对增强肌肉耐力有好处。总之，组间休息时间（训练量和强度）是很重要的变量，其在抗阻训练计划领域的研究中应得到更多的关注。当与训练间的其它重要变量恰当的搭配时，组间休息时间能影响训练过程的效率、安全性，以及最终的力量训练效果。（姚文溢、真实摘译）

对训练负荷、训练反应及其对运动成绩影响的量化（作者 Borresen, Jill 等）

长久以来，人们都将教练员调整运动员的训练以达到其最佳竞技状态的能力归功于个人多年教学经验。一种更为现代的做法则是引入科学技术手段用以发展最佳的训练计划。然而，人们在这个领域的研究还并不多，尤其是对训练计划的量化及其对运动员训练后的生理适应情况和后续成绩影响的研究还很少。目前，几种方法已开始应用于量化记录运动员的训练负荷，其中包括问卷调查、训练日记、生理指标监测和直接观察。最近，研究人员提出各类训练压力指数，这是包括了运用了心率测量和训练负荷记录的训练冲量指标和利用了主观训练努力程度评分和运动训练的持续时间的自觉劳累分级评分表 (RPE)。尽管

运动员的生理适应能力已被较好的统计，但是这种生理适应力对于运动表现的影响效果还未被准确量化。迄今为止，我们还没有哪个单一的生理指标能够用来度量针对训练的健康和疲劳反应或者准确预测运动表现。试图量化训练情况与比赛成绩的关系的模型也相继被提出，在大部分此类模型中，运动员都被考虑成一个系统，而训练负荷为输入，比赛成绩为系统输出。

尽管这些模型的理念是很有吸引力，但这些理论模型的准确性却不尽人意。这其中一个原因可能是缺乏对每个运动员个体的训练反应的测量。因此，今后的研究应侧重测量个体对运动训练的反馈和适应能力，而不非仅仅是单纯测量训练时生理指标的变化。

(姚文溢、真实摘译)

《运动医学研究》2010年第1期文摘

(原文刊名 Research in Sport Medicine)

亚洲儿童的致肥饮食——能量方程式做部分修改的时机 (作者 Georgia S. Guldan)

食物摄入，饮食行为和身体活动是决定人体内能量不平衡以及人是否能达到和保持正常体重的关键环境因素。日趋全球化、致肥化饮食和饮食行为导致大量的亚洲城市孩子肥胖，它伴随长期营养不良，使亚洲呈现营养失调的双重负担。与亚洲儿童肥胖相关联的饮食习惯包括食用小吃，外出就餐，吃快餐，喝含糖饮料，摄入过量的肉类，不健康的常量营养素的能量比例，以及对精致谷类的偏好。我们必须创造出或找到有丰富证据支撑的措施，将亚洲低收入人群致肥饮食行为引往更健康的方向。这些措施必须能够有效地避免和控制复杂且相互关联的饮食问题——它们显示出营养失调的双重负担，如果不加以控制，会给社会及其健康系统以致命的打击，阻碍亚洲人健康状况的进一步改善和经济社会的发展。(何岑、润芝摘译)

《以香港视角观察儿童肥胖症的医学问题》(作者 Alice Pik Shan Kong 等)

儿童肥胖是全球化的流行病，并且与一些医学问题相联系。这些问题包括儿童肥胖症与心血管疾病危险因子的联系，明显的葡萄糖耐受性失调，高血压，致动脉粥样硬化异常脂血症，微炎症以及包括非酒精性脂肪肝 (NAFLD)，睡眠呼吸暂停和早期动脉粥样硬化在内的并发症。本文旨在提供和评述香港地区中国儿童及青少年的临床证据，探索青少年人口中肥胖的流行病学及其相关的医学问题，阐明探索这些问题的病原论的研究方向。

(何岑、润芝摘译)

