青年报 2019年7月12日 星期五

飞扑、跌倒、对抗、碰撞——申城“娃娃运动圈”掀起新的运动时尚

越来越多家长为孩子报名练橄榄球 深谋远虑or“轧闹猛”？

戴上护具，在球场上奔跑，在一次次跌倒后重新爬起。看着孩子们拼搏的身影，家长们将记录下的精彩时刻晒到朋友圈中。近年来，美式橄榄球逐渐成为不少家长眼中的“新时尚”，越来越多的家长为孩子报名参与培训。但在青少年橄榄球蓬勃发展的同时，有业内人士指出，要想进一步在青少年中推广这项运动，仍需要克服装备、场地、家长的误解等问题，如何让更多的孩子能够接触到这项运动依旧是值得思考的问题。

青年报记者 钟雷

新现象 越来越多的孩子“触电”橄榄球

“起身快一点，冲过线之后加速跑。”“身体蹲低一点，注意力集中！”7月5日傍晚6点，一阵阵叫喊从世博源顶层的一片橄榄球场内传出，约300平方米的场地上，十多名小朋友正排队进行着加速跑、横向移动等项目的训练，一旁的乐忠浩和外教紧盯着每一个人的动作，每当孩子们表现出色，他们便迎上前去和孩子们击掌。作为青少年橄榄球培训机构“巨石达阵”的世博源校区校长，27岁的乐忠浩每周都会和外教一起，定期为孩子们教授美式橄榄球课程。

虽然每一组动作都很简短，但数遍重复下来，不少学员已经气喘吁吁。在一项绕障碍物前进的训练中，身型最小的学员Dora偷起了懒，但没能逃过教练的眼睛。“蹲低一点！”听到教练的喊声，Dora赶紧往下再蹲了几厘米。另一边，一名学员因为注意力不集中没能接住教练传来的橄榄球，“眼睛看球，注意力集中。”迎接他的同样是教练“不留情面”的吼声。

在当天训练的最后，教练特意安排了一对一的攻防训练，这也是最受孩子们欢迎的项目。在划定的赛场内，进攻方需要突破防守方的阻击，持球到达固定区域。当哨声响起，进攻队员身体向左右微微探出，不断做出假动作，试图干扰防守队员的重心，而防守队员则在逐渐靠近进攻队员的同时，瞅准时机抱住对方腰部或腿部实施拦截。一位学员在防守时做出了一次“飞扑”，虽然扑了空，但场边仍响起了一阵掌声。“好的！下次时机看准！”

据乐忠浩介绍，根据孩子年龄段的不同，设置的课程内容也呈现差异化。U6级别的课程以游戏为主，旨在让孩子对橄榄球产生兴趣。U9级别的课程中会开始加入橄榄球的规则教学，9岁以上的孩子则会开始接触技战术方面的内容。

“巨石达阵”于3年前来到上海，发展至今已在上海开设8个校区，分别布点于浦东、黄浦、普陀、宝山等区。他表示，所有校区的学员总数已超过千人，而在两年前这一数字仅为现在的四分之一。乐忠浩表示，近年来越来越多的家长开始为孩子报名美式橄榄球课程。

除了“巨石达阵”外，其他的青少年橄榄球培训机构近年来也快速崛起。天行达阵上海公司总经理金鉴告诉记者，天行达阵在上海的学员数量近年来同样增速明显，相较2年前的近1500人，今年的学员人数已经翻了一番。另一家美式橄榄球培训机构的负责人告诉记者，2年前其学员数量只有3人，甚至还没有教练多，如今也已经扩展至近50人。

无论是拥有固定场地的大机构还是临时租赁场地的小课堂，在上海，学习橄榄球已经渐渐变成家长们眼中的“新时尚”。

“中国未来的橄榄球之星，会在你们中间吗？”

很多女孩子的家长也选择让娃来报名参加橄榄球训练。

本版摄影 青年报记者 常鑫

家长说 大多是冲着“强身健体”为娃报名

看着6岁的女儿奔跑在橄榄球场上，场边的严栋总是坐不住。“Jasmine腿抬高一点。”“接完球别愣着，要加速跑。”每当女儿出现失误时，他都忍不住指导两句，有时还会跑到女儿身边，蹲着耳语一会儿。

3年前，因为一次商业推广活动，严栋接触到了美式橄榄球，在向身边打橄榄球的朋友咨询过后，他为当时只有3岁的女儿报名了培训班。

作为一名足球爱好者，严栋起初考虑过让女儿学习足球，“但后来听人说足球踢多了容易O形腿。女儿身高也不高，打篮球也比较吃亏，手部力量也不够。”几经权衡之下，他最终下决心选择美式橄榄球作为女儿的启蒙运动。

