

民族传统体育信息网络化建设的现状及实施对策研究

◆ 肖宪平 刘少英

摘要:通过文献资料调研法、专家访谈法、逻辑归纳法,从现代信息技术学、网络技术学、信息学角度分析民族传统体育信息网络化建设的现状。结合民族学、教育学、管理学、社会学等方面的知识来挖掘民族传统体育信息网络化建设的价值,借鉴现有的信息网络化建设的研究成果,全面系统地研究体育信息网络化建设的对策,对民族传统体育信息网络化建设提供一定的理论参考依据。

关键词:信息网络;民族传统体育

前言:

在知识经济时代,以因特网为代表的现代信息技术高速发展,犹如铺天盖地的惊涛骇浪,载着海量的信息向人类生活的各个领域发起猛烈的冲击。信息网络化是现代科学技术迅猛发展,世界经济走向全球一体化,社会精神需求与物质需求趋向多元化的产物。民族传统体育是中国体育事业的重要组成部分,是中华民族宝贵地文化遗产。许多优秀的民族传统体育项目,不仅具有很强的健身价值,而且还有很高的艺术价值和丰富地娱乐、教育功能。面对新时代的宝贵机遇与严峻挑战,推进我国民族传统体育信息网络化建设已经成为我国民族传统体育保护的重要战略,将是我国新世纪体育信息化战略的重要组成部分,对实现我国民族传统体育事业的跨越式发展,加快民族传统体育现代化进程具有极为重要的意义。

在信息网络中,民族传统体育信息网络化建设中还处于零散的阶段,没能充分地展现民族传统体育的风采,对民族传统体育的发展有较大的困难,对民族传统体育传承和现代化发展存在一定的影响。因此,本文深入分析民族传统体育信息网络化建设的现状,挖掘民族传统体育信息网络化建设的价值,借鉴现有的信息网络化建设的研究成果,全面系统地研究体育信息网络化建设的对策,对民族传统体育信息网络化建设提供一定的理论参考依据。

1、民族传统体育与信息网络化概念

1.1 民族传统体育概念

民族传统体育是指特定的民族在一定的范围内开展的,从传统社会沿袭下来的,具有浓厚民族文化色彩的,对人体生理特征进行改造的各种身体活动的总称。[1]

1.2 信息网络化概念

信息网络化是指通过全社会广泛地使用信息网络,极大地提高经济和社会运行效率,加速信息资源的开发和利用,实现信息资源的高度共享,进一步优化资源配置,最终大幅提高全社会的生产效率。信息网络化是科学技术发展与社会需求增长的产物,对生产力发展与文明进步具有明显的倍增效应和催化作用。[2]

2、信息网络中民族传统体育的现状

2.1 信息网络的现状

第19次中国互联网络发展状况统计调查结果显示,2006年中国互联网络不仅在整体上保持了快速增长,中国互联网络已经进入了宽带时期。其中网民人数、上网计算机数分别达到了13700万人、5940万台,与去年同期相比分别增长了23.4%和20.0%,中国域名总数为4,109,020个,其中CN下注册的域名达到1,803,393个,与去年同期相比,增长了64.4%;中国网站总数达到了843,000个,网页总数达到44.7亿个,网页字节总数为122,306GB,网络国际出口带宽总量达到256,696M,中

国大陆的IPv4地址数达到了98,015,744个。[3]

网民人数、上网计算机数、域名数、网站数、网页数、网络国际出口带宽以及IP地址数等信息可以从整体上反映一个国家的互联网络发展程度与普及程度。[3]中国网民总数在快速增长,但是13700万网民在中国13.1亿总人口中还仅占10.5%,2006年更只有8.5%。可见,目前互联网络的普及程度还很低,不过未来的发展空间比较大。其中网络、电视和报纸是网民获取信息的主要途径,比例分别为网络85.0%,电视66.1%,报纸61.1%。

根据按编码形式分类的网页(如表1所示)情况可以看出我国的英文网站所占比例还是非常的小。英语是当今世界上主要的国际通用语言之一,也是世界上最广泛使用的语言。英语的使用范围非常广泛。世界上70%以上的邮件是用英文写或用英文写地址的,全世界科技出版物70%以上用英语发表,全世界的广播节目中,有60%是用英语进行的。总之,英语是一个重要的交际工具,英文网站的增加能有助于中华民族文化的传播,有助于全世界人们认识中华少数民族传统体育,了解中华民族宝贵地文化遗产,有助于优秀民族传统体育项目传播到世界各地。

表1 按编码形式分类的网页

| 简体中文 (GB) | 繁体中文 (BIG5) | 英文 | 其他 |
|--------------|----------------|------|------|
| 95.4% | 4.5% | 0.1% | 0.0% |

