

<<实用钓鱼1000问>>

图书基本信息

书名：<<实用钓鱼1000问>>

13位ISBN编号：9787538437874

10位ISBN编号：7538437878

出版时间：2008-5

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：《家庭生活百科》编委会 编

页数：304

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<实用钓鱼1000问>>

内容概要

钓鱼是一种集健身、娱乐和交往为一体，适宜不同年龄、不同职业的人参与的高雅体育项目。更为有优势的是钓鱼不受季节等不确定因素的限制，四季皆宜。

这样就使得垂钓活动，作为一种精神享受和健身之道，达到了其他体育活动无法代替的效果。

当我们远离喧嚣的城市，寻找一个清静的好地方，静心垂钓，让人与自然美妙的融合在一起，感受着天地之灵气。

这份悠然自得，会让每个整天忙碌在都市快节奏生活中的人们欣喜的享受那片刻的轻松。

结合成功钓到鱼的喜悦，这样的享受应该会给人更大的成就感，给人非笔墨能形容的享受，这是让身心极大放松和成就感得到最大满足的一种享受。

钓鱼也和其他体育活动一样，在休闲之余，也带有一定的技巧性，它需要垂钓者具备较高的技艺水平和掌握科学的垂钓方法，包括装备的选择，手法和时机的把握，甚至心态和状态的调整等等。

了解了相关知识并有了一定的实践经验才能在钓鱼活动中有所收获，创造更大的精神愉悦感。

众多的钓鱼爱好者们在渴求着得到有关钓鱼技巧的知识的同时，也总结了大量的钓鱼经验，为本书的编撰提供了丰富的素材，给予了极大的帮助。

做好了准备就让我们从忙碌和浮躁中抽身出来，去享受那一份恬淡、安宁、平和以及成功的喜悦。

在本书中在我们介绍关于钓鱼的准备、渔具的组合与实用、鱼饵、鱼性、天气、水下情况、选择垂钓区域，以及常见的垂钓方法和特殊的垂钓方法等，用科学的方法帮助您在垂钓中享受最大的快乐。