为孩子报名橄榄球培训的家长中，不少人是冲着“强身健体”这一目标。市民刘先生的儿子今年7岁，虽然才上小学一年级，但学习压力已然不小。更让刘先生担心的是，儿子在校园里几乎接触不到体育运动。“可能考虑到安全因素，学校里所谓的运动也就是站站队走走路。”他说，让孩子学橄榄球主要还是出于锻炼身体的考虑，避免儿子变成“小胖墩”。

持同样想法的还有市民孙先生。在参加美式橄榄球训练前，孙先生给儿子的评价是：逻辑思维不错，但是运动神经不太发达。他说，当同龄的孩子已经会跑会跳时，儿子总显得慢一拍。为了锻炼儿子的运动神经，孙先生曾求助于跆拳道课程，但儿子不怎么喜欢。几经辗转，他最终和儿子在学习橄榄球上“达成协议”，“孩子已经训练近一年，至少不讨厌这个运动，叫他来就来了。”看着如今在球场上活蹦乱跳的儿子，孙先生认为，自己选对了。

美式橄榄球强调对抗，比赛过程中经常伴随激烈的碰撞和倒地。在一些家长眼中，这样的碰撞过于“暴力”，但在另一些家长眼中，这样的对抗正是孩子成长过程中所需要的。“冲撞是需要的，小孩子难免磕磕碰碰，跌倒了要学会爬起来。”严栋就表示，希望通过碰撞培养孩子的勇气和抗挫折能力。

作为20年的橄榄球迷，邹浩扬也为6岁的儿子报名了美式橄榄球课程。在他看来，团队精神和竞争意识是这项运动的闪光点。“这个运动对意志力要求很高，先不说输赢，过程中很多身体的碰撞，也可以锻炼胆子。孩子以前对胜负不太在意，也不是希望孩子一定要赢，但是希望他有一个竞争的意识。”另一名学员的家长则表示，孩子在上过橄榄球课后，合作意识和对抗意识都增强了不少，“至少知道想拿第一名了，不指望他能在这条路上走多远，单纯培养兴趣爱好。”

此外，还有一些未来计划让子女留学的家长，希望通过学习橄榄球来提前适应国外生活。“即便无法靠橄榄球赢得奖学金，至少以后出国了也和同学们有个谈资。”

尴尬点 送孩子去训练家长却不太“懂球”

在美国，橄榄球与篮球、棒球曲、棍球并称为美国四大运动项目，美国四大职业联赛中NFL（美国职业橄榄球大联盟）最为火爆，一年一度的超级碗（NFL年度冠军赛）几乎让美国万人空巷。而另一项源于NFL的大众化运动美式腰旗橄榄球，规定不允许抱人和推人，防守方扯下持球进攻球员腰带上的一条腰旗，进攻即被阻止。由于其安全的“非冲撞性”，同样颇受青少年欢迎。

虽然早在2007年NFL就在中国设立办事处，但相比篮球、足球等大项，美式橄榄球在国内无疑仍属小众，更多的国人对这项运动的印象仅停留在“听说过”。

诚然近两年报名参与美式橄榄球的青少年数量迅速增长，但由于基数较小，无法掩盖人们对这项运动的陌生感。在世博源一处橄榄球训练场边，许多陪孩子来此训练不久的家长坦言，在为孩子报名前对这项运动的了解十分有限。“我们自己不太了解橄榄球，至今不太知道规则。”“只是知道叫橄榄球吧，我们年轻的时候国内几乎没什么人关注这个。”

某橄榄球培训机构的负责人告诉记者，其目前的客户来源主要仍是靠家长互相推荐，“我们也会做一些市场的活动，但是没有家长口口相传效果好。”

有媒体曾刊文称，NFL在中国不够流行的原因主要在于人们对这项运动的规则还不熟悉，更多人停留在看热闹的层面。以2017年的超级碗为例，不仅球赛逆转瞬间的视频播放量远不及lady gaga中场秀的视频播放量，比赛当天通过微博关注超级碗话题的人中有46.72%是第一次关注超级碗。据统计，在去年中国对NFL橄榄球感兴趣的人群已经增长到3009万。但有业内人士担心，由于规则的普及不够，这个数字中的“回头客”比例会比较有限。另外，对于这种区别于足球、篮球等大众自发去热爱和普及的运动而强行从西方被推广而来的“非主流”运动项目，其对运动员身体素质的要求，是否适合东方人去像对足篮排一样推广开展，还得打个问号。

