



儿童参与“成人化”运动  
屡现伤残悲剧

幼儿园娃娃踩着高跟鞋跳拉丁舞,结果扭伤脚踝;4岁幼儿玩蹦床时摔伤,导致肘关节骨折……

记者调查发现,许多培训机构开设了少儿拉丁舞培训班、少儿蹦床班等,一些家长趋之若鹜,练习者低龄化趋势明显。专家表示:儿童运动“成人化”不可取,切不可拔苗助长。一些家长不切实际的选择,恐会酿成终身悔恨的家庭悲剧。

## 儿童运动“成人化” 健身不成反伤身

商家蛊惑、家长“私心”  
导致孩子涉险

科学健身 别把孩子  
当自证“成功”的“工具”

最近,云南省第一人民医院骨科医生保毅遇到了一名令他揪心的患儿。4岁的贝贝(化名)在玩蹦床时,不幸从高处摔落,胳膊着地时肘关节严重骨折。痛哭流涕的孩子,被送到医院紧急手术。“孩子肘关节损伤严重,今后恐难恢复正常了,家长捶胸顿足,后悔不已。”保毅说。

记者走访多地调查发现,幼儿园开设蹦床兴趣班、拉丁舞选修课不在少数。

长沙某私立幼儿园专门聘请了蹦床培训老师给孩子上课。当记者咨询能否保证孩子安全时,这位老师称“绝对安全”。

“没有人能保证学龄前孩子学蹦床是绝对安全的。在临床上,我们遇到的因蹦床运动发生身体伤害的患儿日渐增多,这需引起重视。”长沙南湖医院脊柱外科主任医师黄清明说。

中南大学湘雅二医院骨科医生陶澄说,儿童骨骼相对成人更柔软,更容易骨折变形。儿童选择运动项目不宜“成人化”,而拉丁舞中的恰恰、牛仔、桑巴运动量大、节奏快、转变动作多,儿童稍不慎就可能受伤。跳拉丁舞时,女童必须穿高跟鞋,不利于孩子骨骼生长发育。此外,蹦床对孩子有吸引力,但有较大安全隐患。盲目参与蹦床培训,易造成肘关节和踝关节损伤,不建议10岁以下孩子选择。

专家们表示,儿童身体机能不成熟,不能像成人一样进行太剧烈、强度大、时间长的运动。在自身身体条件存在局限,教练水平不高以及防护措施不到位的情况下,儿童从事“成人化”运动很容易导致小孩骨关节及韧带损伤,致骨生长发育畸形,成年后肢体长短对应不一,影响关节、肢体外形及活动。

专家还提醒,儿童自我保护意识不强,平衡及控制能力有限,在参与攀岩等有一定危险系数的运动时,一旦高空跌落,容易导致关节韧带受损,如果伤及脊柱、脊髓,会致高位截瘫甚至全身瘫痪。

“儿童攀岩了解一下,可以飞檐走壁的那种”“拉丁舞从娃娃抓起,给你最有气质的淑女”“蹦床运动对孩子的六大好处你不可不知”……

记者发现,各种儿童攀岩、蹦床、拉丁舞培训广告遍布网络平台,推荐词都很惹眼,很能激发“望子成龙”家长们的欲望。

每到周末,昆明一商场内的儿童攀岩项目就很受欢迎。高16米,一次收费38元,即便没有受过专业指导和培训的小孩也可参与。

在旁边观看孩子攀岩的王姓家长说:“小孩第一次就攀那么高,如果不做好安全防护还是很危险的。我也是观察了半天,检查了攀岩的用绳、儿童的安全带、攀登鞋等设施,才决定让孩子试一试。”

记者注意到,商家对家长的保证是,教练对孩子是“一对一”看护,直到孩子登顶后安全落地。但实际情况却是,孩子很多,教练根本顾不过来,有的孩子登顶后,不知该如何下降,双手抓着岩点开始大哭,这时才有教练爬到顶,帮助孩子降落。

“我现在挺后怕的,不该那么冲动,我的小孩在上面,不知道怎么下来,我在下面干着急。商家不能为了赚钱,而忽略了安全。”这位王姓家长说。

运动专家表示,孩子玩室内攀岩,如果在教练一对一帮助下,安全是有保障的,但如果孩子不做准备活动,教练不讲解注意事项,那么在攀爬中,孩子很容易受伤。此外,孩子登顶后,虽然有保护员在地面调节绳索,帮助孩子降落,但如果不小心,使绳索和攀岩墙距离过近,孩子也可能发生危险。

记者发现,一些儿童培训机构和私立幼儿园正是抓住了部分家长爱攀比、追潮流乃至炫富、猎奇、从众等心理,运用一些新奇的“噱头”吸引家长,打着“素质教育”“培养贵族”“高端大气”的旗号,开办各种“成人化”运动的兴趣班。而一些家长一旦让自己的孩子参训,就喜欢在“朋友圈”等各种网上社交平台晒晒孩子参加拉丁舞比赛、蹦床兴趣班、攀岩的照片,以满足炫耀的“私心”,却不曾考虑这些运动是否真正适合孩子。

保毅说,防止少年儿童运动成人化,主要特指大部分孩子的业余体育训练,而非专业或职业运动员培养。儿童的体育训练,一定要根据孩子的生理、心理特征、爱好和项目特点,制定训练指标,选择训练方法,采取训练手段和措施,科学安排运动。

一些骨科医生指出,近年来,因过度运动而导致运动损伤的患儿数量增加,确实敲响了儿童运动的安全警钟。大多数孩子如果不是向专业运动员发展,就要掌握锻炼的频次和程度,根据孩子成长的时期,制定不同训练方法,让身体全面均衡发展。

保毅表示,给孩子选择运动项目,除了兴趣外,更需考虑安全性、孩子的承受度及生长规律。如果过早做一些成人化运动,不利于身体的正常生长发育,对关节、骨骼发育都有不良影响。

专家们表示,体育锻炼的主要目的还是强身健体,孩子应进行与他们年龄相符的、常见的体育运动项目。湖南省人民医院关节与运动医学科康复治疗师王洪涛建议,对于小学生和幼儿园孩子,应结合生长发育特点,选择一些提升平衡感和灵敏度的运动,如:跳绳、仰卧起坐、抛球、踢球、丢沙包、健身操等,不宜进行举重等负重训练,也不宜选择拉丁舞、蹦床、攀岩等成人化运动项目。需要注意的是,儿童在运动前,必须要注意热身和运动保护,以免造成运动损伤。

“孩子运动的原则应是安全、健康和快乐。”湖南省脑科医院精神科主任周旭辉认为,家长应调整心态,避免把自己的愿望投射到孩子身上,不要把孩子当成证明自身成功的“工具”;也不能拔苗助长,逼迫孩子选择不适合自己的运动,应该观察孩子的爱好,帮助他们找到兴趣,根据自身特点选择项目。

(据新华社长沙9月23日电)

大地水泥杯“@鹰城”视频大赛

创全国文明城市  
建美丽宜居家园

文明创建主题视频征集

美丽家园/凡人善举/身边楷模/公益宣传/最美志愿者



投稿邮箱: mlvc2018@163.com

联系电话: 0375-4943170

主办单位: 平顶山市委宣传部、平顶山市委网信办、平顶山日报传媒集团

总冠名: 大地水泥集团(大地水泥 贾湖酒业)

