

父亲带10岁女儿“蹭跑”马拉松惹争议

近日,马拉松赛道上“未成年人蹭跑”现象备受关注。

据多家媒体报道,江西省上饶市婺源县的一场马拉松赛事,一位父亲体力不支弃赛,将自己的参赛号码布贴在10岁的女儿身上,让其独自完成全马(全马距离为42.195千米——记者注)。小女孩独自奔跑的片段在社交媒体上一度“催泪”,被视为“温馨”“正能量”代表。

赛后,赛事组委会表示,女孩在未获得参赛资格的情况下违规参赛,系“蹭跑”,相关部门对女孩父亲作出了取消比赛成绩、禁赛3年的处罚。女孩的父亲向媒体回应称,女儿从7岁开始正式接受长跑类训练,带她跑全马是想锻炼孩子的意志和耐力,为她的10岁生日留个纪念,“但蹭跑行为是不对的,我们向广大网友道歉,也接受处罚”。

这并非今年首次出现未成年人违规挑战全马的情况。3月的郑开马拉松,一位原本报名欢乐跑的自媒体博主带着9岁的儿子站上全马赛道,经网友举报后被禁赛两年;4月保定马拉松,一名10岁的孩子蹭跑完成全马;8月,辽宁沈阳一位父亲带着6岁儿子跑全马,被工作人员拦下后父亲情绪失控,倒地大哭……

“这些家长本身就不是合格的跑者,他们对马拉松比赛的风险严重缺乏认知。”资深马拉松跑者李华民认为,“马拉松不是一个体育锻炼的项目,不论对孩子还是大人,它都是一项极限挑战。即便孩子经过长期跑步训练,也不代表其进行的是马拉松训练,跑步和马拉松不是一个概念。”

过去5年,“带领孩子跑起来”就是李华民的生活主调,他在北京经营一个400人左右的跑团,主要面向6-12岁孩子,“孩子们都是长期训练,但从未被要求跑过8公里以上的距离,尤其10岁上下的小朋友,慢跑四五公里已经是极限了”。他向记者表示,近年来,跑步日益成为受欢迎的亲子运动,不少在学生时代留有“长跑阴影”的家长在孩子带动下跑起来,但也有部分家长盲目“上头”,不顾健康和科学,把跑步距离和速度视作衡量孩子“努力”“天赋”的指标。

李华民担心,如果有个别尝试被互联网流量裹挟,这种违规的不科学行为就容易被包装成正能量,引发更多“跟风”效仿。他强调,无论是家长还是赛事组织方,不仅要让孩子们喜欢跑,更要科学跑、放心跑。

“赛道鸡娃”背后看不见的风险

中国田径协会发布的《中国马拉松及相关运动办赛指南》明确规定,马拉松及以上距离参赛者须在比赛当年满20周岁,半程马拉松和10公里项目参赛者须在比赛当年满16周岁。

“规定背后有科学的考量。”北京体育大学体能训练博士方华表示,马拉松本质上是挑战极限的项目,对心肺功能有极高要求,并不适合正处于生长发育阶段的青少年,“经过体检筛查的成年人依然有猝死的意外发生,何况孩子的心肺还处在快速发育阶段,过早参与马拉松这样的专项耐力项目,更容易产生健康风险。”此外,跑马拉松对骨骼系统的压力也很大,对于骨骼发育尚未完善的孩子来



父亲带着10岁女儿“蹭跑”婺源马拉松。

(受访者供图)

说,过量奔跑可能会积累一些损伤,影响身体健康和生长发育,“甚至可能影响到身高发育”。

因此,方华建议,十五六岁以前的孩子不宜参与马拉松等专项耐力训练,“他们应该在身体发育成熟后再考虑增加运动负荷”,即便有天赋的孩子想往专业跑者方向发展,“这个年龄开始专业系统训练也不晚”。

“赛道鸡娃”除了给孩子带来健康风险外,无视规则的蹭跑行为得以发生,也应给各大马拉松赛事组委会敲响警钟。

“这一事件中,不仅存在小女孩违反全马参赛者年龄标准规定的情况,还有蹭跑转让号码牌的行为。”北京市法学会体育法学与奥林匹克法律事务研究会秘书长董双全对记者表示,蹭跑行为不仅违反了马拉松比赛规则,违反了《中国马拉松及相关运动赛事管理办法》以及《中国田径协会路跑赛事办赛指南》等文件的要求,如果存在组委会明知其参赛未及时劝阻,还陪跑的情况,若小参赛者发生意外并遭受损害或给参赛的第三方造成损害的,“赛事组织者和这位父亲都会面临法律风险,很可能要承担相应责任”。