业内说 远看难免误解，走近才能理解

正是由于不够了解，部分家长刚接触美式橄榄球时，很容易对这项运动产生误解。壹码达阵的CEO向导就曾见到过不少认为美式橄榄球野蛮的家长。“一些家长觉得这项运动看起来比较简单，只需要强壮的身体，但实际上橄榄球是很复杂的。”他解释道，美式橄榄球中涉及的战术、团队协作、临场反应都很考验孩子的脑力，“橄榄球很少会有靠明星球员凭借个人能力取胜的情况，如果你的队友不给力，你一个人很难对抗一个球队。”

对于这一点，看了20年橄榄球的邹浩扬也感触颇深。“每一个人做的每一个动作，站的每一个位置都会影响战局，如果你做错了，马上就会显露出来。”他说，在美式橄榄球比赛中，每一个人每时每刻都有任务，需要很专注，战术也需要一颗聪明的大脑去记住，并非单纯比拼体力。“像国外一些很好的橄榄球运动员，其实都是名校出身，没有很笨的人。”

当然，也有家长因为看到美式橄榄球比赛中激烈的碰撞后便“敬而远之”。也许美式橄榄球“远看”确实让人心有疑虑，但不少业内人士告诉记者，只要在现场看过一次训练，家长的担忧会立即烟消云散。

乐忠浩指出，在肩甲、防撞裤、头盔、牙套等一系列护具的保护下，美式橄榄球的安全系数甚至高于足球。“家长感知到的主要是视觉上的剧烈冲撞，但其实经过训练，懂得如何迎接这种碰撞，化解碰撞的力量，基本上不会受伤。”

金鉴同样表示，打橄榄球受伤的概率和“上体育课”差不多，“像足球铲球的时候可能是点对面的一个冲击，而橄榄球是下肢发力，用肩膀冲撞，只要姿势正确，就能够化解冲撞。”他表示，许多孩子通过参与这项运动，非但没有受伤，反而变得非常勇敢。

趋势 橄榄球运动已悄然进入校园

对于任何一项运动而言，在青少年群体中的普及程度都关系到这项运动未来的发展轨迹。如何让更多的孩子能够接触到美式橄榄球是这项运动的推广者们常常思考的一个问题。

2017年年底，首支上海公立小学美式橄榄球校队在闵行区航华一小成立。近两年来，不少机构也和学校开展合作，推动橄榄球走进校园。向导透露，近年来上海的一些学校已经逐步成立了各自的校队，并邀请一些专业机构协助校队的训练。天行达阵也在与一些民办学校合作，以课后课的形式让孩子们接触这项运动，并帮助他们组建校队。

在向导看来，相比其他球类运动，美式橄榄球的入门门槛更低龄化，是一项比较适合在校园内开展的运动。“抛开精神层面的东西，橄榄球很容易上手。足球要学会带球、篮球要学会运球，橄榄球你会抱着球跑就行了。”他认为，这样的学习轨迹更合乎孩子的天性，对孩子运动能力的发展也有很大帮助。“不管是在国内还是国外，基本上橄榄球打得不错的都是田径校队成员。”他总结，橄榄球是一项“打好很难要打很容易”的运动。

而通过在青少年群体中的推广，孩子们也潜移默化地影响着他们身边的人，带动家长们关注这项运动。“一开始训练的时候家长可能在玩手机，但教练在教孩子的时候，家长也在旁边耳濡目染，时间久了有些家长甚至可以在场边给孩子做一些指导。”乐忠浩回忆，曾有家长在孩子打比赛时直接跟教练开玩笑说“放心，我孩子我可以自己教”。

诚然，美式橄榄球在青少年中的推广取得了一定成绩，但阻碍因素也仍然存在。向导认为，美式橄榄球作为一项团队运动，一般需要二三十个孩子共同参与，这意味着每个人都需要一套价值数千元的装备，成本相对较高。此外，场地的缺乏也是问题之一。目前国内标准的橄榄球场地十分有限，虽然可以借用操场，但更多时候打橄榄球的孩子需要和踢足球的孩子去竞争场地。

要想让更多的孩子了解、参与美式橄榄球运动，专业的教练员、裁判员也是重要的一环。一位业内人士指出，从全国范围来看，目前这方面人才相对比较缺乏。好在去年上海成立了橄榄球协会，协会方面至今已开展了一系列针对教练员、裁判员的培训活动，该业内人士认为，未来橄榄球教育领域的人才储备会愈发充足。