《从心理方面到环境相关因素分析影响青年人参加体育运动的因素》（作者 Jo Salmon）

理解儿童身体活动的影响因素以及这些因素在不同的活动和子群——如不同年龄和不同性别——之间存在怎样的差异, 对于了解如何对目标群体进行有效的介入研究具有重要意义。在 2001 年至 2008 年间, 研究人员曾经进行过针对澳大利亚墨尔本不同经济社会区域选取的两个同生群的研究, 这两个同生群分别由 5-6 岁和 10-12 岁的 2700 多名儿童组成。研究数据是通过调查搜集, 儿童在研究过程中曾带了 8 天体动记录仪。经测试, 5 项个人因素, 10 项社会因素以及 17 项物理环境因素与儿童的身体活动之间存在着显著的联系。某一团体的活动模式依年龄和性别变化, 同时也依不同类型的活动变化。这些研究为不同对于儿童身体活动有不同程度的影响各类因素提供了一些新的视角。我们还需要进行更多的纵向性的介入研究来更好地理解儿童在身体活动中行为的变化机制。（何岑、润芝摘译）

《台湾地区儿童肥胖症的预防和治疗策略》（作者 Nain-Feng Chu）

儿童时期的肥胖因为是成人肥胖的前兆而成为一个问题。另外, 无论某个个体在儿童期过后是否持续肥胖, 儿童时期的肥胖似乎都增加了该个体将来的疾病发生率。很多研究显示, 除却遗传的因素, 环境因素, 如饮食习惯和生活习惯, 都和肥胖症及其并发症的产生有一定的联系。我们需要以系统化的方法对儿童进行充分的营养教育, 对他们的饮食进行干预, 并且鼓励儿童进行身体锻炼, 以防止儿童肥胖症的产生和减少与肥胖相关的紊乱。与成人相比, 对于儿童和青少年肥胖症的预防和治疗计划会取得更好的效果, 他们的行为更加容易被改变, 能得到更多来自家庭成员的支持, 并且随着年龄的增长会成为瘦体质。更重要的是, 儿童及青少年肥胖症的预防和治疗指导原则和方法今后应得到监督和更新。

（何岑、润芝摘译）

《健康学校——预防儿童肥胖症的一种生态模式》（作者 Albert Lee 等）

包括肥胖、蔬果摄入量不足、缺少体育锻炼在内的许多因素都是大部分慢性疾病的诱因。健康的生活习惯应该在早期通过持续的行动进行培养。但是很多国家却没有专门处理健康问题的体系。由不同环境所提供的深入个人和各类人群的机会对于健康的推广具有极其重要的意义。有证据显示, 通过开办健康学校来促进健康饮食和体育锻炼是一种有效的模式。我们在这篇文章中报告了在香港所做研究的主要发现, 显示除由采纳健康学校框架而带来学生健康行为的改进外, 学校与学生健康相关的政策和环境的变化。个案研究已经证明了健康学校框架创造出有利的环境, 政策的改变以及个人健康技能的提高来改善饮食习惯。健康学校的模式可以有助于战胜儿童肥胖。（何岑、润芝摘译）

《日本肥胖儿童饮食及运动治疗对其腹部脂肪分布的影响》（作者 Kenji Togashi 等）

本研究的目的是为了调查食疗加运动疗法对腹部脂肪分布产生的组合效应，以及导致日本肥胖儿童患慢性疾病的危险因素。实验对象为 33 个日本肥胖儿童。对于皮下脂肪和内脏脂肪，我们采用了 CT 技术在实验对象肚脐的高度进行了扫描。同时，我们也采集了被试者的血样来考量引发各类慢性病的危险因素，如：甘油三酯、总胆固醇、高密度脂蛋白、胰岛素、天冬氨酸氨基转移酶、丙氨酸转氨酶以及尿酸。被监测的运动治疗为期三个月，每周 5 或 7 天，每天做 60 分钟最大耗氧量为 50% 的运动。食疗则是依肥胖程度每天摄入 1400 至 1900 千卡不等的热量食物。在食疗结合运动疗法以后，实验对象的皮下脂肪和内脏脂肪有了显著的减少；同时，甘油三酯、总胆固醇、胰岛素、天冬氨酸氨基转移酶、丙氨酸转氨酶以及尿酸等指数都有明显下降。以上数据表明针对肥胖儿童的食疗和运动治疗的结合疗法使其腹部脂肪分布趋于正常，并且也减少了罹患慢性病的几率。（何岑、润芝摘译）

