

ISSN 1002-3488  
CN23 - 1223/G8

# 冰雪运动

# CHINA WINTER SPORTS



**2012**

**第 4 期**  
**第 34 卷**

中国滑冰协会  
中国滑雪协会  
中国冰球协会

ISSN 1002-3488



9 771002 348049

# 冰雪运动

国家体育总局

主管

中国滑冰协会、中国滑雪协会、中国冰球协会 主办

BINGXUN YUNDONG

2012年(第34卷)第4期

(2012年7月15日出版)

## 目 次

### · 速度滑冰 ·

- 中国速度滑冰项目冬奥会之路评析与启示 沈 艳(1)
- 短距离速滑运动员体能训练研究 高 伟(6)
- 我国优秀长距离速度滑冰女子运动员竞技心理适应性的研究 高 升,赵滨杰,邓雪峰,等(11)
- 速度滑冰短距离项目特点与冰刀特性的关系 王 红,高 升,李兴国(18)

### · 花样滑冰 ·

- 我国花样滑冰单人滑运动员提高比赛节目内容分的研究 陈伟光,姜海兰,朱志强(21)
- 从“2012年世界花样滑冰锦标赛”看我国男子单人滑选手与世界高水平选手的差距 贾曙光(27)
- 俱乐部培养花样滑冰后备人才的可行性研究 于海浩,孙玉巍(32)
- 瑜伽在花样滑冰训练中的应用 王 山,谷娜娜(38)

### · 冰球 ·

- 温哥华冬奥会后中国女子冰球的发展之路 王福全(42)

### · 运动人体科学 ·

- 短道速滑运动员运动损伤的预防 代云山,常 锐(48)

### · 理论探索 ·

- 冬季休闲体育对北方人民幸福指数的提升 张桂新,王淑华(52)

### · 运动心理学 ·

- 黑龙江省高校速度滑冰运动员意志品质的研究 钱宝山,张春晖,任慧莹,等(55)

短道速滑运动员心理素质培养的思考

王梓聿(60)

## · 冰雪体育教育 ·

开放式体育教学模式在高校滑冰教学中的构建与实践研究

关成雪,张春晖,任慧莹,等(64)

北方医学院校冬季体育课程建设的理论探索

张弛,佟铁鹰,王鑫,等(68)

北方高校冬季滑雪课对大学生身心健康的积极效应

关晨涛(72)

高校冬季阳光体育运动开展的影响因素

祖莹(75)

## · 冰雪体育经济 ·

黑龙江省冰雪旅游产品的内涵与开发现状研究

杨斌霞,李斌,马逸奎(80)

哈尔滨冰雪旅游产业集群构建研究

王闯,徐淑梅,黄烁(84)

## · 全民健身 ·

对“冰上陀螺”运动的研究

——黑龙江省冬季冰雪旅游特色项目的开发

孙玉滨,王晓伟,李良胤(88)

速滑项目速度力量训练中风阻负荷效能分析与应用

刘贵宝(92)

创新负重行大医

——记黑龙江体育运动创伤康复医院

《冰雪运动》编辑部(封二、封三)

期刊基本参数:CN23-1223/G8 \* 1979 \* q \* A4 \* 96 \* zh \* P \* ¥16.00 \* 2000 \* 21 - 2012 - 03

主 编 杨永生

执行主编 严力

副主编 张连涛 田郁玫

编 委 (按姓氏笔划为序)

于立强 王 钢 王石安 田郁玫 李 臻 朱志强 许水生 杨永生 陈小平

严力 张 强 张 赢 张连涛 林勇虎 郝光安 赵荫桐 赵金平 谢敏豪

编辑部主任 张连涛 责任编辑 田郁玫 张 赢 张连涛 编 辑 孙 程 牛妮

英文编辑 刘贵宝

# CHINA WINTER SPORTS

Vol. 34

No. 4

Jul. 2012

## CONTENTS

### • SPEED SKATING •

- Commenting and Inspiring from the Road of Chinese Speed Skating to Winter Olympics SHEN Yan(1)
- Summarization of the Speed Skating Sprinters' Physical Training Research GAO Wei(6)
- Monitoring Research of Chinese Excellent Women Long Distance Speed
- Skaters' Athletic Psychological Adaptability GAO Sheng<sup>1</sup>, ZHAO Bin - jie<sup>2</sup>, DENG Xue - feng,<sup>1</sup> YANG Jia<sup>1</sup>(11)
- Characteristic Relationship between the Speed Skating
- Sprint Event and the Skate Blade WANG Hong<sup>1</sup>, GAO Sheng<sup>2</sup>, LI Xing - guo<sup>3</sup>(18)

