

少儿拳馆每天8间教室同步教学；武术、击剑等项目成女孩新宠

嘿哈！寒假培训班涌现“功夫娃娃”

今日女报/凤凰网记者 张秋盈

“嘿！”“哈！”“反应再快一点！”

在长沙市星沙县一家武术教学道馆内，拳击手套猛烈碰撞的声音不绝于耳。一名6岁多的女孩熟练地一记勾拳砸在墙上，其他孩子们正学习如何出拳和躲闪。门外，家长们透过玻璃看着孩子们的一举一动……这个寒假培训班里，正上着少儿散打课。

每年寒暑假，孩子们的培训都是热门话题——以往，课外补习和各类艺术培训受宠，可近年来，越来越多家长重拾孩子们的体魄锻炼，让他们开始了“习武生涯”。

据《2020湖南省跆拳道行业报告》显示，2019年长沙共有339家跆拳道馆，跆拳道市场规模达25亿元，相较于2016年增长了10亿元，其中培训占81.5%。让孩子们从小习武，新一代的爸妈们怎么看？除了武术、跆拳道，还有哪些阳刚项目正流行？请跟着今日女报/凤凰网记者来看看。



扫码看萌娃散打现场

功夫妹子与功夫小子平分秋色

27岁的吴慧虎是坐落于长沙县一家训练馆的教练，7年的教学经历中，他见证了“中国功夫”在长沙的走红。

“我小时候不爱读书，父母送我去学了武术。”吴慧虎说，上世纪九十年代，只有成绩不好、被家长看作“没出息”的孩子才会被送去学功夫。但随着时代变迁，现在的家长思想发生了很大的变化，“他们不仅希望孩子学习好，身体和精神也要更勇敢、刚毅”。

吴慧虎介绍，2011年，第一家店刚开业时，只招到10多名学生，而且是清一色的男孩。10年过去，36家分馆已经遍布长沙各个角落，学员共计10000多名，更有意思的是，功夫妹子几乎占了一半，她们和功夫小子平分秋色。

涵涵是一名4岁的小女孩，经过半年

多的训练，她已经成为了小区的“杠把子”，一到晚上，就带着其他孩子打拳、练功。“小区里一帮两三岁的孩子都是她收的徒弟。”涵涵妈妈笑着说。

除了男女比例的变化，吴慧虎说，学员年龄变化也十分明显。5年前，他教的基本是7岁以上的小学生，孩子通过校园活动认识了武术，便央求爸妈报名学习。而现在的学员都是3岁左右，家长让孩子学武的意愿更足，“有一些家长，孩子才2岁，爸妈就带过来了”。

有人说，如今的孩子越来越娇气，女孩更是骂不得、碰不得。那“小公主”们也爱习武？今日女报/凤凰网记者在走访中了解到，不止是练习中国功夫的武术馆，长沙的跆拳道馆也有近半的女学员。

“行业公认2017年、2018年是一个爆



教练带着孩子拉韧带。

发期。”长沙竞学跆拳道馆老板唐石顺告诉记者，在《2020湖南省跆拳道行业报告》显示，2019年长沙共有339家跆拳道馆，跆拳道市场规模达25亿元，这个数字相较于2016年增长了10亿元，其中培训占81.5%。同时，湖南省内的跆拳道赛事也越来越多，尤其是针对3~4岁孩子的低年龄段赛段，“原来一个参赛的孩子都没有，现在台下能坐一大群，女孩快占到一半”。

功夫娃，当自强

吴慧虎是在一次下课的间隙见到天天妈妈的。妈妈满脸怒气，而一旁5岁的小男孩看上去很木讷，低着头不说话。

“他妈妈都快急死了。”吴慧虎回忆，天天是一个性格非常内向

的男孩，在学校里，总有一帮小孩欺负他。面对这样的“围攻”，天天只会站在那里一动不动，也不敢告诉家长。

“直到有一天，他妈妈亲眼看到了这一幕。”吴慧虎说，天天妈一边责怪孩子不懂反击，一边反思自己的教育。第二天，天天妈妈就来到了武



散打课是不少孩子最喜欢的功夫课程。

术馆，“价格都不问，找我报了一个私教班”。

吴慧虎告诉今日女报/凤凰网记者，因为“软弱”被送来学武术的孩子更多体现在低龄女孩身上，但大多数家长还是希望孩子们通过习武强身健体，变得自信。

谢妈妈的孩子翔翔今年刚4岁半，是个胖胖的小男孩，身体不太好。谢妈妈告诉记者，她送孩子去学跆拳道，就是让孩子有个好身体，“成绩好不好不说，至少身体要好，身体是革命的本钱”。