《挑战与教训——一份特殊的儿童身体活动自我报告的编制》

（作者 Anne-Maree Parrish 等）

在西方社会中，体重超标及肥胖儿童的数量是非常惊人的。仅凭个人努力来解决这个问题几乎无济于事。而针对于整个肥胖儿童人群所进行的干涉可能会更加成功。这个研究报告了一份特殊的自我报告图片调查问卷的制作过程，这份问卷旨在对来自 14 所澳大利亚的地区性小学的 1881 名 4-9 岁的幼童进行操场活动的偏好进行评价。研究人员将被测儿童偏好的图片显示与通过使用儿童活动扫描工具（CAST2）而得到的观测数据进行了比较。调查问卷结果显示 62%~89% 的儿童更偏好中等强度或高强度的操场运动；然而，由 CAST2 测试数的数据却表明幼童仅在操场活动中的 50%~70% 的时间中表现得很积极。这些发现证实了幼童能够表达他们的运动偏好。对寻求今后幼童身体活动测试手段中的重要问题进行了讨论。（何岑、润芝摘译）

外刊题录

美刊《体育运动医学与科学》2009 年第 12 期题录

（原文刊名 *Medicine & Science in Sport & Exercise*）

临床医学

高校甲级橄榄球运动员的代谢综合症与胰岛素抵抗（作者 James R. Borchers 等）

性别与训练状态影响餐后氧化应激 (作者 Richard J. Bloomer 等)

代谢性肌肉病变: 运用氧摄取动力学分析进行功能性评定 (作者 Bruno Grassi 等)

基础科学

长期锻炼有助于稳定被剔除脱辅基酶小鼠的粥样化血管硬块 (作者 Maxime Pellegrin 等)

间断性或持续运动后氧化基因的相似表达式 (作者 Li Wang 等)

有应力性骨折经历的跑步运动员的骨几何学、力量、肌肉大小 (作者 Kristin L. Popp 等)

上肢与下肢长时间运动摄取 ¹³C 葡萄糖中的燃料的选择 (作者 Jonathan H. Tremblay 等)

运动时摄取碳水化合物与蛋白质-碳水化合物的肌肉代谢 (作者 Naomi M. germak 等)

2005 年国际女子空间模拟试验: 卧床过程中保持站立姿势耗氧量的运动与营养对策

(作者 Suzame M. Schneider 等)

应用科学

步长与跑步里程对应力骨折概率模型的影响 (作者 W. Brent Edwards 等)

线性及非线性数学模式导出的临界扭矩和预计疲劳时间及无氧工作能力

(作者 C. Russell Hendrix 等)

美国西部一百英里长跑比赛: 参与与成绩趋势 (作者 Martin D. Hoffman 等)

加速器对能量损耗的预测: 矢量幅度与纵轴 (作者 Cheryl A. Howe 等)

持续空气潜水或混合气体潜水对人体心血管功能的影响 (作者 Jasna Marinovic 等)

特讯

通过加速计与气压计测量走坡路时耗氧量的新装置 (作者 Toshiaki Yamazaki 等)

书评

药物的相互作用分析与管理 (2009 版)

癌症预防的基本原则 (第二版)

(《体育运动医学与科学》2009 年第 12 期题录 超梅、润芝译)

美刊《体育运动医学与科学》2010 年第 1 期题录

(原文刊名 *Medicine & Science in Sport & Exercise*)

临床医学

个案分析: 足球训练中的镰状细胞特性与致命性横纹肌溶解 (作者 Mary L. Anzalone 等)

社区水上运动与关节炎患者的生活质量 (作者 Lisa Cadmus 等)

慢性疲劳综合症病人的睡眠不受睡前锻炼干扰 (作者 Fumiharu 等)

渐进性抗阻健身训练对慢性中风后肌肉运动的作用 (作者 Mi-Joung Lee 等)

基础科学

胰岛素样生长因子-1, 体育锻炼与细胞合成代谢控制 (作者 Bradley C. Nindl)

胰岛素样生长因子-1 可作为健康、素质与训练状况的生物标记

(作者 Bradley C. Nindl 等)