非常适合广大的钓鱼爱好者阅读。

<<实用钓鱼1000问>>

书籍目录

第一章 垂钓乐趣一 钓鱼的由来1 钓鱼活动起自何时？

2 有关钓鱼的文化有哪些？

二 垂钓的乐趣1 钓鱼有哪些益处？

2 钓鱼是一项健身运动吗？

3 钓鱼能使人心情愉悦吗？

4 为什么说钓鱼可使人健康长寿？

5 垂钓真的能防治某些疾病吗？

6 为什么说钓鱼是阳光下的健康疗法？

7 鱼有哪些实用价值？

第二章 了解鱼一 鱼类的生活习性1 鱼类为什么生活在不同的水层？

2 鱼是怎样呼吸的？

3 氧气与鱼的生活有什么关系？

4 鱼与水生植物的关系如何？

5 鱼与水情有什么关系？

6 鱼与海流和潮汐有什么关系？

7 鱼与季节有什么关系？

8 鱼类洄游是怎么回事？

9 按鱼类洄游的方向可分为哪几类？

10 按鱼类洄游的性质可分为哪几类？

11 按鱼类洄游的生态可分为哪几类？

二 鱼类的摄食方式1 鱼的食性有哪些特点？

2 鱼的摄食方式有哪些？

3 鱼的食性有哪些特征？

4 水质变化会影响到鱼的食欲和食性吗？

5 水温变化会影响到鱼的食欲和食性吗？

6 地域变化会影响到鱼的食欲和食性吗？

7 季节变化会影响到鱼的食欲和食性吗？

8 鱼体的内在需要的不同会影响到鱼的食欲和食性吗？

9 鱼是如何发现食饵的？

10 鱼的视觉对发现食饵有何帮助？

11 鱼的嗅觉对发现食饵有何帮助？

12 鱼的味觉对发现食饵有何帮助？

13 鱼的内耳和侧线对发现食饵有何帮助？

14 引诱重要吗？

三 鱼类的警觉性1 鱼的视力情况如何？

2 鱼有听力吗？

3 鱼对气味特别敏感吗？

4 鱼为什么喜欢逆水而游呢？

5 鱼的侧线有什么功能？

6 为什么钓鱼要注意隐蔽？

7 如何进行体隐蔽？

8 如何进行声音隐蔽？

9 怎样防止鱼类嗅觉侦探？

第三章 钓鱼须知1 什么是淡水钓？

2 淡水钓有什么特点？

<<实用钓鱼1000问>>

- 3 什么是手竿钓？
- 4 手竿钓看漂有技巧吗？
- 5 手竿钓法有哪些？
- 6 什么是多竿钓？
- 7 手竿多竿钓有什么特点？
- 8 什么是夜钓？
- 9 夜钓有什么特点？
- 10 什么是船钓？
- 11 什么是手钓？
- 12 什么是冬钓？
- 13 冬钓有什么特点？
- 14 什么是拖钓？
- 15 什么是单钩钓？
- 16 什么是插竿钓？
- 17 什么是海钓？
- 18 各钓组的作用是什么？
- 19 海钓有什么特点？
- 20 什么是海竿钓？
- 21 海竿钓有哪些注意事项？
- 22 海竿钓有什么特点？
- 23 什么是浮钓？
- 24 什么是沉底钓？
- 25 沉底钓如何看漂？
- 26 手竿沉底钓有什么特点？
- 27 什么是双钩钓？
- 28 什么是冰钓？
- 29 什么是溪流钓？
- 30 什么是台湾钓法？
- 31 什么是池钓法？
- 32 什么是滩钓？
- 33 什么是假鱼钓？
- 34 什么是卡钓法？
- 35 什么是湖泊钓法？
- 36 什么是排钓法？
- 37 什么是放钓法？
- 38 什么是蹲钓法？
- 39 什么是无钩钓？
- 40 什么是草窝钓？
- 41 什么是守钓法？
- 42 什么是轮钓法？
- 43 什么是无竿底钓法？
- 44 什么是无漂长线钓？
- 45 什么是无漂短线钓？
- 46 什么是朝天钩垂钓？
- 47 朝天钩垂钓有什么特点？
- 48 什么是戳拱钓法？
- 49 什么是戳孔垂钓法？

<<实用钓鱼1000问>>

- 50 戳孔垂钓有什么特点？
- 51 什么是筏钓法？
- 52 什么是轻矶钓法？
- 53 什么是重矶钓法？
- 54 什么是漂长线钓法？
- 55 什么是漂短线钓法？
- 56 什么是空钩蘸粉钓？
- 57 什么是锡纸钓？
- 58 什么是游钓法？
- 59 淡水游钓与海洋游钓有什么不同？
- 60 什么是射钓法？
- 61 什么是掇钓法？
- 62 什么是哨脸钓法？
- 63 什么是逗钩钓法？
- 64 什么是风线钓法？
- 第四章 垂钓必备一 鱼竿1 垂钓必备的钓具有哪些？
- 2 钓竿是什么？
- 3 钓竿按竿的材质不同如何分类？
- 4 竹竿有什么特点、如何自己制作？
- 5 芦竿有什么特点、如何自己制作？
- 6 玻璃纤维竿有什么特点？
- 7 碳素纤维竿有什么特点？
- 8 按竿梢的软硬程度如何分类？
- 9 按竿长短如何分类？
- 10 按垂钓的水域不同如何分类？
- 11 按钓竿的节数如何分类？
- 12 按垂钓的水体环境不同如何分类？
- 13 选购钓竿时要注意什么？
- 14 使用钓竿时要注意什么？
- 15 选购玻璃钢竿和碳素竿前要有哪些准备？
- 16 怎样选购玻璃钢竿和碳素竿？
- 17 怎样辨别碳素竿的真伪？
- 18 怎样使用好钓竿？
- 19 怎样保养钓竿？
- 20 海竿有什么特点？
- 21 怎样选购海竿和两用竿？
- 二 鱼线1 什么是鱼线？
- 2 鱼线的种类有哪些？
- 3 尼龙线有什么特点？
- 4 天然纤维鱼线有什么特点？
- 5 金属鱼线有什么特点？
- 6 陶瓷线有什么特点？
- 7 火线有什么特点？
- 8 怎样选择鱼线？
- 9 怎样保养钓线？
- 三 鱼钩1 钓钩由哪几部分组成、各起何作用？
- 2 常用钓钩有哪些种类和形状？

<<实用钓鱼1000问>>

- 3 鉴别鱼钩质量优劣的标准是什么？
 - 4 怎样检验钩尖是否锋利？
 - 5 怎样检验鱼钩是否有弹性？
 - 6 如何根据鱼的种类选钩？
 - 7 在生疏的水域垂钓怎样用钩？
 - 8 怎样保养钓钩？
 - 四 鱼漂1 什么是鱼漂、漂的功能是什么？
 - 2 漂的种类与形状有哪些？
 - 五 鱼坠1 什么是鱼坠、有什么作用？
 - 2 坠的种类有哪些、各有何特点？
 - 3 为什么要确定坠子的轻重？
 - 4 如何确定手竿坠子的轻重？
 - 5 如何确定海竿坠子的轻重？
 - 6 鱼坠有哪些安装方式？
 - 六 鱼轮（绕线轮）1 鱼轮有哪些种类？
 - 2 如何选配鱼轮？
 - 3 怎样选择绕线轮？
 - 4 怎样使用绕线轮？
 - 5 怎样自制缠线盘？
 - 6 怎样保养绕线轮？
 - 七 连接件1 什么是连接件？
 - 2 连接件的种类有哪些？
 - 3 怎样选用连接件？
 - 4 连结件的拴接方法有哪些？
 - 八 钓鱼辅助工具1 钓鱼辅助工具有哪些？
 - 2 支竿架起何作用？
 - 3 支竿架有哪些种类？
 - 4 抄网起何作用？
 - 5 用抄网抄鱼有哪些要领？
 - 6 撒饵器起何作用？
 - 7 撒饵器有哪些种类？
 - 8 退钩器有什么作用？
 - 9 如何自制刀式退钩器？
 - 10 鱼护有什么作用？
 - 11 使用鱼护有哪些要求？
 - 12 外出垂钓的生活用品有哪些？
 - 13 鱼具袋、备品袋的用途是什么？
 - 14 为什么要配备钓钩和浮漂小盒？
 - 15 需要准备的其他物品有哪些？
 - 16 鱼虾笼的用途是什么？
 - 17 怎样自制折叠式箱状鱼虾笼？
 - 18 餮虾网的用途是什么？
 - 19 垂钓时为什么要带折叠小凳？
 - 20 怎样自制靠背式马扎？
 - 21 蚯蚓盒及其他辅助工具怎样制备？
- 第五章 鱼饵一 诱饵1 何谓鱼饵？
- 2 鱼饵有哪些种类？