### • FIGURE SKATING •

- Research on Heightening the Programs' Content
- Score of Chinese Singles Figure Skating CHEN Wei - guang, JIANG Hai - lan, ZHU Zhi - qiang(21)
- Analyzing the Difference between Chinese Men Singles Skaters and
- Worldclass Skaters from 2012 World Figure Skating Championship JIA Shu - guang(27)
- Feasibility Research of Developing the Figure Skating Reserved Talents in Club Way YU Hai - hao<sup>1</sup>, SUN Yu - wei<sup>2</sup>(32)
- Application of Yoga in Figure Skating Training WANG Shan<sup>1</sup>, GU Na - na<sup>2</sup>(38)

### • ICE HOCKEY •

- Development Road of Chinese Women Ice Hockey Players after Vancouver Winter Olympics WANG Fu - quan(42)

### • HUMAN SPORTS SCIENCE •

- Prevention of Sports Injuries of Short track Speed Skating Athletes DAI Yun - shan<sup>1</sup>, CHANG Rui<sup>2</sup>(48)

### • THEORETIC RESEARCH •

- Effect of Winter Leisure Sport on Elevating the Northern People's Happiness Index ZHANG Gui - xin, WANG Shu - hua(52)

### • SPORTS PSYCHOLOGY •

- Research on the Volitional Quality of Speed Skaters

from Heilongjiang Universities

QIAN Bao - shan<sup>1</sup>, ZHANG Chun - hui<sup>2</sup>, REN Hui - ying<sup>1</sup>, GUAN Chen - xue<sup>1</sup>,

HUANG Hong - li<sup>1</sup>, XU Shui - sheng<sup>1</sup> (55)

Thoughts of Developing the Short Track Speed Skaters' Psychological Quality

WANG Zi - yu (60)

## • ICE - SNOW SPORTS PEDAGOGY •

Construction and Practice of Open Sports Teaching Mode in

Undergraduate Skating Curriculum

GUAN Cheng - xue<sup>1</sup>, ZHANG Chun - hui<sup>2</sup>, REN Hui - ying<sup>1</sup>,

JIU Yan - hong<sup>1</sup>, LI Cui - xia<sup>1</sup>, YANG Jun<sup>1</sup> (64)

Theoretical Discussion of Developing the Winter Sports

Curriculum in Northern Medical Colleges

ZHANG Chi, TONG Tie - ying, WANG Xin, LIU Xue - mei, ZHANG Li - jun (68)

Positive Effect of Winter Skiing Curriculum on the Undergraduate

Physical and Psychological Health in Northern Universities

GUAN Chen - tao (72)

Sunshine Sports Winter Physical Education Teaching Affect

ZU Ying (75)

## • ICE - SNOW SPORTS ECONMY •

Research on the Connotation and Current Development

of Heilongjiang Ice - Snow Tourism Products

YANG Bin - Xia<sup>1</sup>, LI Bin<sup>2</sup>, MA Yi - Kui<sup>1</sup> (80)

Research on Constructing the Industrial Cluster of Harbin Ice - snow Tourism

WANG Chuang<sup>1</sup>, XU Shu - mei<sup>2</sup>, HUANG Shuo<sup>3</sup> (84)

## • CIVIL HEALTHY ACTIVITIES •

Research of "ice - top" Sport

——Analysis winter Ice - Snow tourism of Heilongjiang Province

SUN Yu - bin<sup>1</sup>, WANG Xiao - wei<sup>2</sup>, LI Liang - yin<sup>3</sup> (88)

Analysis and Application of the Wind Drag Efficacy in the Speed Strength Training of Speed Skating

LIU Gui - bao (92)

---

**EDITOR - IN - CHIEF** YANG Yong - sheng

**EXECUTIVE EDITOR - IN - CHIEF** YAN Li

**ASSOCIATE EDITORS** ZHANG Lian - tao TIAN Yu - mei

**EDITORIAL BOARD** YU Li - qiang WANG Gang WANG Shi - an TIAN Yu - mei Li Zhen ZHU Zhi - qiang

XU Shui - sheng YANG Yong - sheng CHEN Xiao - ping YAN Li ZHANG Qiang

ZHANG Ying ZHANG Lian - tao LIN Yong - hu HAO Guang - an ZHAO Yin - tong

ZHAO Jin - pi XIE Min - hao