(数据来源:第19次中国互联网络发展状况统计报告)

按网页内容形式分类的网页(如表2所示)和多媒体形式分类的网页(如表3所示)表明我国网页内容和形式还比较单调,视频、SWF(FLASH动画)、MP3(声音)所占比例特别少,分别为0.3%、1.0%、0.1%,可以看出我国的网络信息主要体现在文本和图片形式上,内容过于单调,缺少吸引网民关注的多媒体资源。然而民族传统体育项目的传播,最主要还是以直观的视频和多媒体,我国现有的信息网络中还存在很大不足,让人们认识了解民族传统体育必须要加大视频、音频以及多媒体的研制。

表2 按网页内容形式分类的网页

| 文本 | 图像 | 音频 | 视频 |
|-------|-------|------|------|
| 70.2% | 29.5% | 0.0% | 0.3% |

(数据来源:第19次中国互联网络发展状况统计报告)

[见表3](数据来源:第19次中国互联网络发展状况统计报告)

2.2 信息网络中民族传统体育的现状

通过www.baidu.com和www.google.com等大型搜索网

表 3 按多媒体形式分类的网页

| 多媒体形式分类 | 比例 |
|---------|-------|
| gif | 87.9% |
| jpg | 10.9% |
| swf | 1.0% |
| ppt | 0.4% |
| mp3 | |

站的搜索,发现信息网络中除了一部分以武术或散打专业的网站外,找不到详细介绍少数民族传统体育的专业网站,少数民族传统体育信息还主要集中在这几届全国少数民族传统体育运动会的网页资料,而且,只有第八届全国少数民族传统体育运动会的网站有自己独立的域名(www.8mgz.cn),其他几届民运会的网站都是依附于其他网站作为一个民运会专栏出现。没有一个完整的英文网站来宣传中华民族传统体育,网页内容最主要的还是以文字内容为主,穿插部分图片,除有个别的武术及散打教学的视频外,极少看到少数民族传统体育视频资料,更谈不上什么少数民族传统体育的网络教学。

2.3 信息网络中民族传统体育的不足

这表明我国民族传统体育的信息网络建设在总体上还处于初级阶段,低于我国现有的互联网水平,主要体现在少数民族传统体育信息网络建设投入太少,基础设施薄弱;民族传统体育信息资源的开发、应用和保护滞后;信息化意识不强且缺乏相应的政策导向和制度保障;理论建设与应用研究滞后等。这些因素在一定程度上制约了民族传统体育信息化建设的推进。如果这些问题仍得不到高度重视和根本解决,将对我国少数民族传统体育的保护、整体发展以及推广产生不利影响,并将影响到全国非物质文化的保护,影响到少数民族地区的全民健身活动的开展。由此可见,关注信息网络技术在体育领域内的应用,推进体育信息化建设,加强体育事业和体育产业的管理,优化配置、合理利用我国体育信息和各种资源,提高体育事业和产业的社会效率及经济效益,是我们能否落实科学的发展观,抓住机遇,实现民族传统体育信息化稳步发展的重要环节。

3、民族传统体育的信息网络化的价值

中华民族传统体育是各民族世代相传,以发展身体、增进健康、提高身体机能为目的的人类社会活动。其形式丰富多彩,其内容博大精深,涉及养生、健身、竞技、搏击、休闲、娱乐等方面,是祖国重要的、宝贵的文化遗产。

当今信息网络的飞速发展,对民族传统体育的发展既是机遇,又是挑战。信息网络的传播速度远大于书籍的传播速度,我们要充分利用网络这个文化传播的阵地去宣传民族传统体育文化,介绍民族传统体育的辉煌历史,剖析民族传统体育的精髓,使世界人民对中华民族传统体育文化有进一步的认识和了解。为此,我们将有计划地把各民族传统体育项目,根据起源、发展以及现今流传的运动形式,采用文字、图片、声音、视频、FLASH及3D等方式制成生动直观的信息网络化产品。让世人了解中华民族的文化瑰宝,宣传中华民族文化,真正做到“民族的就是世界的”。同时要有意识地将西方民族传统体育的发展历程,利用网上信息资源介绍给中国大众,使中国的百姓更为清楚的了解西方体育的发展,为我国民族传统体育的发展提供一定的参考价值,吸取西方民族

体育发展的优秀文明成果。

民族传统体育信息化建设这对民族传统体育文化的发展有着非同寻常的意义和价值:一是可以保护民族传统体育文化的多样性,有利于对部分正濒临消亡的民族传统体育项目及其文化的保护,并思考如何把这种传统资源实现向信息化的转化;二是可以推动民族传统体育项目的传承和发展;三是更好地使民族传统体育适应社会的竞争,推动民族体育数字化、网络化和整体化的建设,提供高质量和高效率的体育文献信息服务,满足体育教育、科研、训练和管理的信息化需求。