<<实用钓鱼1000问>>

- 3 诱饵有什么特点？
- 4 钓饵有什么特点？
- 5 诱饵有哪些作用？
- 6 如何使诱饵发挥最佳作用？
- 7 配制诱饵有哪些常用的配方？
- 8 饵料的配制原料有哪些？
- 9 如何投其所好配制饵料？
- 10 如何因水而异配制饵料？
- 11 如何视底而定配制饵料？
- 12 如何视饲料而定配制饵料？
- 13 粉末诱饵有何特点如何配制？
- 14 混合诱饵如何配制？
- 15 颗粒诱饵有何特点、如何配制？
- 16 药酒米诱饵有何特点、如何配制？
- 17 甜酒诱饵有何特点？
- 18 如何配制甜酒米糠诱饵？
- 19 如何配制甜酒玉米粉诱饵？
- 20 如何配制甜酒米饭饵？
- 21 麝香米诱饵有何特点、如何配制？
- 22 豆渣诱饵有何特点、如何配制？
- 23 粃红薯诱饵有何特点、如何配制？
- 24 米饭诱饵有何特点、如何配制？
- 25 菜籽饼、酒糟诱饵有何特点、如何配制？
- 26 奶糕豆粉诱饵有何特点、如何配制？
- 27 香米诱饵有何特点、如何配制？
- 28 西瓜味诱饵有何特点、如何配制？
- 29 麦麸诱饵有何特点、如何配制？
- 30 熟红薯诱饵有何特点、如何配制？
- 31 生红薯诱饵有何特点、如何配制？
- 32 马铃薯诱饵有何特点、如何配制？
- 33 小米诱饵有何特点、如何配制？
- 34 特效三合一诱饵有何特点、如何配制？
- 35 稻草灰诱饵有何特点、如何配制？
- 36 椰蓉绿豆粉诱饵有何特点、如何配制？
- 37 花生蚕豆粉诱饵有何特点、如何配制？
- 38 芋头诱饵有何特点、如何配制？
- 39 什么是荤诱饵、如何制作荤诱饵？
- 40 什么是长效诱饵？
- 41 常用的长效诱饵有哪些、如何制作？
- 42 如何使用药酒米？
- 43 有没有效果特佳的诱鱼方法？
- 44 5%山柰曲酒添加剂诱鱼法有什么特点、如何制作？
- 45 曲酒香精添加剂诱鱼法有什么特点、如何制作？
- 46 乙酰胆碱添加剂诱鱼法有什么特点、如何制作？
- 47 新鲜豆腐渣诱鱼法有什么特点、如何制作？
- 48 光亮诱鱼法有什么特点？
- 49 香精诱鱼法有什么特点？

<<实用钓鱼1000问>>

- 50 花露水诱鱼法有什么特点、如何制作？
- 51 煮大麦诱鲤鱼法有什么特点、如何制作？
- 52 中药诱鱼法有什么特点、如何制作？
- 53 特效诱鱼秘方如何制作？
- 54 青蚯蚓诱饵有什么特点？
- 55 制作青蚯蚓饵的方法有哪些？
- 56 高蛋白鲤鱼糟食诱饵如何制作？
- 57 蟹肉诱饵如何制作？
- 58 高蛋白青鱼糟食诱饵如何制作？
- 59 废物诱鱼法有什么特点、如何制作？
- 二 钓饵1 什么是钓饵？
- 2 怎样根据鱼的种类选用钓饵？
- 3 如何根据水情选用钓饵？
- 4 如何根据季节选用钓饵？
- 5 米饭素饵有什么特点？
- 6 面食素饵有什么特点？
- 7 谷粒素饵有什么特点？
- 8 麦粒素饵有什么特点？
- 9 豆粒素饵有什么特点？
- 10 菜籽饼粉、玉米粉钓饵有什么特点？
- 11 米糕素饵有什么特点？
- 12 馒头素饵有什么特点？
- 13 面饼素饵有什么特点？
- 14 草莓可以用作钓饵吗？
- 15 香蕉可以用作钓饵吗？
- 16 菠萝可以用作钓饵吗？
- 17 桑葚可以用作钓饵吗？
- 18 什么是荤饵？
- 19 常用荤面饵有哪些？
- 20 怎样制作弱腥味荤面饵？
- 21 怎样制作强腥味荤面饵？
- 22 螺、蚌或蚬肉混合诱饵如何制作？
- 23 腥味混合诱饵如何制作？
- 24 蚯蚓有什么特征？
- 25 怎样养殖蚯蚓？
- 26 蚂蚱有什么特征？
- 27 油葫芦有什么特征？
- 28 蟋蟀有什么特征？
- 29 蝼蛄有什么特征？
- 30 面包虫有什么特征？
- 31 青虫有什么特征？
- 32 青虫的装钩方法如何？
- 33 红虫的习性如何、如何饲养？
- 34 树虫的习性如何、如何捕捉？
- 35 怎样寻找树虫？
- 36 蝇蛆有何特征、如何捕获？
- 37 怎样才能不让蝇蛆成蛹？

