

## 10岁娃跑马拉松，为何“没那么励志”？

2024年12月11日 09:31 来源：工人日报



据澎湃新闻报道，本月初，在江西上饶的一场马拉松比赛中，一名10岁小女孩戴着其父亲的号码跑完全程。

“道路两旁的人都在为她鼓掌。”然

而，事件很快出现反转，根据规定，20岁以上才能参加全马比赛。不少网友质疑“虎爸”的育儿方式是否有损孩子健康，并认为“这没那么励志”……组委会经过调查认定，小女孩属于违规参赛，将对其父亲进行处罚。

鼓励孩子锻炼是好事，但有一个前提：遵守底线，而非挑战极限。

首先，应从未成年人的生理机能视角看问题，“她还是个孩子”。正如运动健康专家所说，这个年龄段的孩子正在发育期，长距离奔跑可能损伤关节和骨骼。其实回归理性看：到什么年龄做什么事情，没到什么年龄就不该鼓励其做什么事情。比如，我们一直提倡见义勇为，但对于未成年人，常常说要“见智为”，这正是适应其生理、心理和现实能力的改变。

其次，要遵守社会规则。体育赛事在报名时对年龄、身体状况、参与项目都有着严格规定，这次跑全马的女孩被其父亲偷偷带入现场，显然违规。此前一些低龄儿童跑全马事件中，也存在家长给孩子报“欢乐跑”，却违规上了全马赛场的现象。

此外，要考虑社会影响和价值观导向。未成年人跑全马，表面看很励志，但实则却是以逾越规则、损害健康等为代价的。这究竟给社会传递了怎样的信号？究竟是“励志”更多还是负面示范更多？况且，为了锻炼自己的孩子，让不该独立的孩子出去独立，这就等于把管理、照顾孩子的责任和成本转嫁给社会。

不久前，一位父亲让4岁的孩子自己买票坐地铁回家，这的确有着一份家长的良苦用心，但没防护、没预案的“大撒把”也给公共交通、站点运营带来麻烦。

望子成龙、望女成凤，是人之常情，但孩子有着他们自身不可逾越的成长规律。家长要有底线思维、尊重规律，不要盲目地让孩子挑战极限、突破极限。近期，上海推出新规，中考体育实行“良好即满分”，这回归了鼓励运动和体育测试的初心。这种理念和思维值得更多人深思。

花有花的芬芳，草有草的葱郁。帮助孩子成长，不妨量力而行、静待花开。

单词：	fǎnzhuǎn 反 转	zhìyí 质 疑	wéiguī 违 规	lìzhì 励 志
	dǐxiàn 底 线	sǔnshāng 损 伤	tíchàng 提 倡	xiǎnrán 显 然
	yúyuè 逾 越	zhuǎnjià 转 嫁	cōngyù 葱 郁	liàngliérxíng 量 力 而 行

讨论：1. 你对 10 岁孩子参加马拉松比赛这件事有何看法？你认为这样的活动对孩子的身心健康有何影响？

2. 在日本，是否有类似的未成年人参与极限运动的情况？如果有，你认为社会和家长对此类活动的态度是怎样的？

源新闻：<https://www.chinanews.com.cn/sh/2024/12-11/10334259.shtml>

音声 URL：<http://ttn.co.jp/sound/text/files202501101736497511.m4a>