骨骼肌中的胰岛素样生长因子-1 信号与细胞素相互作用的可能性

(作者 Gregory R. Adams)

运动与生长激素胰岛素样生长因子轴 (作者 Jan Frystyk)

乳腺癌幸存者锻炼与生活质量的年龄差异 (作者 Sheree A. Harrison 等)

离心运动后人体肌肉白细胞积累的时间过程 (作者 Goran Paulsen 等)

离心运动后钙蛋白酶活动、肌肉结构与功能的改变 (作者 Truls Raastad 等)

自行车训练能增加葡萄糖转运蛋白 4 (glut4) 和快肌纤维中哺乳类雷帕酶素的激活

(作者 Charles A. Stuart 等)

牙买加与美国短跑精英运动员辅肌动蛋白 (ACTN3) 与血管紧张素转换酶 (ACE) 基因类型

(作者 Robert A. Scott 等)

低强度游泳训练对脂多糖诱发急性肺损伤可起到部分抑制作用

(作者 Daniel Souza Ramos 等)

运动导致血氧不足: 事实还是谬论? (作者 Garry C. Scroop 等)

经训男青少年比未经训男青少年的肺部摄氧活动更快 (作者 Simon Marwood 等)

中度热环境中氧能力就会降低 (作者 Brett R. Ely 等)

螺旋藻对人体机能增进与抗氧化的影响 (作者 Maria Kalafati 等)

应用科学

素质与脂肪的争论: 单纯的还是与运动相结合的热量控制

(作者 Dawnine Enette Larson-Meyer 等)

路面坡道跑中自发控速 (作者 Andrew D. Townshend 等)

足球精英运动员的能量消耗与代谢功率: 新的比赛分析法 (作者 Cristian Osgnach 等)

对日本女子体育活动进行客观测量以预测最大耗氧量 (作者 Zhen-Bo Cao 等)

越野滑雪上坡地形双蹬轮滑与 V1 和 V2 轮滑的比较 (作者 Thomas Stöggl 等)

慢性踝关节不稳定者步态控制策略的改变 (作者 Erik A. Wikstrom 等)

重复性自行车耐力运动后肌肉收缩功能与神经控制 (作者 Emma Z. Ross 等)

特讯

中部跟腱病是一种心血管病吗? (作者 Karsten Knoblock 等)

回复 (作者 James E. Gaida 等)