<<实用钓鱼1000问>>

- 38 蝇蛆的装钩方法如何？
- 39 什么是假饵？
- 40 什么是毛饵？
- 41 什么是拟饵？
- 42 拟饵有哪些优点？
- 43 什么叫蘸饵、有何特点？
- 44 怎样使用蘸饵？
- 45 常用的香味料有哪些？
- 46 常用的甜味料有哪些？
- 47 怎样制作六合一果味广谱钓饵？
- 48 什么是炸弹饵？
- 49 炸弹饵有哪些种类？
- 50 香炸弹饵适合钓什么鱼？
- 51 酸炸弹饵适合钓什么鱼？
- 52 甜炸弹饵适合钓什么鱼？
- 53 腥炸弹饵适合钓什么鱼？
- 54 炸弹饵有哪些特点？
- 55 什么是酸糟炸弹饵？
- 56 制作微酸炸弹饵有什么要求？
- 57 常用的微酸炸弹饵有哪些？
- 58 怎样制作香糟食炸弹饵？
- 59 怎样制作腥糟食炸弹饵？
- 三 常用简便钓饵1 面团钓饵有何优点？
- 2 糟食素饵有何优点？
- 3 嫩玉米粒钓饵有何优点？
- 4 红薯条钓饵有哪些优点？
- 5 颗粒饲料可以用作钓饵吗？
- 6 米饭粒作钓饵有哪些优点？
- 7 蚕豆粉用作钓饵有哪些优点？
- 8 螺虫用作钓饵有哪些优点？
- 9 螺虫装钩要注意什么？
- 四 海竿钓饵1 海竿钓饵有什么要求？
- 2 纯玉米面香黏饵如何制作？
- 3 纯豆饼香糟饵如何制作？
- 4 纯玉米面香酸黏饵如何制作？
- 5 二合一香黏饵如何制作？
- 6 二合一香糟饵如何制作？
- 7 三合一香酸饵（钓鲢鱼）如何制作？
- 8 三合一香黏饵（钓鲫、鲤、草鱼）如何制作？
- 9 四合一腥糟饵如何制作？
- 10 四合一腥黏饵如何制作？
- 11 五合一酸黏饵如何制作？
- 12 五合一臭黏饵如何制作？
- 13 模拟鱼饵如何制作？
- 第六章 垂钓观天象第七章 下钩选钓点第八章 垂钓技巧一 钓鱼基本功二 打窝三 挂饵四 操竿五 看漂六 提竿七 遛鱼、抄鱼第九章 淡水鱼垂钓一 鲫鱼二 鲤鱼三 青鱼四 草鱼五 鳊鱼六 鲢鱼七 鳊鱼八 罗非鱼九 鲇鱼十 鳊鱼十一 翘嘴红鲌十二 麦穗鱼十三 鳊鱼十四 马

<<实用钓鱼1000问>>

口鱼十五 鳊鱼十六 哲罗鱼、狗鱼十七 黑鱼十八 甲鱼十九 泥鳅二十 鲈鱼二十一 鳝蛇鱼二十二 鼠鱼二十三 河蟹二十四 河虾二十五 黄颡鱼二十六 河鳗二十七 金线鱼第十章 海水鱼第十一章 四季垂钓第十二章 垂钓安全防护第十三章 钓鱼比赛

