



核心提示

科技改变了世界,也改变了我们的生活方式。对体育而言,普通的体育迷很难把传统的体育和科技挂起钩来。但或许很快,我们就能用高科技来看体育和感受体育了——传统的体育比赛也在迅速被科技改变。

# 高科技 改变体育生活

## 1 “体感技术”杀入NBA

下个赛季的NBA赛场上将有些不一样。NBA官方宣布,与一家数据公司合作,在2013至2014赛季的所有NBA比赛场馆中安装体感追踪系统。

体感追踪系统就是利用摄像头来进行数据和信息采集,但原理复杂得多。这个专门开发出来的球员追踪系统,包括6个摄像头和专门的软件,将被安装在30支NBA球队的球场,记录并追踪球员和球的运动。这个系统最初最简单的功能就是

是视频捕捉。球迷想看到科比一场比赛中的每一次进攻的各自角度动作,直接调用这套系统的数据就行了。

当然,如果仅是这样就大材小用了,这个系统所统计的数据带来了更深层次的东西:在比赛的48分钟内,系统将提供持续的数据流和非传统的统计数据,那些专用的名词已不是篮板球、助攻、抢断了,看看这些词:速度、距离、球员之间的间隔、控球情况分析……这些将让NBA的技术统计系统完全被颠覆。

## 2 冰冷的数据会“说话”

数据能带给我们什么?现在NBA的数据已经成熟到了什么地步?打个比方,不仅能查询单个球员的表现,更能分析两名球员对位时的表现。例如,詹姆斯场均能拿到28分,科比场均能拿到27分,但两人相遇对位时,科比能拿到30分,而詹姆斯仅能拿到24分——这样的分析有点意思。

利用数据,我们还能解析得更详尽些——例如,詹姆斯在篮筐的左侧运球时,有70%的概率选择投篮;而当他在篮筐右侧时,进攻方式则有64%的概率为突破上篮。这些数据统

告诉防守者,当詹姆斯位于篮筐左侧时,可以选择紧贴防他,封住他投篮即可,因为他从左侧突破的概率很低;而当詹姆斯来到篮筐右侧时,则不能贴身紧逼,这样容易被他甩在身后,这时好的防守者都会选择远离詹姆斯两步,因为他很少会选择跳投,空出足够的距离就能防他突破。

现在的NBA球队,已经把数据分析放在了非常重要的位置。超过一半的球队有自己的专职数据分析师。在这些重视数据分析的球队中,他们的平均胜率达到了59.3%,而其他球队的平均胜率只有40.7%。

## 3 虚拟现实相结合

球迷们有时候面临着两难的境地——去现场看球,确实能感受现场火热的气氛,可一不留神,就可能错过精彩的瞬间;在家里看比赛,虽然有慢镜头回放,也配有详尽的数据,可就是好像缺了现场的那股劲儿。在不久的将来,您就什么都不会错过了。

一种名为“深蓝”的谷歌眼镜应用最近被开发出来,它的作用就是给戴着谷歌眼镜的球迷提供详尽的体育赛事数据信息。

对一个体育迷来说,这是多么美好的一天——想象一下:您去看中超联赛,广州恒大将迎战北京国安,您跟着谷歌眼镜上的实时导航过了安检并找到自己的位置。比赛已经开始,恒大1:0领先,您调整了一下软件,眼前就回放出刚才才林的进球。您又调整了一下软件,恒大的控球率、射门次数都在眼镜上显示出来。就在您查看数据的同时,恒大又进球了……数据和现场实况同时显示在您的眼镜里,一切都无缝对接。

## 4 门线技术“盯住”世界杯

高科技离球迷最近的要数“世界第一运动”——足球。争议已久的“门线技术”,在国际大赛上终于得到了应用。

在7月初的联合会杯季军争夺战中,意大利上半场凭借着任意球的机会在第24分钟打破了僵局,迪亚曼蒂的任意球打中立柱后又击中了乌拉圭门将穆斯拉拉,随后飞向球门,意大利后卫阿斯托里在门线上将球插入,不过国际足联还是将球算在了迪亚曼蒂身上。

下半场比赛进行到第51分钟时,电视转播信号中突然出现了动画模拟镜头,画面显示迪亚曼蒂的任意球并没有完全越过门线,因此这个进球应该是由阿斯托里插射完成,随后国际足联将进球者的名字改为阿斯托里。

这是“门线技术”第一次在大赛中发挥作用,各国媒体都表示,这无疑是“历史性的一刻”。

今年的巴西联合会杯比赛试用了这一技术。整个系统由安装在体育馆顶部的14架摄像机组成。每个球门各由7架摄像机负责,这些摄像机与电脑相连,以每秒500帧的速度抓取图像。电脑将实时追踪足球的运行轨迹并进行情景重建。一旦电脑感应到足球越过门线,它将向裁判的手表发送信号,手表会震动并显示“进球”字样。

这项技术的精度达到误差正负5毫米,大大超过了国际足联正负3厘米的标准。(据《广州日报》)