女运动员多囊卵巢综合征和雌性激素代谢

书评

内分泌学与糖尿病：临床病例发现（作者 Ronald Cohen）

免疫学：临床病例研究与病理生理学（作者 Marion Cohen）

美刊《体育运动医学与科学》2010年第2期题录

（原文刊名 *Medicine & Science in Sport & Exercise*）

临床医学

低强度运动能减少 II 型糖尿病高血糖症的发生率（作者 RALPH 等）

根据不幸结果判断马拉松比赛“不宜举行”的温度（作者 WILLIAM O. ROBERTS）

三项全能运动员的神经肌肉控制和运动性下肢疼痛（作者 ANDREW 等）

哮喘病受试者血液与尿液中羟甲异丁肾上腺素浓度（作者 JIMMI ELSERS）

内含肌肉炎症中血管闭塞抗阻训练：个案研究（作者 BRUNO GUALANO 等）

递进式练习中年龄和咨询指导对于心肺功能反应的影响（作者 MICHAEL NELSON 等）

通过营养摄取与运动来预防超重孕妇体重的增加（作者 MICHELLE MOTTOLA）

倍氯米松对呼吸过快导致的支气管收缩的急性影响（作者 PASCALE KIPPELEN）

基础科学

英国在校生的有氧素质和上下学方式（作者 CHRISTINE VOSS 等）

正常血压和原发性高血压人群的肌肉力量与突发高血压（作者 ANDREA MASLOW）

现代儿童、古 AMISH 人、古 MENNOIT 人的身体活动状况（作者 DALE 等）

抗阻或有氧运动训练对白细胞介素-6、C-反应蛋白和体成分的影响（作者 CHEYNE 等）

最多重复八次的抗阻训练能够减少老年妇女的感染环境（作者 MELODY 等）

运动员在减肥期间增加蛋白质摄入能降低去脂体重的丢失（作者 SAMUEL 等）

槲皮素对运动能力和骨骼肌线粒体生物合成的影响（作者 DAVID 等）

运动训练和精氨酸对心室重构和氧化应激的影响（作者 XIAOHUA XU 等）

进入跑轮不能使高脂肪或高碳水化合物喂养鼠体重减少（作者 ALAN 等）

对多频生物电阻抗分析摔跤运动员体成分的评（作者 ALAN 等）

行走和奔跑中四种 ActiGraph 加速计的比较（作者 DINESH 等）

足底表面视觉评估来估计足弓高度的有效性（作者 DAVID 等）

应用科学

曲柄长和曲柄轴高度对站立手臂摇曲轴功率的影响（作者 VERNON 等）

身体素质能预测智障综合症患者可完成的机能任务 (作者 PATRICK 等)

模拟高住低训运动能力改善的可复制性 (作者 EILEEN 等)

坡道训练中的有氧素质、肌肉功效和运动神经单元募集 (作者 JAN 等)

特讯

四头肌与大腿后肌腱激活与针动肌电图的性别差异 (作者 MARKO 等)

书评

睡眠医学基础 (作者 ISBEL)

临床实验室学的简述 (作者 VALERIE)

美刊《体育运动医学与科学》2010年第3期题录

(原文刊名 *Medicine & Science in Sport & Exercise*)

临床医学

系统综述: 神经肌肉训练对预防运动损伤的作用 (作者 Markus Hübscher 等)

停经妇女锻炼后激素替代疗法与雌激素受体蛋白调节的信使 RNA 表达式

(作者 Christina M. Dieli-Conwright 等)

基础科学

青少年计步器数据收集的过程及处理: 加拿大青少年体育活动水平

(作者 Cora Lynn Craig 等)

柔道运动员快速减肥的趋向、效果及方法 (作者 Guilherme Giannini Artioli 等)

运动时心率变化、心博间歇变化及皮肤电活动 (作者 Silken Boettger 等)

老年人与年轻人手指敲击能力比较 (作者 Tomoko Aoki 等)

经训人员与非经训男子对急性抗阻锻炼的脂肪素反应 (作者 Krista A. Varady 等)

心外膜脂肪组织与男性心肺健康的关系 (作者 Maeng-Kyu Kim 等)

超重及肥胖成人的最大耗氧量是否达到阈值? (作者 Rachel E. Wood 等)

西班牙超重青少年体育锻炼的增加与肥胖症患者的减少

(作者 Courtney E. Byrd-Williams 等)

快步走对食欲、能量摄入与血浆辛酰化生长素的影响 (作者 James A. King 等)

离心运动 2-3 天后补充鞣花单宁可促进力量恢复 (作者 Justin R. Trombold 等)

应用科学

托儿所在幼儿体育锻炼中的作用 (作者 Nianne S. Ward 等)

学前班儿童可客观测量的体育锻炼水平较低 (作者 Joan J. Reilly 等)

- 学前班儿童体育锻炼的测量方法（作者 Russell R. Pate 等）
- 行为区划法：链接学前儿童体育锻炼与户外活动设计的方法（作者 Nilda G. Cosco 等）
- 育儿政策与环境对体育活动的影响（作者 Stewart G. Trost 等）
- 增加托儿所体育活动的干预（作者 Dianne S. Ward 等）
- 单侧髋展肌疲劳对膝盖冠状面的影响（作者 Christopher F. Geiser 等）
- 运动性腿疼个体的神经肌肉控制改变（作者 Melinda Franettovich 等）
- 同步诱发电位的肌电图分析（作者 William P Ebben 等）
- 诱发性碱中毒对全力运动中功率与持续时间的影响（作者 Anni Vanhatalo 等）
- 咖啡因剂量在 2000 米赛艇运动中的反应（作者 Tina L. Skinner 等）
- 高温环境下预冷法能防止自我定速运动强度的降低（作者 Rob Duffield 等）
- 空气污染对马拉松运动成绩的影响（作者 Linsey C. Marr 等）
- 背肌训练器械对健康人与轻微背痛者的特异性（作者 Christian Larivière 等）
- 使用电子断层摄影来研究大脑与运动关系的新方法（作者 Stefan Schneider 等）
- 脊椎外伤患者通过自感用力程度来调节运动强度（作者 Victoria Goosey-Tolfrey 等）
- 布洛芬局部凝胶补剂对肌肉疼痛的作用（作者 Robert D. Hyldahl 等）