<<实用钓鱼1000问>>

章节摘录

第一章 垂钓乐趣 一 钓鱼的由来 1 钓鱼活动起自何时？

今大约六千年前，我国就已经有钓鱼活动了，从陕西西安半坡遗址的出土文物中发现了鱼纹彩陶、网具、网坠和骨鱼钩，得以证明。

不过在当时，钓鱼只是人们的一种谋生的方式。

随着社会的发展，棉麻铜铁的出现，特别是农业的兴起，钓鱼由谋生的方式逐渐蜕变成现在的悠闲的游戏，但是却给我们留下了宝贵的文化遗产。

2 有关钓鱼的文化有哪些？

钓鱼是一项独具魅力的娱乐活动，古往今来，不少名人乐此不疲。

古代很多名人、学问家都喜爱钓鱼，虽然他们垂钓的目的各不相同，但培养的情趣是一致的。

据历史记载，我国第一个钓鱼名人不是人们熟知的姜太公，而是古帝舜。

驾八骏出巡的穆天子——周穆王满，是继舜之后第二个有名的钓鱼人，姜太公是第三个有名气的钓鱼人。

晋代诗人陶渊明隐居时，垂纶养性，怡然自得。

有一次，他得知好友郑次都钓鱼去了，便立即赶了去，拿起鱼竿垂钓，并赋诗曰：“郑叟不合，垂钓川湄，交酌林下，清宫究微。

”唐代大诗人李白喜欢钓鱼，他常“闲来垂钓碧溪上”。

一次，他到安徽贵池游览，钓兴大发，坐在一河畔石头上，垂纶碧流，潇洒脱俗。

诗人柳宗元的“千山鸟飞绝，万径人踪灭。

孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪”。

寥寥几笔，勾画出了一幅寒江独钓的画卷，表现出诗人浓厚的钓兴。

宋代的陆游晚年一直以垂钓、创作为乐，一生作钓鱼的诗词有700多首。

他是一位夜钓高手，时常“江边有月夜投竿”。

陆游还谙熟傍晚钓鱼，有诗曰：“日落苔矶闲把钓，雨余篷舵乱堆蓑。

”明代江南才子唐伯虎是一位寄情烟波的钓客，从他的作品中便可见一斑，“烟水孤蓬足寄居，日常能办一餐桌。

问渠勾当平生事，不弄纶竿便读书。

”清代乾隆皇帝爱好旅游和垂钓。

他下江南时，曾先后在杭州西湖、扬州瘦西湖钓过鱼。

至今，瘦西湖中还留有乾隆皇帝的钓鱼台。

叶剑英元帅与钓鱼有着不解之缘，曾留下“轻波垂钓叟，昔日弄潮童”的名句。

1983年，中国钓鱼协会成立，叶帅担任了协会名誉主席，为我国钓鱼运动的发展做出了贡献。

从上述大量的历史资料中，我们可以清楚地认识到：从古至今，人们在垂钓活动中领略自然风光，培养高尚的情趣，是大益之所在。

二 垂钓的乐趣 1 钓鱼有哪些益处？

全世界为什么有如此之多的人喜欢钓鱼？

钓鱼为什么对人有这么大的吸引力？

有人说：“钓鱼之益不在鱼”，“一竿在手，其乐无比”。

钓鱼者把钓鱼视为人生的一大乐趣。

人们在紧张的工作之余，到江河湖海去领略一下大自然的风光，呼吸清新的空气，享受一下鱼儿咬钩时的乐趣，这是没钓过鱼的人所难以想像的。

生活是一种艺术，也是一门科学。

生活本身是千变万化、丰富多彩的。

会生活的人会在这千变万化、丰富多彩的生活中，得到更多的快乐。

运动是生活中一个重要而瑰丽的光环，它给人以无限的兴趣和欢乐。

2 钓鱼是一项健身运动吗？

<<实用钓鱼1000问>>

一位名人说：“人生在世，最高的境界是真、善、美，最佳的心境是知足，最大的财富是健康。”

人们要想有健康的体魄，就要从许多方面去努力，其中重要的一条就是运动。

“流水不腐，户枢不蠹”，“生命在于运动”。

然而，由于交通工具和许多生活用品的现代化，省去了人们的许多体力劳动，因此人们的活动量大大减少，“养尊处优”者越来越多。

不少人也由于四肢不勤、营养过剩而导致腰粗体胖；也由于缺乏锻炼，新陈代谢减缓，不少慢性病乘虚而入——肥胖病、糖尿病、冠心病、高血压病、神经衰弱、动脉硬化病患者越来越多，发病年龄越来越小。

对此，必须引起高度重视。

医学专家指出，16岁以上的人每周至少应参加3次体育活动，每次活动不得少于30分钟；每个人应掌握3~5种锻炼方法。

钓鱼活动是一种很好的锻炼方法，与打太极拳、练健身操、舞剑等活动有同样的趣味性。

在钓鱼前，要准备钓具、准备饵料，这时手、脑都已经在运动了。

垂钓时，总是少不了步行，穿田野，跨溪涧，寻找适宜的钓场，活动量较大，但因为心中有目标，有企盼，就不觉得累。

钓鱼时，不断投饵，一会儿坐，一会儿站，一会儿换钓位，人体的各个部位都在运动，而且是充满乐趣、激情、兴奋的运动，使身体更加充满活力，促进血液循环和新陈代谢。

因此说，钓鱼是一项很好的健身运动。

3 钓鱼能使人心情愉悦吗？

人们常说“吃鱼哪有钓鱼乐”。

的确，钓鱼多是在幽美的自然环境中进行，尤其是春天就更美了，洁净如洗的蓝天，满目的绿色，鸟儿啁啾，和煦的阳光使人感到暖融融的，格外舒畅。

垂钓时更使人精神愉快，特别是钓着大鱼，人要在岸边遛鱼，与鱼斗智，鱼儿在水中时隐时现，摇头摆尾，激起浪花，垂钓者从手感到全身，都感到兴奋和快乐，别有一番情趣。

马克思曾说过：“一个美好的心情，要比十付良药更能解除心理上的疲惫和痛楚。”

