

保持“距离感”才是真正的支持



刚柔并济

体育不需要显微镜下的完美偶像,只需要赛场上的真实战士,保持距离、不突破隐私底线的支持才是作为粉丝应该做的。

”

当羽毛球拍划破空气的声响与粉丝的尖叫在羽毛球亚锦赛场馆内交织,一场关于“热爱”的边界争议正在蔓延——贾一凡因拥挤的追星人群指甲断裂,志田千阳因粉丝跟踪在社交媒体上表示“感到不舒服、很害怕”。羽毛球场上的每一次挥拍都该是力与美的绽放,但当镜头越过底线对准运动员的私生活,当“应援”变成“围猎”,我们看到的是畸形“饭圈”文化的弥漫。

当我们关注一位运动员,应该将镜头聚焦在其赛场上的精彩表现,以及他们对“更高、更快、更强”的追求,乃至对自身极限突破的背后故事。但当部分粉丝开始越过边线,将镜头对准更衣室通

道、酒店电梯乃至家庭住址,这种畸变的追星逻辑,本质上是对体育精神的打击。

从酒店走廊到训练场馆,从机场大厅到赛后通道,当无处不在的镜头让体育明星“连呼吸都要小心翼翼”,竞技体育就将沦为“楚门的世界”,体育精神的纯粹性也会在这些显微镜式的窥视中分崩离析。

在某些比赛期间,黄牛兜售明星运动员的训练时刻表,将专业运动员的基础训练拆解成追星打卡游戏,这背后反映出的是运动员的日常生活被“颜值经济”影响。而这种情况也早非个例,国乒队员被围堵训练场导致训练中断,花滑选手收到恐吓信,田径名



志田千阳(左)在羽毛球亚锦赛中 潘笑坤 摄

将因CP粉造谣不堪其扰……体育饭圈化正在制造新型暴力,体育竞技的核心价值也正在被流量吞噬。并且很多粉丝将“热爱”当做这种“暴力”的借口。

今年全国两会期间,抵制饭圈文化受到众多代表委员热议,也相继出台了一些制度性保护措施,保护运动员的正当权益。体育的魅力在于突破极限的汗水,在于永不

言弃的泪光,而不是精修图中的假笑。而真正的体育粉丝,也应该形成团结的合力,将“饭圈”的顽疾拔除。真正的体育支持者,要懂得在呐喊与沉默间把握分寸,赛场上,用掌声为他们加油,赛场外,以克制表达尊重,为每一份拼搏点赞,就像马龙面对跟拍者时那句“请离我的生活远一点”,理应成为粉丝行为的红线。

(余敏刚)

中国足球需要自己的“森保一”



嘉言懿行

改变中国足球现状,除了完备青训体系的建立之外,本土教练培养体系的建立也迫在眉睫。

”

随着国少队在U17亚洲杯中被乌兹别克斯坦队逆转,这届U17队伍再次无缘世少赛。在分析此次失利后,各方矛头指向了外籍主教练上村健一。

消息显示,在备战过程中上村健一“刚愎自用”,拒绝与中方教练组充分沟通,甚至在高原作战时忽视体能调整建议,最终导致球队表现不佳。而在这背后,反映出的更深层的问题在于——中国足球是否过度依赖外籍主教练这根“救命稻草”?

过去10年间,中国男足国家队先后聘请了6位外籍主教练,从卡马乔到里皮,从希丁克到现在的上村健一,球队在国际足联的排名却不升反降,这种“高投入、低产出”的模式背后,我们不难发现一个共同点,那就是这些外籍主教练大多对中国足球缺乏深入了解。上村健一在备战期间拒绝安排高质量热身赛、忽视高原作战建议的做法,正是这种外籍主教练“水土不服”的典型表现。这种“外来的和尚好念经”的思维定式,正在扼杀中国足球的自主发展能力。

以邻国日本为例,他们始

终坚持“以本土教练为主体”的发展战略。现任日本国家队主帅森保一在执教前,曾作为助理教练跟随多位外籍主帅学习长达8年。这种“师夷长技”的模式,既吸收了先进理念,又保持了自身特色。数据显示,在日本J联赛中,本土教练占比高达78%,而中超这一数字仅为32%。

改变中国足球现状,除了完备青训体系的建立之外,本土教练培养体系的建立也迫在眉睫。无论是政策的支持,还是上升学习进修渠道的疏通,都应该与青训球员的培养同步进行。毕竟,以一个球队的角度来说,优秀的球员只能算“优质食材”,要想真正促成“一锅美味”,还得要“专业大厨”的烹饪。

中国足坛名宿徐根宝曾言:“请十个外教,不如培养出一个自己的弗格森。”外教可以带来暂时的战术革新,但中国足球的长远发展,终究要靠建立自己的教练体系,只有当我们能培养出属于自己的“森保一”时,中国足球的振兴之路才能更加稳定地走下去。

(谢嘉伟)

战胜“自己”才能获得新生



阔步高谈

运动员面对“发育关”的自我较量,不仅是挑战自身的过程,也是运动员不懈拼搏精神的生动体现。

”

近日,在2025年世界泳联跳水世界杯墨西哥站,18岁的全红婵在女子10米台决赛中不敌队友陈芋汐,获得银牌。赛后,“全红婵变胖了”的话题登上热搜,这位两届奥运会金牌得主在成年后的首场国际比赛中,面对的不只是对手,更是自己身体的变化——发育关,这一跳水女将们无法回避的成长阵痛。

跳水是一项对体重和身体控制近乎苛刻的运动,尤其是女子10米台项目,运动员需要在空中完成复杂的翻腾转体动作,任何微小的体重增加都会改变重心位置和旋转速度。全红婵在东京奥运会时身高仅1.43米,而到巴黎奥运周期,她已长高7厘米,体重增加7公斤。这种变化对技术动作的影响是颠覆性的。前跳水女皇高敏曾形容这个过程“像走钢丝一样”,稍有不慎就会导致技术退步或受伤。此外,发育关的挑战远超生理层面,更是对心理韧性的极限考验,这种内心挣扎在顶尖运动员中并不罕见,陈芋汐在发育期也曾陷入自我怀疑的漩涡。

乐观的是,放眼跳板跳台,能够克服“发育关”的运动员并不在少数。远至中国跳水队的前辈高敏、郭晶晶、伏明霞,近至全红婵的

教练陈若琳、全红婵的队友陈芋汐,都经历过这种“阵痛”,并且在度过“发育关”之后保持巅峰状态。

而这种“与自己战斗”的经历,放眼整个体育圈也并非罕见。去年巴黎奥运会中闪耀世界泳坛的潘展乐也面临过“生长痛”,力量、身高上不去,怎么努力都游不过别人,但他还是依靠日复一日的艰苦训练,完成了积累到突破的故事;花滑运动员安香怡,进入到发育期后,身高每增长一厘米,又或是体重增加一斤,那么在跳跃旋转时身体的重心都会发生变化,在生理和心理上都造成了压力,但她一切从零开始,用三年时间重回花滑全锦赛最高领奖台……而与之类似的故事,还发生在体操、羽毛球、田径等等项目的赛场上。

对于运动员来说,发育关不会是运动生涯终点,而只是一个必须跨越的成长节点,更是“凤凰涅槃”的契机。而在这新生背后,我们所能看到的不仅是运动员自我挑战的过程,也是不懈拼搏精神的生动体现。正如全红婵所说:“去拼一拼,努力成为自己想成为的那个样子。”运动员在成长道路上与自己战斗的精神,诠释着体育最动人的力量。

(高玲玲)