特讯

- 用加速度仪评价抗阻训练的能量消耗（作者 Eric S. Rawson 等）
- 肌电图疲劳阈值是评价肌肉功能的有效工具吗？（作者 François Hug）

书评

- 生活方式心理学：健身行为（作者 Karen Peters）
- 遗传性代谢病患者的营养管理（作者 Amy Hess-Fischl）

（《体育运动医学与科学》2010年第1至3期题录超梅译）

日刊《体育科学》2010年第4期题录

一、特辑：根据近红外线分光法得到的图像

- 1、采用近红外线分光法而得到的脑机能图像：对体育科学的应用（作者：征矢英昭）
- 2、近红外线分光法（NIRS）的原理与应用（作者：酒谷 薰）
- 3、肌肉疲劳时运动区域的活动（作者：涉谷颯一）
- 4、近红外线对体育学研究应用的可能性——不能陷入误区（作者：檀一平太）
- 5、电视游戏机活动中前额部位的活动变化及其要因（作者：松田 刚）
- 6、心理现象、精神状态与近红外线（NIRS）（作者：福田正人等）

- 7、用中等强度提高实行机能的神经基础—采用 fNIRS 的图像研究（作者：征矢英昭等）
- 8、负责情绪的额叶的功能（作者：星 详子）

二、连载

- 1、在限制体重级别竞技项目中的急速减体重与恢复（松岛佳子等）
- 2、日本女子体育大学研究生院体育学硕士学位论文要点（摘要）—2009（作者：编辑部）

日刊《体育科学》2010年第5期题录

一、特辑：体育运动与跨越国境

- 1、奥林匹克与国境（作者：河野一郎）
- 2、跨越国境的运动——1980年以后的NBA全球战略（作者：千叶直树）
- 3、从高中、大学的体育运动看留学生选手（作者：左近允辉一）
- 4、篮球运动中的企业球队与职业球队（作者：原田宗彦）
- 5、相扑界的国外力士选手与派系制度（作者：生沼芳弘）
- 6、独立棒球联盟的现状——从企业运动到职业联盟（作者：石原豊一）
- 7、世界一流运动的光芒与形象——作为正常状态的“失败者的产生”（作者：石冈丈升）

二、连载

JOC（日本奥委会）优秀研究教育机构事业中管理营养士的任务（作者：木村典代）

三、研究报告

- 1、幼儿运动能力与运动指导以及性格的关系（作者：杉原 隆等）
- 2、针对障碍儿童进行协调训练的效果（作者：楠 孝文等）

日刊《体育科学》2010年第6期题录

一、特辑：创造运动标准的新依据

- 1、运动标准：训练导向的重新规定以及普及的固定（作者：田畑 泉）
- 2、总死亡率与肌力（作者：泽田 亨）
- 3、生活方式病发病率与最大摄氧量（作者：儿玉 晓等）
- 4、身体活动量与癌罹患率——依据多目的群体的研究（作者：津金昌一郎）
- 5、对儿童身体活动量的评价（作者：田中千晶等）
- 6、对高龄者身体活动的评价（作者：青柳幸利）
- 7、训练标准准确性的探讨（作者：宫地元彦）

8、运动标准,运动指导方针 2006 及其行动的改观 (作者:冈浩一郎等)

二、连载

1、训练后恢复期的营养补充 (作者:小清水孝子)

2、体育学硕士论文摘要 2009 (国际武道大学研究生院)