出外钓鱼，精神放松，心情愉悦，身体的各个器官都处于有序的工作状态。

如果能经常参加钓鱼活动，对人体的健康肯定会有好处。

特别是对那些患植物神经功能紊乱、心悸胸闷、轻度肺结核的病人以及身体处于病后康复期的人更有益处。

野外绿色植物多，空气中含有丰富的负离子，负离子就是带负电荷的离子。

负离子被人吸入后能同体内的血红蛋白及钾、钠、镁等正离子结合，使血液中的氧增多，非常有利于保健。

钓鱼活动很适合中老年人的生理特点。

它既可以充实生活，排除不良情绪，又可以抗老防衰和延年益寿。

在人的健康长寿因素中，除了遗传和社会因素外，主要决定于合理的生活习惯、适宜的运动、安静的生活环境和愉快的情绪。

人步入老年，尤其是离退休后，如果没有什么特殊爱好，精神无所寄托，容易感到生活枯燥无味，会产生苦闷情绪，脾气变坏和有孤独寂寞的感觉。

想愉快地度过晚年，必须有好的心情。

因此，老年人从事钓鱼活动，既可以改变生活环境，又可以起到锻炼身体的作用，有利于身心健康，从而延年益寿。

4 为什么说钓鱼可使人健康长寿？

“寿多出白鲜为人知的山野”，这是被人们公认的。

科学家通过实验认为：生物体如长时间地静止不动，他的器官就会老化、功能退化，丧失应有的活动能力。

如果强制一名身强力壮的小伙子静止不动，那么过不了几个月他就有站不起来的可能。

钓鱼活动大多在野外进行，日出而往，日落而返。

<<实用钓鱼1000问>>

路途的劳累不算，仅钓鱼就足足活动了一整天，这对身体无疑是很好的锻炼。

新鲜空气，是人健康长寿所必需的。

一个长期生活在室内的人，犹如温室里的花朵，经不住风吹日晒，往往是面色苍白、四肢乏力、失眠健忘、精神不振，长此下去，还会诱发慢性疾患。

主要原因是长期呼吸被污染的空气。

如果你的生活环境改变一下，到野外去垂钓，情况就会好转，那里有任你沐浴的灿烂阳光，有任你呼吸的新鲜空气，有任你欣赏的真山真水，还有任你垂钓的各种鱼类……这些都是对你的血液循环和新陈代谢非常有益处的自然条件，是用金钱买不到的。

据资料记载，在清新的环境中，空气中含有大量带负电核的分子——负离子。

负离子被吸入人体，可产生负离子效应。

就是说，这种负离子与血液中的血红蛋白及钾、钠、镁等正离子结合，使血液中的氧增多，携带的营养物质增多，使人感到舒服，精力就充沛。

据专家测定：城市每立方厘米的空气中仅含负离子40~50个，室外只有100~200个，公园和郊外一般含800~1000个，而海边和瀑布区则高达20000个以上。

分子气体分压越高，进入肌体的溶解度就越高，血液中的氧合血红蛋白就越多，从而使人的肌体功能得到改善。

明显地体现在耳聪目明，手脚灵便，四肢有力等方面。

从这个资料看，人们所说的“要想身体好，就往水边跑”是有道理的。

垂钓能调节人的中枢神经系统。

垂钓者在静谧、优美的环境中，意念集中于眼、脑，专心致志，把疲劳和烦恼忘得一干二净，一心一意地想钓鱼。

此时，如果鱼漂沉浮，鱼竿一提，一条活蹦乱跳的鱼被你钓获，相信你的高兴程度是难以名状的。

俄国著名生理学家巴甫洛夫曾有过论述：“中枢神经系统的高级部分——大脑皮层及其最接近的皮层核——对肌体的各种功能具有主导作用。

”上面说的垂钓者钓上鱼的时候所产生的情绪，就起到了调节中枢神经平衡的作用，从而达到强身健体的目的。

俗话说“笑一笑，十年少；愁一愁，白了头”，就是告诉人们经常保持乐观情绪。

5 垂钓真的能防治某些疾病吗？

实践证明，垂钓活动对下列疾病的防治有明显的效果：慢性肝炎、肺结核、支气管炎、肺气肿、慢性胃炎、消化性胃溃疡、消化不良、习惯性高血压、轻度冠心病、植物神经紊乱、神经官能症、失眠、神经衰弱、肩周炎、颈椎病等。

