

《冬奥奇缘——遇见冰雪赛场和中国榜样》

谢军著 接力出版社 2021年7月

本书介绍了花样滑冰、越野滑雪、北欧两项、钢架雪车等冬奥会全部15个运动项目。通过简洁的描述和直观的插图,读者可以轻松了解每项运动的形式、特点和历史沿革等信息。除了基本知识介绍,本书还特别设置了三个板块:“冰雪运动在中国”主要讲述中国各项冰雪运动发展中所实现的突破;“冬奥奇闻”汇集了冰雪赛场上的奇闻趣事;“冰雪之星”则讲述了50名运动员的杰出成就和动人故事。这50名运动员中,有的通过刻苦训练屡获殊荣,有的带伤比赛而不轻言放弃,还有的怀着对运动的热情不断超越自我。

中国举办冬奥会正是青少年了解冰雪运动的契机。希望这本书能让读者感受到冰雪运动的魅力,从而走近冰雪运动,爱上冰雪运动;也希望他们能够感受和学习运动员榜样积极参与、公平竞争、尊重对手与奋勇拼搏的精神,并因此受益终身。

《滑冰技能等级标准》

中国滑冰协会审定 人民教育出版社 2021年7月

本书是中国滑冰协会以2022年北京冬奥会为契机,推进“三亿人参与冰雪运动”,贯彻《全民健身计划纲要》,具体落实“体育强国”“健康中国”国家战略和《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》等文件精神,进一步普及和发展滑冰运动,以规范和提升我国滑冰运动水平而研究编制的。

本书装帧精美,文字通俗易懂,图片生动形象,科学规范地描述具体的等级动作标准和测试方法等内容,同时还配有直观、形象的测试方法演示视频,读者可通过中国滑冰协会公众号扫描书中二维码进行观看和学习。

《一起去看冬奥会》

新华通讯社、萌娃童书编著 新华出版社、北京理工大学出版社 2021年12月

3个冬奥村,5大冬奥场馆,8大冬奥主题,15个冬奥项目,数百个奥运知识点,超200个互动结构零部件,近千个日夜设计创作;从冰立方到冰丝带,从入场到观赛,从冬奥村到高铁站,一书尽知北京冬奥方方面面。

本书以冬奥会观赛为线索,以观众的视角真实再现冬奥会在观赛、服务、便捷、场馆、科技感等各个方面有趣又新鲜的体验,再通过互动机关和翻页页的设置,让读者通过这一本书,就能获得身临其境的真实体验。

本书不仅限于介绍冬奥运动相关知识,还包括进场、观赛、场馆体验、揭秘奥运村、揭秘运动员备赛饮食等、京张高铁体验、近距离观察运动员赛场表现及项目科普、冬奥幕后工作人员等等,注重科技感、新鲜的体验和北京冬奥的亮点的展现。

些比赛规则吗?观赛有什么注意事项吗?中山大学出版社组织北京冬奥会场馆管理专家和中山大学体育部教师一同编写了旨在普及冰雪运动项目知识、提高观众欣赏能力的“趣赏冬奥系列丛书”。

丛书包括《趣赏冬奥——冰上项目》《趣赏冬奥——雪上项目》和《趣赏冬奥——滑行项目》3种,以普通冰雪运动爱好者的视角,提炼出冬奥会观赛中常见的问题,用浅显易懂的语言,分别介绍了冬奥会的15个运动项目的历史起源、项目设置和规则等,为冰雪爱好者明白白地欣赏冬奥提供了一套有趣又实用的“知识读本”。

这套书有什么有趣的故事呢,就让小编带你读一段吧。

花样滑冰越转越快还不晕的奥秘



在看花样滑冰时,大家一定经常看到运动员旋转,并且越转越快的场景。他们是怎么做到的呢?

大家可以尝试或者想象下面的场景:双臂伸直,手平举一对哑铃(或其他重物),坐在一张转椅上慢慢转动。几圈之后,快速将双臂收拢靠近身体,你会发现自己的转动速度明显加快了。

没有人推你,仅仅是自己把手臂收回来,为什么转速就会改变呢?