而同样4岁半的明明，则

是被爸爸“拎”进了跆拳道课堂。这个年轻的爸爸从小就有功夫梦，经常一边看儿子学，自己也忍不住跟着比划两下。“男孩子还是要男子气概，不能太文艺范儿了。”明明爸爸说。

实际上，对“阳刚之气”的期盼不仅男孩家长有，女孩家长也有。妙妙妈妈就是一个希望女儿更“刚”的辣妈。

“她太害羞了，一见到陌生人就躲。”妙妙妈妈说，女儿才5岁就已经学会忍住情绪了，“我不希望她以后是个默默哭泣的‘林黛玉’”。

“跆拳道出招之前经常要‘嘿’‘哈’地喊出来，注重情感的表达。”唐石刚说，通过长期的跆拳道训练，可以让女孩们更大方自信，善于表达自我。

“贵族体育”平民化，“泛武艺”培训正当红

雪白的套装、庄严的面具，配上帅气的剑……这样的装扮以往只在电视剧里的富裕男主角身上看到。可近年来，长沙一些4岁左右的娃娃们也配上了这套行头——他们不是演戏，而是在进行击剑训练。

“以前的贵族体育项目已经平民化了。”长沙某击剑培训机构教练小杰告诉今日女报/凤凰网记者，除了置办衣物的费用高一点，学击剑的学费其实跟其他体育培训项目差不多。目前，长沙已有超过20家击剑培训机构，招生情况火爆。

小杰说，四五年前举办一场幼儿击剑

赛，一个同年龄赛组最多10个人，现在起码有50人。另外，由于击剑装备好看，“打起来”是隔着衣服，动作比较优雅，所以一些认为“习武太粗放”的家长让孩子选择击剑。

记者了解到，如今，除了武术、跆拳道、击剑等项目，越来越受欢迎的“泛武艺”类培训班还有



家长向教练反馈，击剑“对决”时孩子会显得十分优雅。

拳击、太极等。另外，一些专门培训足球、篮球、乒乓球的校外体育培训机构正出现不少女教练，她们专职带领女孩们开展训练。

“新一代父母更希望女孩与男孩一样坚强。”小杰说，这是不少家长反馈的想法，“家长盼望孩子通过激烈的训练变得强大，未来在社会竞争中更有底气。”

声音 >>

幼童习武，折射家长对教育的成熟思考

邢登江（北京航空航天大学体育课程责任教授，武术国家级裁判、中国武术协会委员）

正确习练武术能起到强身健体的作用，是提升青少年体质的重要手段之一。家长在教育中增加武术等体育项目的学习，是对儿童教育发展有了更成熟的思考。

体育教育在过去很长一段时间里，被家庭教育所忽视。但实际上，让儿童经常进行武术等体育项目的学习与训练，不仅能明显提高孩子的反应能力和平衡能力，有助于智力发展，同样也有利于其情感发展。根据儿童的生理及心理特点，这个时期的儿童并非理智支配情感，而是情感支配理智。如果幼儿在这一年龄段没有使他们发挥性格特征的空间，满足不了他们活泼好动的外在要求，这时，他们的内心世界就会更加活泼起来，性格受到压抑，从而出现注意力不集中、不听话，对大人（家长、老师）有反抗情趣，乱发脾气，与小朋友相处不好，变得孤僻等情况。

参加武术活动，正好适应了幼儿这一时期的格特点，缓解了幼儿对外在环境的压抑心理，使幼儿有机会表现自己的情感，充分体验到快乐之情，克服恐惧情绪。在我国特别重视少年儿童素质教育的今天，通过幼儿武术教育对儿童的身体、智力、创造力、情感、美感、社会性等因素的和谐发展具有积极作用。

小贴士 >>

选择正规机构，避免运动伤害

目前，市场上的泛武术机构很多，可能存在不合规的招生现象。家长在选择培训机构时，除了考察硬件设施，查看培训机构和教练的证件资质外，还可以多带孩子实地参观武馆、跆拳道馆，亲身体验几次；同时观察教学是否规范、安全方面是否合格等。

唐石刚提醒，孩子学习跆拳道也需要注意几个方面。各道馆暑期学员一般以3~12岁的初学新生为主，这个年龄段的很多孩子还不懂得避免运动伤害。因此，在运动前，要做好热身；训练时应严格按照教练指示和带队队长的示范动作进行训练；另外，运动出汗后，不要马上喝冰水、吃冷饮，这样容易引起感冒和胃痉挛。