有些人以前因长期坐办公室，患有严重的失眠症。

每到晚上，本来睡意很浓，但头只要一挨枕头，便又精神起来。

越是想睡，越不能入睡，服用安眠药，反而更精神，翻身打滚地折腾一夜。

次日起来眼皮像被白矾水洗过似的发涩，四肢无力，无精打采。

自开始学钓鱼以后，虽然在星期天垂钓，失眠症却神奇般地好了。

钓过一天鱼，回家后，往往是脑袋一挨枕头就鼾声大作，一觉睡到天亮。

这样的经历，许多钓友都深有同感。

只要提起钓鱼的好处，每一个钓友都能讲出许多自己的切身体会，津津乐道。

6 为什么说钓鱼是阳光下的健康疗法？

钓鱼是一项有益于身心健康，增进情趣的体育项目。

被誉为人类健康三大要素的日光、空气和水，它们特别偏爱于垂钓者。

现代医学证明，一些病菌在阳光的直射下几十分钟就会死亡。

阳光不仅有杀菌作用，而且还有增进皮肤健康、提高造血机能、改善血液循环、促进新陈代谢的作用。

如果一个人长期生活在空气污染的环境下，大脑细胞就会过早衰老，人体老化就会提前到来。

现在国外十分重视“森林疗法”和“钓鱼疗法”。

<<实用钓鱼1000问>>

据科学家证实，如果每个人有25%的效率，就会使人感到心情舒畅。

钓鱼是在大自然里进行的，光是这种环境的转换、空气的新鲜、阳光中紫外线的照射以及钓者本身怡然自乐的心情，就足以使钓者增进健康、延年益寿，何况钓者还骑车（坐车、徒步等）、攀登、采集饵料、静坐、抬竿、换食、摘鱼等手脚不停，而这种运动又不是简单的机械运动，那是在千变万化的环境和心情十分愉快的条件下进行的，因而能使垂钓者在不知不觉中达到锻炼身体、增进健康的目的。

钓鱼活动高尚清雅，有动有静，动静相宜，是人们修身养性、防病治病和增强体质的理想运动形式。一个人如果长期垂钓，不但可以陶冶性格、培养耐力、调剂生活、消除疲劳，而且还会使你体力充沛、精力旺盛地去学习和工作。

钓鱼首先要静。

在环境优美的岸边静静地等待着鱼儿上钩，静观渔漂的起伏和竿梢的颤动。

静，鱼儿不被惊扰，容易上钩；静，思想放松，精神集中起竿才能及时；静，长期保持安静，对陶冶性格、改变脾气会更有效；静，肌肉放松，神经完全处于一种忘我的入静状态，可以起到锻炼的效果。

静，也是钓鱼的首要特点，脾气急躁的人在垂钓中会逐步得到改善的。

人的疲劳是从神经系统开始的。

静会使神经系统处于松弛状态，消除神经系统的紧张与疲劳，使大脑皮层的兴奋和抑制得到协调，有医治、缓解动脉硬化及神经衰弱等疾病的作用。

假如你常到野外垂钓的话，就可以享受充足的阳光、新鲜的空气和水光山色的无限乐趣。

许多垂钓者的实践证明，令人心旷神怡的自然环境，会使人流连忘返，真正体会和感受到大自然给予人类的无限乐趣和益处。

7 鱼有哪些实用价值？

鱼含有丰富的营养物质，是美味佳肴的上品，又具广泛的用途。

所含较高的蛋白质，极易被人体吸收，消化吸收率可达96%。

此外，还富含脂肪化合物、钙、磷、铁、维生素A、维生素B1、维生素B2、维生素D等元素，是其他肉类食品无法比的。

鱼油同其他动物脂肪比较，含有多不饱和脂肪酸，能降低人体的胆固醇和甘油三酯，可防止动脉粥样硬化和冠心病。

常吃鱼还能防治糖尿病，能使皮肤细嫩。

因为鱼极易消化，所以适合老年人、病人、儿童食用。

其中所含维生素A、维生素D是儿童生长发育所必需的。

鱼的品种不同，所含的营养也不同。

可治疗某些疾病。

鲤鱼利尿、消肿，红小豆炖鲤鱼可治浮肿，鲤鱼汤可以醒酒；鲫鱼健脾、增乳；甲鱼是祛病健身之上品，能扶正祛邪，对各种癌症在化疗、放疗期间有助疗效；黄花鱼耳石可治疗化脓性中耳炎；鱼鳞酥可治疗胃、十二指肠溃疡；清炖鳊鱼可以补钙等。

第二章 了解鱼 一 鱼类的生活习性 1 鱼类为什么生活在不同的水层？

鱼是生活在水的不同层面的。

如鲫鱼、鲤鱼、鲇鱼生活在水的下层；草鱼、鲢鱼、鳊鱼多生活在水的中层；而翘嘴鲈、鳊鱼却生活在水的上层。

这主要是因为不同的鱼对氧气的需求量不同，也叫耐氧力的差异。

水中的氧气的分布并不均匀，下层少，上层多。

由于鲫鱼、鲤鱼耐氧力强，生活在哪里都行，但水底的食物较丰富，所以它们爱在下层生活。

鲢鱼、鳊鱼的耐氧力差一些，在水底因为需求的氧气不足，所以自然不乐意在水底生活，加之它们吃食的方式是滤食，以浮游生物为主，而水的中上层的浮游生物自然多于水的下层，所以它们选择了水的中层或上层生活。