## 文体速览

### 省青少年自行车赛 今日在我市开赛

本报讯(记者 马毓黎 通讯员 刘杰)昨日从市体育局获悉,2013河南省青少年自行车锦标赛今日将在我市拉开帷幕,比赛分场地赛和公路赛。场地赛今明两日在新区体育场自行车馆进行,公路赛将于26日至30日在焦作市进行。

市体育局相关人员介绍,我市选派21名运动员参赛,其中男运动员12名,女运动员9名。场地赛分项目包括500米个人计时赛、1000米个人计时赛、3000米个人追逐赛、4000米个人追逐赛;3000米团体追逐赛、4000米团体追逐赛和团体竞速赛等20个项目。

### 斯诺克大型排名赛决赛 首演中国德比

#### 丁俊晖力克肖国栋,首取上海大师赛冠军

随着最后一颗黑球在丁俊晖的轻松击打下落入底袋,2013年世界斯诺克上海大师赛22日结束了巅峰之战。在这场中国德比中,丁俊晖总比分10:6战胜小将肖国栋,个人职业生涯首度赢得该项赛事冠军。这也是上海大师赛上产生的首个中国冠军。

对于斯诺克大型排名赛决赛首度出现中国德比,丁俊晖的回应自信中更透露出豪气:“这是非常好的(事)。因为现在中国很多的年轻选手非常有实力,经过一段时间的磨炼,相信之后会有越来越多的机会看到两个中国人在决赛碰面,这需要大家共同的努力。中国德比令人高兴,但只是一个好的开头。”(据新华社上海9月22日体育专电)

●名词解释 德比一词起源于英国的赛马。德比是一个地名,德比的马特别好,每次参赛都拿冠军,于是每次赛马就成了德比的马之间在比赛,后来就被称为德比战。现在德比战被引申为同城的运动队之间比赛。

### 中秋影市全国票房破两亿

刚过去的中秋节三天小长假,全国电影市场票房突破两亿元,中秋节当天票房为8500万元,比去年同日增长一半以上。《非常幸运》是今年的最大赢家,三天入账5500万元。

章子怡和王力宏主演的动作爱情喜剧《非常幸运》虽然摘得中秋档冠军,但优势并不突出,《全民目击》《极速蜗牛》《蓝精灵2》紧随其后,票房并没有拉开太大差距。法庭悬念戏《全民目击》凭借口碑在中秋档收获4700万元,目前累计票房已破亿,后续势头强劲;《极速蜗牛》中秋三天票房约4550万元;《蓝精灵2》三天票房约3700万元。(据《北京日报》)

## 健康

### 一健必读

# 吃素如何保持 营养均衡

现在正是“贴秋膘”的时候,中秋节、十一期间亲友团聚,更少不了推杯换盏、鸡鸭鱼肉。但有这样一批素食主义者,对荤菜不屑一顾。我国膳食和营养状况调查显示,居民维生素A和维生素B2的每日平均膳食摄入量仅达国家膳食参考摄入量标准的63%和58%。在中老年人和素食者中,维生素和微量元素缺乏则更普遍。过度素食,也会让人走入健康的误区。

### 【误区一】不吃肉血脂就会低

在很多单位例行体检中,不少人有这样的困惑,自己都快成吃素的兔子了,为何甘油三酯仍居高不下,低密度脂蛋白也偏高?

在很多人的意识里,素食有利于改善血脂异常。殊不知,胆固醇的来源中,1/3由食物生成,2/3由体内自身合成。由于影响血脂合成和代谢的因素相当复杂,尤其是机体已经出现胰岛素抵抗、脂肪代谢紊乱时,只是控制肉类和胆固醇的摄入,血脂异常的情况未必能得到改善。

有的女士很少吃主食,更少碰荤腥,但是血脂常年偏高。这是怎么回事呢?其实,她们钟爱的瓜子、板栗、花生、核桃等坚果脂

### 【误区二】吃水果就能减肥

很多素食爱好者都爱吃水果,但他们往往发现,吃水果很难带来苗条的身材。

这是因为水果中含有8%以上的糖分,其能量不可忽视。如果吃半斤以上的水果,就应当相应减少正餐或主食的数量,以达到一天当中的能量平衡。

由于素食的自然风味相对较为清淡,有的人在炒菜时加入大量的油,调味的时候放大量的糖、盐和味精,还有的人经常吃炒饭和炒面等,这些都给素食者带来过多的能量。每日喜欢额外喝很多牛奶或喝酸

肪含量高,甜品和奶昔之类的食品含糖多,过多摄入这类食品很容易导致脂肪堆积。素食者吃的主食相对较多,也是一个原因。现代粮食加工非常精细,含有大量容易被吸收的碳水化合物,如果摄入过多,超过身体的需要,就会在体内转化成甘油三酯储存下来。长此以往,高血脂就是必然的了。

素食者最容易缺乏B族维生素,因为维生素B1、B2、B6等在奶、蛋、肉、鱼中含量较丰富。而B族维生素参与调节糖、脂代谢,促使其转化成热量而被消耗,若素食者体内缺乏B族维生素,糖、脂代谢紊乱也就不奇怪了。

