

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 運動科學 來源 民生報 日期 740321 版面 三版

測定運動員體能數據資料 供教練訓練提高選手成績

大師體育研究所不只有少數儀器可供運用

【本報記者 姚志剛專訪】師範大學體育研究所對於國內運動界而言，是一個可以讓運動員脫胎換骨的綜合醫院，可是，一直被教練們忽略的師大體育研究所到底有些什麼科學儀器，可供運動員訓練之用？這可以分成：運動生理學、運動力學、運動心理學、運動生理學、運動力學、運動心理學三部分來介紹。

能與電動跑步機相同，但只有測下半身的運動能量，由於上半身不動，運動至衰竭程度時的血壓、脈搏的改變，了解運動員的體能。

可測出運動員在空中與在水中體重的差別，精確計算出運動員的體脂肪比例，這是目前測體脂肪含量最正確的方法。

的測定，找出體內無氧力與有氧力的關鍵點。

結構都很簡單。

生理變化，再用方法加以放鬆，用此器具運動員可知道自己心跳次數、手心導電次數等生理現象。

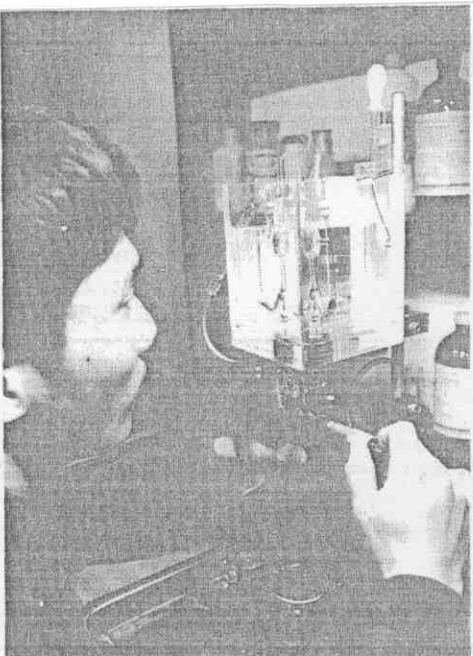
道傾斜度可以調整，控制跑道的速度與傾斜度，可測出最大運動量。

這套儀器可以將運動員的體力與耐力定出客觀標準。

腳踏測力器：主要功用是測出運動員在跑道上跑動時，腳踏測力器所測出的力。

心理學部份的儀器不多，主要是使用問卷與面談來進行，至於可運用的儀器，動作分析儀可了解運動員身體各部分動作的過程及重心的變化，並可用來與世界級名將作比較。

這些數據及資料，都是教練們最需要的，最有幫助的資料，用來測定訓練成效，加強訓練效果，協助選手締造更優異的成績。

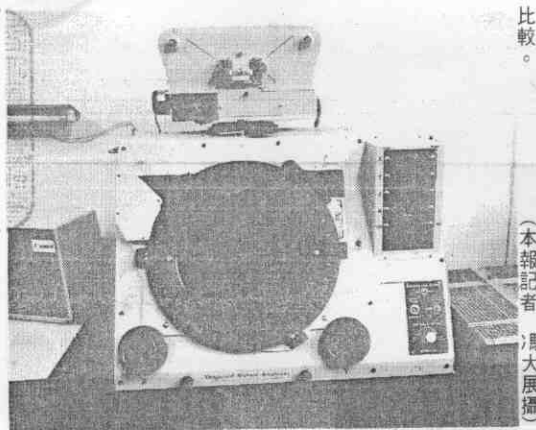


這是修蘭德氣體分析儀，用手測出運動員的耗氧能力。

(本報記者 馮大展攝)



這一套是用來測定血紅素、乳酸等的血液分析儀。(本報記者 馮大展攝)



平衡測力器：用手測定運動員的平衡感，有靜態的平衡感或與動態的平衡兩種測定器。(本報記者 馮大展攝)