鲈、小鲈鱼的耐氧力更差，所以在氧气相对比较丰富的水的上层生活。

<<实用钓鱼1000问>>

钓鱼人都知道，若钓了鳝鲈鱼，不一会儿就会死，而鲫鱼可以带回家，即使夏天，回家后有的鲫鱼还活着，这说明鲫鱼的耐氧力最强。

了解了鱼在各水层生活的特征，钓鱼人就会在不同的水层钓不同的鱼。

如钓鲫鱼，自然应当把钩沉到水底；若钓鲈鱼，自然在水的上层下钩。

因为鱼生活在不同的水层，所以才产生了底钓、悬钓、浮钓的不同钓鱼方法，也使钓具形成了不同的结构。

2 鱼是怎样呼吸的？

鱼的呼吸器官不是鼻孔，而是头部两侧的鳃。

鱼鳃的结构，有鳃片、鳃丝和鳃小片。

鱼在水中游动时，鳃片、鳃丝、鳃小片完全张开，使鱼鳃与水的接触面扩大，以增加摄取水中氧气的机会。

如：一条10克重的小鲫鱼，鳃全部张开后面积可达17平方厘米。

鳃小片上有丰富的小血管，是气体交换的场所，血液和水只隔着很薄的血管壁，氧气就是从这里进入血管的。

鱼若是离开了水，鱼鳃就张不开，互相粘连，并由于缺水而变得干燥，不能吸收空气中的氧气，因而鱼就会死掉。

死了的鱼的鳃苍白无血色。

这也是我们辨别鱼的鲜活程度的一个标志。

钓鱼人都知道，夏天钓鱼，不等到家，鱼护中的鱼就死得差不多了，只有那些个体较小的鲫鱼仍活着，鳝鲈、鲈鱼死得最快。

到了秋末初冬或早晨护中的鱼成活率就高一些，这是因为温度较低，鱼鳃在空气中干燥得慢一些。

由于气温较低，鱼的耗氧量也减少，所以成活的时间长。

一些人说“鱼浮头”现象是鱼想从空气中吸氧气，笔者不敢苟同。

鱼浮头时其嘴仍然离不开水，只是在水的表层吸水，在吸水的同时吸收水中的氧气而不可能从空气中吸收氧气。

因为水的上层氧气含量较水底丰富一些。

另外鱼喝水时会造成水的波动，水的波动又增加了水与空气的接触，从而增加了水的溶氧量，鱼会吸收较多的氧气。

3 氧气与鱼的生活有什么关系？

氧气是人类和一切动物生存的首要条件。

鱼同样离不开氧气，鱼的耐氧能力比较强（尤其在低温时），但在离氧几小时后也会死亡。

钓鱼者必须懂得水中的溶氧量情况，寻找溶氧量较高的水域下钩，才会有收获。

因为，水中溶氧量的多少与鱼的生活有直接关系。

若溶氧量低，鱼就不游动，就无食欲。

若溶氧量丰富，鱼才活跃，才游弋，才觅食，这时钓鱼人才能钓到鱼。

4 鱼与水生植物的关系如何？

鱼的存活是靠水中的氧和水中的各种生物来维持的。

河塘中水生植物的多少和氧的含量的多少，直接影响到鱼的活动情况。

水生植物常指河塘草、浮萍、藻类等，它们不仅是草鱼、青鱼的主要饲料，而且在白天光照作用下，进行光合作用，放出氧气，吸收水中的二氧化碳。

在夜晚和凌晨没有光照的条件下，水生植物进行呼吸作用，大量吸收水中的氧，放出二氧化碳。

因此在长满水草的河塘，清晨就会大量缺氧，此时深水处的鱼会向上层游去，快速地用鳃呼吸，和水生植物在拼命地争夺氧气，以维持自己的生命。

另外，水生植物在春季能为鱼的产卵提供场所，在夏季为鱼遮阳留荫，所以在白天有水生植物的地方鱼会多一点。

5 鱼与水情有什么关系？

水情指的是水温、水色、水的深浅、水位涨落、水的流速、水的含氧小量等。

<<实用钓鱼1000问>>

水温是指水体的温度，与季节、深度等因素有关。

一般情况下，水温上升，鱼的呼吸次数增加，摄食强度加大，新陈代谢旺盛，生长加速。

例如：夏季河塘水表温度很高，深水处却很凉爽，鱼都集中于此。

如下了一阵小雨，刮了一阵风，水表温度下降了，此时鱼都在水体上层觅食。

水色指的是水的颜色。

鱼适宜的水色是乳白色、淡黄色，其次是淡绿色、淡青色。

被污染的水色发灰、发红、发黑，水中泡沫多，鱼极少。

淡绿色的水塘浮游生物很多，一般出现在春、秋两季，鱼一般在岸边和浅水处觅食。

另外，非常透明的水体中一般也很少有鱼。

<<实用钓鱼1000问>>

编辑推荐

国内权威钓鱼专家针对钓鱼爱好者多年钓鱼过程中遇到的实际问题进行全方位解答。

采用一问一答的方式直接地介绍目前各种钓鱼器具的选购、用途、用法，介绍各种钓鱼技法的技术特点与技巧等相关知识。

目前为止最全面、最实用的钓鱼一本通。

<<实用钓鱼1000问>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>