

基于后疫情时代探讨太极拳“健康传播”的策略研究

李璐嘉¹, 芦富来², 张扬^{1,3}, 崔美泽¹, 黄月蓉¹

1.北京师范大学 体育与运动学院, 北京市 100875

2.天津体育职业学院 天津市 301636

3.西北师范大学 体育学院, 兰州 730070

摘要: **目的:** 全球新冠疫情的爆发和跌宕反复正深刻地重塑世界, 人类数百万条生命已被夺走, 给世人带来了无尽冲击和灾难, 全球政治、经济、文化、教育等各行各业也遭到了深刻的影响。为此, 习近平总主席指出要共同构建人类卫生健康共同体。疫情防控期间, 我国以太极拳八段锦等中国传统体育运动为载体的优秀传统文化在全国防疫抗疫中发挥了重要的作用。太极拳作为我国优秀的中华民族传统体育项目, 不仅可以代表体育项目作为竞技体育参加运动竞赛, 而且其丰富的养生内涵又与中医学契合, 可作为大众体育健身项目的推广。太极拳遵从我国古代老庄思想, 历史源远流长, 博大精深, 其健康医学促进主要体现在两个方面: 一是调节血液循环、呼吸通畅、阴阳平衡的作用; 二是维持体内各系统器官相对的平衡与稳定; 能维持脏腑等器官组织的正常功能, 不仅增强内在、锻炼外在、祛病延年, 还可达到身心健康。美国学者罗杰斯曾提出“健康传播”是一种将医学方面的理论成果转化成为一种大众所简单、易了解及掌握的健康知识, 并通过国家宏观调控、完善体育建设系统等方式改变大众对于健康方面的态度和行为。因此, 本文基于后疫情时代, 从太极拳健康价值角度出发, 分别从传播者、内容、渠道、受众、效果的“5W 传播理论”探究太极拳“健康传播”的路径, 从时代背景下深入探究太极拳“健康传播”的相应解决策略, 为太极拳在新时期对助力建设体育强国、达到全民健身目标、实现健康中国作出贡献。**方法:** 本文立足于传播学、医学与体育科学等多学科的交叉, 运用了文献资料法、问卷调查法以及半结构化访谈法等诸多研究方法, 深度剖析后疫情时代的国家相关政策与方针, 探析太极拳健康促进在科学化、精细化管理中如何实现进一步推广与传播, 以达到太极拳在抗“疫”中育人、在战“疫”中担当、在研“疫”中引领的全民科学健康锻炼目标。为推动太极拳“健康传播”的理论价值成为国民乃至世界人民增进健康的最佳途径做出一定的贡献。**结果:** ①从传播者角度, 目前国家在疫情期间已将八段锦太极拳列入《新冠病毒感染者居家中医药干预指引》, 但仍缺乏基础设施建设、缺乏专业太极拳健康知识的“传承人”。因此人才培养等问题还需基于后疫情时代大背景平台加大宣传力度及各类基础设施建设, 重点扶持并推广。②从传播内容角度, 太极拳健康促进的相关理论成果已较为成熟, 但实际应用中缺乏理论与实践相结合, 缺少科

学化解释太极拳对于健康促进究竟是从哪些层面有哪些表现等。因此,需紧跟后疫情时代背景,应加大疫情后人民大众习练太极拳后增进身心健康的科学化实验探究,增强太极拳健康传播的说服力。③从传播媒介角度,太极拳健康传播过于单一,忽略了媒体时代的大趋势,应依靠新媒介的力量,以自媒体作为强有力的传播途径,以 APP 中“养生小讲堂”“后疫情增加免疫力”等开设专属直播间的形式可使太极拳促健康更为大众所了解,更加规模化。④从受众群体角度,太极拳的受众群体在年龄结构上出现了不平衡的趋势。但新冠病毒的危害群体范围较大,因此需从习练者角度将其太极拳健康方式进行分类,以不同的方式适应不同的社会群体。⑤从传播效果角度,对上述各环节提出相关策略的改善后,即可达到较好的传播效果,实现健康中国的宏伟目标。**结论:**后疫情时代背景下,人们对于健康的关注度大大提高。国家应把更多的民族传统体育文化和非物质文化遗产通过面向大众的科普传播出去,加快优秀的民族传统体育文化走出去。因此,后疫情时代背景下太极拳健康传播可通过加快建立系统规范的太极拳健康文化理论体系,加快培养多语种、多样化的太极拳健康知识传播人才,重视并加强太极拳文化科普翻译,推动太极拳文化全方位、立体式传播,让我们每个受众群体都弘扬民族精神,保护民族项目,自发的习练并传播太极拳及太极拳健康相关知识;让更多的国外民众认识太极拳、了解太极拳、学习太极拳、练习太极拳,让太极拳文化为人类健康卫生共同体建设贡献更多更大的力量。

关键词: 太极拳; 健康传播; 国家政策; 学科交叉