4、民族传统体育信息化建设的对策

4.1 建立民族传统体育综合性网站,加速民族传统体育网络资源共享。构建民族传统体育综合性网站,真正做到集“民族传统体育信息资源数据库、教学训练、竞赛管理”为一体的综合性网络平台。把民族传统体育信息资源、民族传统体育教学训练、民族传统体育竞赛管理等功能全部在网络平台上体现出来,将有利于民族传统体育网络信息资源的系统性和完整性,加快民族传统体育资源的流动;有利于中华民族非物质文化遗产的保护。使人民大众在信息网络中系统地了解民族传统体育,增强人民对民族传统体育的喜爱,促进民族传统体育在全民健身运动中的发展。

4.2 成立民族传统体育网络信息管理机构,加强民族传统体育网络信息管理,加大民族传统体育信息网络宣传,提高信息网络化的认识。成立民族传统体育网络信息委员会,各省市地区相应的成立分会,以民族传统体育综合网站为网络信息平台,加强民族传统体育网络信息的管理,规范现有民族传统体育项目网络信息,纠正网络信息中存在的错误,扩大民族传统体育信息交流,促进各地区民族传统体育项目的保护和宣传。通过省市开展的民族传统体育运动会,针对性的对民族传统体育项目进行宣传和数字化处理,并将民族传统体育项目通过网络平台展示给人们。鼓励人们挖掘和整理民族传统体育项目时尽量做到数字化、网络化,提升民族传统体育项目在网络信息中的比重,同时强化网络信息资源的共享,扩大其网络影响力。

4.3 鼓励社会和个人投资民族传统体育综合性网站,加快民族传统体育网络资源的多样性,提升网络信息质量。为民族传统体育综合性网站的良好运营提供一定的经济保障,促进民族传统体育项目信息化、网络化发展,同时也为社会和个人带来相应的回报,达到双赢的效果。加快民族传统体育网络资源的开发,逐步实现集文字、图片、声音、视频、FLASH动画及3D等方式的民族传统体育网站及民族传统体育虚拟博物馆,扩大国际上民族传统体育网络信息大潮的影响力,向全世界宣传中华民族传统体育文化。

4.4 提高民族传统体育网络教学训练和竞赛管理的应用,扩大民族传统体育信息化建设的影响。民族传统体育信息网络资源不但要包括介绍各民族传统体育项目的起源、发展和演变,更重要的是利用信息网络资源使民族传统体育深入到人民大众的全民健身运动中以及民族传统体育运动会竞赛管理。因此,我们在民族传统体育信息化过程中更要提高民族传统体育在网络教学训练中的系统性,结合相应的文字、图片、声音和视频把民族传统体育系统清楚的讲授给人民大众,同时还要发挥民族传统体育网络平台的优势,加强民族传统体育竞赛管理、宣传等工作。总之民族传统体育信息化建设将有利于民族传统体育的教学训练和竞赛管理工作,为民族传统体育项目的保护和传承提供一个更好的平台。

普拉提理论的构建

◆ 张 乐 杨 杨

摘要:本文以普拉提在国内外的发展为背景,在阐述普拉提的来源、健身理念、健身原则、分类及功能的基础上,预测了它在我国未来的发展趋势,使业界更加全面的认识这项运动,为普拉提在我国健康的发展提供理论参考。

关键词:普拉提;意念;呼吸

普拉提是由德国人约瑟夫·普拉提创立并推广的,它融入了西方人身体肌肉的训练手段和东方人身心合一的健身理念,通过对身体核心部位(包括腹横肌、腹内斜肌、腹外斜肌、腹横肌、竖脊肌)的控制,配合有节奏的侧胸式呼吸法,在垫上或运用专业器械进行深层肌肉练习的一种健身方法,在强化腰腹及臀部肌肉力量的同时能够加强机体器官的功能,增强身体的控制、柔韧和协调能力。它最初被用来给运动员和病人进行运动机能的恢复理疗,后来逐渐发展成为一种健身运动。

普拉提已经在欧美流行了很多年,它不仅是一种健身方法,还有很多理疗师将普拉提运用于理疗的各个领域,其中包括外科、老年医学、治疗慢性疼痛等等。普拉提于2003年传入我国,它的发展在我国还处在刚刚起步的阶段,对此领域的理论研究还相对比较滞后,本文以普拉提在国内外的发展为背景,着重阐述了普拉提的健身理念、原则、分类及功能,使业界人士更加全面的认识这项运动,为普拉提在我国健康的发展提供理论参考。