其实这是一个物理学知识。在转椅上的你与转椅组成一个整体,所受到的外界作用力只有重力和地面的支撑力,但这些力都与转轴(你垂直的上身)平行,对转动是没有影响的。根据物理学原理“动量矩守恒定律”(物理学中称为“角动量守恒定律”),转动速度与力矩的乘积是不变的。在你收拢手臂后,哑铃与转轴的距离(力矩)变小了,因为角动量是守恒的,转动速度必然加大,也就是越转越快啦。

有了上述结论后,就很容易理解花样滑冰运动员最快速的旋转是双手高举,让自己变得像一根“筷子”一样细长了:运动员先张开双臂,缓慢转动起来。冰面的摩擦力可以小到忽略不计,所以运动员受到的外力就像转椅上的你,都对转速没有影响。那么根据“动量矩守恒定律”,花样滑冰运动员把四肢收拢相当于减小了转轴的距离,因为速度与力矩的乘积不变,转速自然就会加快!

那他们转这么快,不会晕吗?答案是会的。但是,花滑运动员美轮美奂的表演会让我们忘记:其实他们的身体和我们的身体遵循着一样的生理规律。

简单来说,脊椎动物的内耳都有一个掌管平衡感的器官——半规管。半规管里充满了液体,漂浮着一个传感器。你的头部只要一晃动,管内的液体就会轻轻地晃动,传感器就会感知发生的一切,这正是大多数头晕的起源。

还是那只转椅。如果你尝试在转椅上持续旋转,耳朵中的液体受力一同旋转,且由于惯性,在椅子停下来之后也会长时间保持晃动,并通过那些海藻般的传感器向你的大脑发送信号说,“我的身体仍在运动之中”。大脑试图校正这种运动,于是让眼睛颤动,促使身体向一边倾斜,人就开始东倒西歪了。

花样滑冰运动员并非对这些影响免疫,他们的内耳和我们的并无区别。没有人能训练那些半规管液体的流动,让它们不守惯性定律。但他们对自身的感官表现出了惊人的控制力。

他们战胜旋转时头晕的奥秘就是练习,反复练习,让内耳和大脑习惯这种快速转动。为了准备奥运级别的花样滑冰高速旋转,运动员需要适应一整套感官输入体系。我们可以确定,花样滑冰运动员为比赛所做的精神训练至少不会比他们在身体素质上所做的准备少。

精彩的冬奥大戏即将上演,让我们先阅读“趣赏冬奥系列丛书”,了解冬奥的趣味知识,再搬个小板凳,一同欣赏,一睹为快吧。

津报力荐

编者话:

北京2022年冬奥会即将开幕,为了更好地普及冬奥会相关知识,本组图书介绍了15大正式比赛项目,用客观的数据、细致的笔触引领大家走近北京2022年冬奥会。

迎接北京2022冬奥会 带动3亿人上冰雪

3. 形式统一、易于记忆

图解设计的基础需求不是装饰,而是发挥其易读性的功能。冬奥会是一项综合性赛事,仅滑雪项目就有7个大项,每个大项又包含众多小项,项目内容交叉渗透、相互关联。虽然每个运动项目各具特色,但总体而言必须呈现出图解阅读的整体感和系统性,不能过度追求图解的艺术表现效果,应该以一致的表现风格贯穿每一项运动图解的始终,使图解最终呈现统一性、系列化的效果,减少读者视觉的过渡跳转,留存深刻记忆。

4. 提取重点,吸引读者连续阅读

在确定图解信息内容之前,首先要明确读者最想知道什么?是以单一的还是连续的形式与读者对话,对话的焦点是什么?例如,冬奥会项目具有防护装备复杂、技术难度大、场地环境要求高等特点,这些特点也是读者了解冬奥会项目最先需要掌握的知识点。因此,图解设计首先要筛选信息、提取重点、进行整合,让读者便捷地找到最关心的知识点,进而激发他们的阅读兴趣。设计中要注意运动项目知识结构的连续性,通过梳理知识点的因果、递进等关系,划定读者最想知道的图解内容,解决一系列的逻辑关系问题,才能吸引读者连续阅读。