董双全强调,体育赛事规则是保障公平竞赛的基石,任何违规行为不仅是对其他选手努力与付出的不尊重,甚至更可能给赛事运营和公共安

全带来潜在风险,“据报道,这次婺源马拉松参赛人数约1.5万,参赛者如造成一定后果,比如扰乱了大型群众性活动秩序,那么还有因扰乱体育比赛秩序被处以拘留处罚的法律风险”。

因此,蹭跑尤其是未成年人蹭跑绝不能被效仿。“针对赛事组织者,其应严格履行安全保障义务。严格执行赛事报名审查程序,进行赛事风险告知。在赛事举办中增强处理突发事件的能力,一经发现违规蹭跑者,应立即罚下赛道,合理为参赛人员提供引导、急救等服务。”在董双全看来,体育管理部门、赛事主办方、公安机关等各方均应加强对公众的宣传教育,引导参赛者根据自身身体条件,理性参加马拉松赛事,遵守赛事规则秩序。

而家长作为监护人应对未成年子女的安全负责,选择和其相适应的体育比赛活动。“适当的年龄做适当的事情,我们可以鼓励孩子参加适龄的少年儿童马拉松比赛,揠苗助长并不可取。”董双全说。

不能从一个极端到另一个极端

“避免过早专项化是当前青少年体育发展中需要重视的问题。”方华表示,不同年龄段的孩子有不同的运

动需求,例如,3-6岁的孩子应掌握基本动作技能,如跑、跳等位移技能和拍球、踢球等操作技能,而6岁至10岁则是发现孩子天赋和能力的关键阶段,“家长应鼓励孩子多尝试不同运动,让其找到最喜爱的项目,并保持热情,这样才能让孩子在运动道路上走得更远”。

方华强调,从小接受正规的基础运动能力训练,如爬、走、跑、跳、投等,能够为孩子的长远发展奠定坚实基础,减少运动伤病,延长运动寿命。因此,她建议家长在田径、体操等基础大项上,再为孩子选择一项与操作有关的体育项目,鼓励孩子在10岁前多接触不同的运动项目,“如篮球、足球、羽毛球等,这有助于锻炼孩子全身协调能力并提高专注力”,或者游泳以及冰雪运动,不仅有助于孩子全面发展体能和技能,还能提高他们的平衡感和肌肉发力感受。

同为家长,方华能感受到越来越多家长增强了对孩子体质健康的重视,但隐约呈现出从一个极端到另一个极端的趋势,“以前都在抓孩子的成绩,现在体育也‘卷’起了风潮”,在她看来,亲子活动的目的应当是陪伴、交流、创造共同回忆,不应被锦标主义所驱动,“如果从孩子身体健康的角度出发,家长能督促孩子做到每天在户外运动一个小时,已经非常好了”。

“跑步是适合青少年的运动,关键在于度的问题。”在田径国际级裁判、北京体育大学副教授闫俊涛看来,“未成年人蹭跑”释放出的不完全是负面信号,一方面,要提醒赛事组织者严格办赛流程,另一方面,也能看出年轻群体对路跑赛事的需求,从而开辟更多样化的赛事空间,“是不是可以看到新的机会?”

闫俊涛表示,“青少年蹭跑”现象最值得警惕的是评论中不少将其视为“正能量”的评价,“这说明我们缺乏科学、健康的跑步文化和体育观”,在他看来,近年来,中国路跑赛事的迅速发展有助于让新一代年轻人摆脱跑步运动“枯燥”“乏味”的刻板印象,但前提是要通过家庭、学校甚至赛事体系的正向引导,“要先从适合身心健康的距离开始,从趣味开始,绝不能一蹴而就”。让青少年跑起来这件事,赛事应该主动“卷”。

“赛事是体育教育中不可缺少的一环。”李华民表示,他从不提倡家长带孩子参加长距离的路跑赛事,但鼓励大家去参加短距离亲子项目,“但这些赛事在检录、领奖等环节仍缺乏专门针对小朋友的服务与保障”,他建议,要吸引孩子真正爱上适合他们的赛道,赛事组织方首先应当设置适合不同年龄段孩子参赛的距离,其次,应当在号码牌、装备领取、趣味互动等环节进行优化,“比如,奖牌、毛巾等赛事周边能不能更符合孩子的审美?拍照、放松等区域能不能有一些动漫角色的加入?”

在李华民看来,让孩子投入体育运动像是为未来人生进行技能和“三观”的储备,例如,如何为实现一个目标去有条不紊地准备、统筹时间?如何在感到疲倦和枯燥时重拾动力?如何在规则内赢、体面地输?“在这些获得的素质中,尊重规则是前提和底线,带孩子蹭跑这件事,从站上起跑线的一刻,这位父亲就已经作出错误的示范了。”

据中国青年报