奶的,也要注意同样的问题。很多蛋奶素食者,喜欢吃各种蛋糕、甜点,这也会增加膳食中的热量。

很多人还有一个严重误解,以为荤油让人胖,而素食吃多少都没关系。殊不知,植物油、白糖和动物脂肪一样,容易升高血脂、促进肥胖,并诱发脂肪肝。因此,经常自己在家炒菜、喜欢吃煎炸豆腐、沙河粉的素食者,尤其要注意这个问题。另外,沙拉酱的脂肪含量高达60%以上,用它进行凉拌,并不比放油脂烹调热量更低。

### 【误区三】蔬菜生吃才有健康价值

一些素食者很少吃熟的菜肴,热衷于凉拌菜,认为蔬菜只有生吃才有健康价值。

实际上,蔬菜中的很多营养成分需要添加油脂才能很好地吸收,加热后其吸收率会大幅度提高。例如,维生素K、胡萝卜素、番茄红素都属于烹调后更易吸收的营养物质。其中维生素K对骨骼健康是必需的,胡萝卜

### 【误区四】素食一定能排毒

很多想要好皮肤的美女,选择素食是因为相信,吃素可以增加肠蠕动、促进排毒,进而美容养颜。其实,这是有条件的,吃素能否通便促消化,要看素食者所摄入的素食是否是芹菜、燕麦等真正的高纤维食品,高纤维食品中含有促进肠蠕动的膳食纤维。

如果仅仅是为好身材、好皮肤,建议还是不要轻易选择纯粹的素食。平时,有意识多吃点儿高纤维食品,同时也摄入一些鱼肉,因为里面含有不饱和脂肪酸。一般情况下,一个成年人每天应吃二到三两肉。如果担心吃肉会导致肥胖,可

素是维生素A的前体,而番茄红素是抗氧化和预防癌症的重要成分。

如果只喜欢黄瓜、番茄、青椒、苦瓜等少数几种所谓的“减肥蔬菜”,就很难获得足够的营养物质。素食者要增加蛋白质的供应,菇类蔬菜和鲜豆类蔬菜都是上佳选择,如各种蘑菇、毛豆、豌豆等,这些都需要熟透了再吃。

以多选择脂肪含量较低的鸡肉、牛肉和鱼肉,少吃猪肉。

素食中除了豆类含有丰富的蛋白质外,其他食物中的蛋白质含量都很少。如果不注意营养均衡,长期吃素会使体内的碳水化合物、蛋白质、脂肪比例失衡,造成消化不良、记忆力下降、免疫力降低、内分泌和代谢功能发生障碍。此外,长期素食还会引起胃酸及消化酶减少,味觉降低,导致食欲不振,而这一切都会在很大的程度上影响人的容颜,这对爱美的女性来说,无疑是个坏消息。

(据《北京日报》)



本版网络互动:洛阳网·求医问药 (http://www.lyd.com.cn) (本版涉及偏方、疗法等均因人而异,仅供参考)

### 健康闻汇

■英国研究人员近日发表报告说,他们识别出一种可能对所有流感病毒均能发挥免疫作用的人体免疫细胞“CD8+T细胞”,这一发现有助于未来开发出对普通季节性流感和新型流感等各种流感病毒均有效的广谱疫苗。

■软骨发育不全症是基因突变所导致的一种最常见侏儒症。法国研究人员在动物实验中发现,如果注射一种叫做sFGFR3的“诱饵蛋白”,让致病基因失去作用,或能治疗软骨发育不全症。(据新华社)

### 三个小动作缓解便秘

吃吃喝喝少运动,不少人节后突然发现“出口”不那么通畅了。湖北省中医院推拿康复科主任赵焱教授给我们推荐了3个小动作,每天交叉进行,每次按摩20分钟左右,能加强肠胃蠕动,对缓解便秘很有效。

【敲打带脉】“带脉”有“总束诸脉”的作用,经常敲击能提高排毒能力,改善便秘。方法很简单:每晚睡觉前躺在床上,手握空拳,轻捶自己的腰部两侧,每天坚持敲打300次。需要注意的是,敲击时用力并不是越大越好,以身体能承受为宜。

【揉摸天枢】天枢穴位于肚脐旁2寸处,为左右对称两穴。它主疏调肠腑,理气行滞、消食。两腿并拢坐在椅子上,按压天枢穴,左腿尽量向上抬,然后收回,换右腿向上抬,收回为1次,反复做5次。在大便时,可以用左手手指点压左侧天枢穴,至有酸胀感时按住不动,坚持1分钟左右即有便意,然后屏气增加腹内压力即可排便。

如果觉得麻烦,直接按摩腹部就可以了。两掌重叠扣于脐上,稍加用力,先沿顺时针方向按摩50次,力度稍大,以腹内有热感为宜,然后换手。每天早上起床后先喝1大杯冷开水,然后再做腹部按摩5至10分钟,效果更好。

【按摩腰骶】身体坐直,两手五指并拢,用掌根自上而下地推擦腰骶部,直至腰骶部发热即可。(据《长江日报》)