日刊《体育科学》2010年第7期题录

一、特辑:儿童的运动与身心的发展

- 1、儿童的运动与身心发展的观点 (作者:小林宽道)
- 2、儿童的疲劳与学习欲望的科学 (作者:水野敬等)
- 3、运动游戏与儿童的体育活动 (作者:工藤保子)
- 4、体育俱乐部的运动教育计划 (作者:武长理荣)
- 5、欧洲儿童的体育活动与环境—瑞士乡村小学生的半日见闻 (作者:长谷川圣修)
- 6、儿童发育期间必要的运动的量与质 (作者:丹信介)
- 7、儿童身心综合的发展与脑 (作者:岡本正洋)
- 8、幼儿期间的男女差别 (作者:春日晃章)

二、连载

- 1、地区之间运动营养指导体制的构建 (作者:饼美知子)
- 2、体育学硕士论文摘要 2009—东海大学研究生院

三、论坛

运动科学与遗传学 (作者:宫下充正)

四、书评

- 1、间歇性低氧:从分子机构到临床的应用 (评论:宫村实晴)
- 2、与健康相关的体力测定与评价 (评论:田口贞善)

(《体育科学》2010年第4至7期题录李宝凤译)

新书通报

序号	题名	索书号	责任者	出版社	ISBN	出版年
1	运动自由基生物学研究	G804.7/144	熊正英著	科学出版社	978-7-03-027439-7	2010
2	晨练让你更健康	G806/231	赵之心编著	吉林科学技术出版社	978-7-5384-3944-1	2009
3	好父母 好朋友:一个家长学校心理咨询教师的教育手记	G78/250	吴琦玲著	西藏人民出版社	978-7-223-02871-4	2010
4	体育人力资源管理	G80-05/194	王斌, 马红宇, 时勘主编	高等教育出版社	978-7-04-030231-8	2010
5	体育统计与SPSS应用	G80-32/60	马国东, 沈姝媛主编	吉林大学出版社	978-7-5601-5462-6	2010
6	运动营养金标准	G804.32/43	(澳) 格伦·卡德维尔著	人民体育出版社	978-7-5009-3760-9	2010
7	运动人体科学实验原理与方法	G804/31	李洁, 段海俊主编	人民体育出版社	978-7-5009-3802-6	2010
8	健步走与徒步运动	G806/234	郝光安, 钱俊伟编著	金盾出版社	978-7-5082-6063-1	2010
9	体育课程生命化探究	G807.01/34	何劲鹏, 姜立嘉著	东北师范大学出版社	978-7-5602-5869-0	2009
10	论中国现代普通高校体育制度的变迁	G807.4/541	李冬梅著	北京体育大学出版社	978-7-5644-0133-7	2009
11	体育的真义:2009年上海大学体育学研究报告	G807.4-53/18	周哲玮主编	上海大学出版社	978-7-81118-533-1	2009
12	高水平竞技运动后备人才培养与科学训练研究	G808.18/26	国家体育总局干部培训中心编	北京体育大学出版社	978-7-5644-0257-0	2010

13	中外体育交流与北京奥运会	G811.21/396	郝斌著	光明日报出版社	978-7-5112-0661-9	2010
14	中国体育产业发展报告: 2008-2010	G812.69/7	主编江和平, 张海潮	社会科学文献出版社	978-7-5097-1243-6	2010
15	新中国体育60年	G812/46	主编熊晓正, 钟秉枢	北京体育大学出版社	978-7-5644-0349-2	2010
16	现代日本学校体育教育的变迁: 1945~2008	G813.135/5	张世响著	北京体育大学出版社	978-7-5644-0149-8	2009
17	健身球美体瘦身	G831.3/287	(美)露西·奈特(Lucy Knight)著	北京体育大学出版社	978-7-5644-0345-4	2010
18	突破: 篮球技战术	G841.19/20	(美) Jeff & Joe Haefner 著	东南大学出版社	978-7-5641-1605-7	2009
19	袁伟民与体坛风云	G842.99/12	远山著	江苏人民出版社	978-7-214-06044-0	2009
20	孩子, 你能成功: 15位奥运冠军的成长故事	G811.219.9/13	湖南卫视创新小组编著	人民文学出版社	978-7-02-007502-7	2010
21	50+1位最闪耀的体育巨星: 英汉对照	G811.99/26	作者保罗·J. 克里斯托弗, 艾莉西亚·玛丽·史密斯	安徽科学技术出版社	978-7-5337-4459-5	2009