1. 普拉提的来源

约瑟夫·普拉提于1880年出生在德国,童年时就患有气喘、佝偻、风湿等诸多病痛,他参加了大量的体育锻炼,以顽强的毅力克服了身体的病痛,14岁的时候,他惊人的在滑雪、跳水、体操等多项运动中都颇有造诣。在长年的学习锻炼中,他不断总结、积累、创新,集瑜伽、武术这些古老的健身方式与西方强身健体的健身方式为一体,创造了一套独特的均衡肌体的训练体系,普拉提将这种健身术命名为“控制术(Controllogy)”。第一次世界大战爆发,约瑟夫·普拉提被囚禁在集中营里,一场流行疾病夺去了几千人的性命,但许多跟着约瑟夫·普拉提一起锻炼身体的人却毫发未损,人们这才意识到普拉提训练方法的功效。约瑟夫·普拉提还因地制宜的自制简单的器具为营中的病患者进行康复练习,给病患者带来很大的帮助。战争结束后,约瑟夫·普拉提在德国继续着自己的健身事业,德国军队曾邀请他担任训练士兵的教官,但被拒绝。1923年,约瑟夫·普拉提将这种健身方法带到了美国,1926年普拉提夫妇在纽约的芭蕾城建立了第一家普

参考文献:

- [1]白晋湘.民族传统体育文化学[M].北京民族出版社,2004.
- [2]肖沛雄.中国体育与信息高速公路:中国体育信息化建设的理论与实践研究报告[M].2006,1.
- [3]中国互联网络信息中心.第19次中国互联网络发展状况统计报告[M].2007,1.
- [4]金五伦.信息高速公路与文化发展[J].中国社会科学.1997,(1).
- [5]赵云宏.新时期我国体育信息化建设若干问题的思考.中国体育科技,2005,4(41).
- [6]周兰君,张天建.国内外体育信息化发展现状及对策研究[J].广州体育学院学报,2003,6.

拉提工作室。著名的舞蹈家鲁道夫·冯·拉班(Rudolf von Laban)最先将普拉提的部分训练方法引进了他的舞蹈教学之中。随着时间的推移,越来越多的舞者喜欢上了这种健身方法,同时也被芭蕾体操等相关项目列为特殊的训练方法。普拉提因此得名。

2. 普拉提的发展

2.1 普拉提在国外的的发展

普拉提在国外的的发展已经有80多年的历史了,长期以来,普拉提只是舞者、演员、运动员独有的辅助健身方法。直到20世纪90年代,随着健身运动在世界范围内的升温与普及,这项运动才被广泛的运用在大众健身行业、医疗康复机构中病人的肌肉功能及力量的恢复等领域。在美国,10年前仅有5000人练习普拉提,而今这个队伍已经发展到了900万人,据美国健身委员会2005年健康趋势预测,普拉提这种身心结合的传统项目更加流行,已经成为一种新流行趋势[1]。

2.2 普拉提在国内的发展

普拉提于2003年传入中国,最有影响力的是2004国外的专业导师以第一届北京国际健身大会为平台,将普拉提作为大会培训课程之一对来自全国各地的健身教练进行短期培训。之后经过短短几年的发展,其显著的健身功效和独特的健身理念正在被越来越多的人所认识、接受,普拉提在国内还处于起步阶段,在北京、上海、广州等城市的一些大型健身俱乐部和健身会所相继开设了普拉提垫上课程,但是能够提供专业的普拉提重组训练(Reformer)进行训练的健身场所就很少了,但国内已经有俱乐部提供Reformer课程,以后还会有更多提供Reformer课程的俱乐部,更多的专业普拉提设备也会相继出现。

普拉提在我国有着很大的市场需求和发展潜力,其发展前景非常乐观。目前,提高教练员的指导水平是亟待解决的问题,对于普拉提教练来说,参加系统的课程培训、掌握科学的运动知识、保证项目的完整性和正确性是非常必要的。迄今为止,国内还没有一家普拉提资格认证机构,随着我国健身产业与国际接轨,国外的培训代理机构于2004年北京国际健身大会之后纷纷进驻中国市场并且在北京、上海等大城

[7]裴立新,肖沛雄,吕树庭.我国体育信息化建设进程中的数字机遇与数字鸿沟[J].西安体育学院学报,2003,10.

[8]白晋湘.民族传统体育的现代化与现代化中的民族传统体育[J].体育科学,2004,01.

[9]杨玲.信息化时代网络文化与民族文化的重塑[J].甘肃社会科学,2007,03.

基金项目:国家体育总局课题(1266SS08084);湖南省研究生创新基金课题;

(作者简介:肖宪平 1982-,男,湖南吉首大学体育科学学院在读研究生;

刘少英 1959-,女,湖南吉首大学体育科学学院教授、硕士生导师。)