5. 构建信息框架,形成阅读层级

建立图解信息框架不是简单地并列或随意地分布信息,而是取决于表达整体关联性的内在规则。格式塔心理学认为,心理现象是一个整体,读者从外界获得认知和信息,必然先在大脑中自然组织成有机的整体,即视觉的“完形效应”。构建信息框架可以引导读者找到自己的关注点,并按步骤、层级快速检索到关注点的详细信息。

6. 以图释义,提升可视化叙事功能

“一图胜千言”是对图解功能的生动写照。图解可视化叙事功能强,可以将抽象数据形象化,挖掘出数据之间的关联性,呈现出具有高度交互性的可视化信息。运动项目图解设计的核心理念是对冬奥中所涉及的因果或递进关系的一系列事件的图形再现,进而将相互关联的运动项目知识通过可视化的方式进行描述,让读者对冬奥会项目有一个清晰的认知。图解具有引导读者把看到的信息进行逻辑分析的优势,如同讲故事般带给读者一种融通感。以“单板滑雪发展史”为例,仅以“单板滑雪源于20世纪60年代中期的美国,其产生与滑板和中浪运动有关。1983年起举办世界锦标赛,1998年长野冬奥会被列为正式比赛项目”这种单纯的文字表述难免枯燥,不能激发读者了解单板滑雪项目的兴趣。完整的“单板滑雪发展史”,包含着大跨度的时间与空间信息。如果转换成“大雪板”图形,就比单纯的文字叙述更具吸引力,还能鲜明传递出单板滑雪是双脚同踏一只宽大雪板,比传统双板滑雪更具刺激性的特点。如图3所示。

7. 形象对比,彰显运动技巧难度

图解可以利用读者联想思维与视觉心理上的

推论倾向,把静态的、不连贯的图形尽可能地弥补为运动的、连续的完整形象。如滑雪项目的“空中技巧”观赏性很强,为了让观众了解空中技巧组合的难度与复杂变化,我们采用抽象的线条、箭头与具象的人物做对比,力求清晰解答运动员从平台跃起到落地之前所做的各种空翻腾体动作。如图4所示。

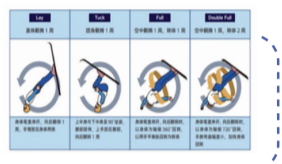


图4 雪上空技巧动作图解

在图解设计中,超越事物的本质规律来联想其他的事物或者规律,通过其他事物的规律更有力地反映该事物的本质和规律,会使信息的传达更具有说服力 and 感染力。例如大跳台滑雪,运动员从高于110米的跳台上飞跃而下,形成的抛物线极为壮观,为了让读者对跳台高度有更直观的认知,选用人们熟知的北京观光塔与跳台做高度对比。如图5所示。

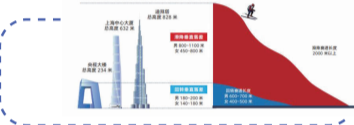


图5 跳台高度对比图

再如,雪橇之所以引人入胜,是因为它最高速度可达140千米/小时,高速滑行时那种风驰电掣般的感觉极具观赏性与刺激感。把人们熟知的火车(直达特快)与雪橇做对比,就能给读者带来逼真的速度感知,进而理解雪橇运动的危险系数。如图6所示。

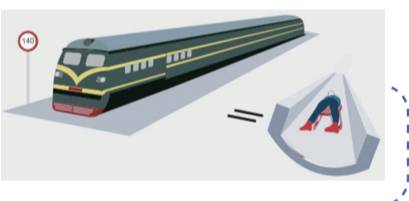


图6 雪橇速度对比图

有趣有味赏冬奥

《趣赏冬奥——滑行项目》,仇亚宾主编、李朝阳副主编;《趣赏冬奥——冰上项目》,杨占武主编、张新萍副主编;《趣赏冬奥——雪上项目》,杨茜主编、田靓副主编;中山大学出版社2021年12月出版。



2022年北京冬奥会即将开幕,你知道冬奥会都有哪些项目吗?各项目的发展情况怎样,有哪

摘自《北京2022年冬奥会运动项目图解》,王瑾著,中国大百科全书出版社2019年12月出版。



以图细述冬奥会

2022年第24届冬季奥林匹克运动会将在中国北京和张家口联合举行。相对于田径、游泳、球类等夏季奥运项目而言,我国大众对冬季运动项目认知还很不陌生。2015年中国政府在申办2022年冬季奥运会的主办权报告中,向国际奥委会做出了“带动3亿人上冰雪”的庄严承诺。这不单纯指参与冰雪运动本身的人数,还包括接受冰雪运动知识普及和观赏比赛的人数。因此,要以“图解冬奥会”的形式来大力推广和普及冬奥会的相关知识,让广大群众不断加深和完善对冰雪运动项目的认识。

“图解”的方式可以增强文本信息的交互性,内容的易读性、视觉的审美性,为读者理解和学习冬奥会运动项目文本信息提供了更加便捷的渠道。本书把北京冬奥会15个比赛项目分为滑雪、滑行和冰上3部分。每个项目依据其发展历史、比赛装备、比赛规则、场地、动作分析等内容,进行详细的图解表述。

写作本书,有7点体会。

1. 突出主题、营造氛围

就冬奥会项目而言,“冬季”是主题,“冰上”“雪上”则是构成“冬季”的关键要素。

在碎片化、浅阅读时代,只有增强图解的艺术感、情境化视觉表现力,才能让信息主题脱颖而出。例如,在表现“单板滑雪障碍追逐赛道”的设计中,用夸张的手法突出赛道的体量,在险峻的雪山上呈现出一条巨大、醒目的三维立体赛道。蜿蜒崎岖的赛道及凹陷、凸起的坡面,清晰表达出运动员完成的旋转、回环、跳跃等规定动作所在的场地。赛道两侧插入绿色雪松,结合连绵起伏的山体和强烈的光影效果,进一步烘托出“雪上项目”主题,给读者留下鲜明的观感体验。如图1所示。



图1 单板滑雪障碍追逐赛道图

2. 信息准确、浅显易懂

好的图解设计要做到信息传达“简而不失真”“准而不繁杂”。尤其在传达专业性较强的信息时,需要充分考虑到读者的接受能力,强调信息表现的“精准性”。相对于夏季奥运会,冬季奥运会运动项目受众知晓度低,运动空间感强,图解设计必须站在读者的角度,考虑他们的心理和行为特征,依据冬奥会项目信息的内容属性进行限定取舍,去繁就简,凸显项目基本常识。

例如介绍单板滑雪“U型场地技巧”赛,必须将项目内容要素进行“整体与个体”“系统与局部”的区分。在经过多种表达尝试后,确定以“鸟瞰”角度来表现“U型场地技巧”全景,再结合“U型场地技巧”局部切面图,就可以把长170米、宽19米、深6.7米、平均坡度为18°的“U型场地”准确表达出来,让读者只需扫一眼就能明白传达的信息主旨。如图2所示。

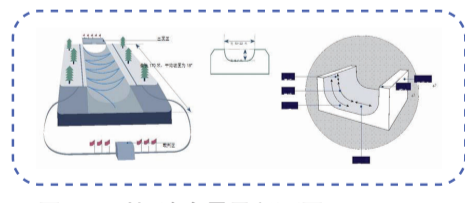


图2 U型场地全景及剖面图



图3 单板滑雪发展史

天津日报

新闻+政务 服务 商务

坚持创新理念 突出价值服务

商务合作: 022-23602820

