

7岁萌娃耍霸王锤，央视舞台气场全开

苦练多年，只为35秒惊艳！邵阳“功夫小孩姐”孙彬婕凭一身武术火全网



扫码看视频

2月17日，2026年中央广播电视总台少儿春晚播出，来自湖南邵阳的7岁女孩孙彬婕，在武术节目《功夫小子》中一袭红衣惊艳亮相，手持霸王锤动作刚劲利落、行云流水，气场全开的表现点燃全场氛围，也让中华传统武术的魅力惊艳全网。2月22日，记者联系采访了孙彬婕的爸爸孙千里，揭秘这名“功夫小孩姐”的成长故事。

■文/视频 三湘都市报全媒体见习记者 刘文

耳濡目染，三岁半练就扎实功底

孙彬婕在少儿春晚的惊艳表现，离不开家庭的熏陶与自身的刻苦。其父亲孙千里深耕武术事业40余年，在他的引导下，女儿从三岁半便开始习武。

“最初让孩子接触武术，并非想让她走专业路线，而是希望借助传统武术磨练意志、强健体魄。”孙千里说，“现在不少小女孩比较娇气，我希望她能通过习武学会吃苦，培养抗压能力，远离负面情绪。”

天赋与热爱，让孙彬婕在武术之路上飞速前进。不同于同龄孩子仅专注基础训练，在父亲的系统指导下，她刀、枪、剑、棍样样精通，同时还兼顾舞蹈、播音主持……全面发展。

孙千里对女儿的习武之路有着清晰规划：“特意让她早点接触传统武术，抓紧时间提升，毕竟到了初中就很难再有时间系统练习了。”扎实的基本功让孙彬婕学新动作格外快，一套武术动作几天就能初步掌握，但若耍到精准流畅、气势十足，则需要十天半个月反复打磨、精益求精。

临阵换项，攻克高难度霸王锤

此次登上央视少儿春晚舞台，对孙彬婕而言既是机遇，也是不小的挑战。春晚导演组最初是在社交平台上被她的表演圈粉。而在此之前，她已凭借特色武术节目登上江苏卫视春晚，日常练武视频更是在全网收获20余万粉丝、近300万点赞。

孙千里原本计划让女儿表演最擅长的大刀，可就在演出前七八天，突然接到通知改为霸王锤——这是一项极少有儿童练习、对臂力和爆发力要求极高的器械。“整套动作讲究速度与气势，还要配合节目音乐，需要在35秒内完整呈现。”孙千里表示，凭借过硬功底，女儿仅用两天就熟练适应全新动作，完美完成这次紧急调整。

她用热爱与坚持传承中华武术

舞台上，红衣飒爽的孙彬婕手持霸王锤，一招一式精气神十足，表情与动作配合得天衣无缝。短短35秒的C位展示，尽显传统武术的刚健与力量，让观众真切感受到少年武者的风采。网友纷纷点赞：“小小年纪功夫了得，气场全开！”“邵阳萌娃好样的，把中华武魂演活了！”

舞台上的从容淡定，离不开日复一日的坚守。如今已是小学生的孙彬婕，每天放学后雷打不动练习基本功，即便春节假期，也主动在家练习空翻。“有时候训练累了也会闹小脾气，但哄一哄、讲道理，很快就会重新坚持。”说起女儿，孙千里满是心疼与骄傲。

从邵阳练功房到央视大舞台，7岁“小孩姐”孙彬婕用一招一式展现少年朝气，以热爱与坚持传承中华武术文脉，未来可期。



大图：孙彬婕登上央视少儿春晚，表演节目《功夫小子》。

小图：孙彬婕和爸爸孙千里。

均由受访者供图

新春意外喜：返乡归来阳台斑鸠生了两娃

小鸟该不该喂？专家：大量投喂会让其失去自然觅食能力



扫码看视频

三湘都市报2月22日讯 春节出行后返家，长沙市民意外收获“添丁”惊喜。2月22日，外出多日的长沙市民付女士发现，自家阳台上此前筑巢的一对珠颈斑鸠在春节假期孵出了两只幼鸟，这让一家人既惊喜又有些不知所措。

市民：小鸟家中筑巢，该不该喂

2月22日中午，付女士一家从老家返回长沙湘江世纪城的家中，一阵“咕咕咕”声立刻吸引了孩子们的注意。原本在阳台筑巢产卵的珠颈斑鸠，已顺利孵化出一对幼雏。6岁的孩子好奇地学着鸟鸣，一人一鸟仿佛在对话。

付女士回忆，一个多月前，她发现阳台护栏转角处多了几根枯枝，起初并未在意，随手清理了。不料没过几日，树枝又渐渐增多，她这才发觉，是一对珠颈斑鸠专程衔枝来此安家。此后她特意固定好窗户，还在附近撒下大米，很快便被小鸟取食一空。

“刚发现它们时天气还很冷，鸟巢时常空着，我们家孩子特别担心小鸟挨饿，把大米、杂粮甚至煮熟的米饭都放在窝边，后来才发现它们只吃生米。”付女士笑着说。

春节前夕，鸟窝里添了两枚鸟蛋，让一家人惊喜不已。此后一只斑鸠安心孵蛋，另一只则外出觅食，默契相守。春节假期离家几天，付女士一家还特意在窝旁备好米粮与豆类，返家时就见到两只幼鸟蜷缩在一起，十分可爱。

“能有小鸟来家里筑巢，真的特别惊喜。这也说明我们身边的环境越来越好，人与鸟儿能这样和谐共处，格外美好。”付女士感慨道。不过也有些困扰：她上网查资料发现，不少网友提醒不要随意投喂野生动物，这让她一时拿不定主意。

专家：不建议长期投喂，恶劣天气可适度补充

2月22日，记者就此采访了长沙市野生动植物保护协会会长周灿英。

“珠颈斑鸠在长沙很常见，是典型的‘城市友好型鸟类’。”周灿英介绍，“现在长沙生态环境越来越好，绿化增多、食物充足，斑鸠在阳台、空调机位、窗台等

筑巢的情况越来越多，这其实是城市生态向好的一个信号。”

周灿英说，在日常生活中，麻雀、白头鹎、乌鸫、八哥、白鹭等鸟类也很常见，这些鸟类已经适应了城市生活，是市民身边最常见的“野生邻居”。

对于市民要不要投喂这些“邻居”，周灿英建议：不要长期投喂，不要刻意让鸟类产生依赖，极端天气可适度补充。

“每天大量投喂，会让鸟类失去自然觅食能力，也容易带来卫生和疾病传播问题。但遇到寒潮、雨雪等恶劣天气时，可以适当补充一点食物。”周灿英说，“如果投喂，建议提供小米、稻谷、玉米、绿豆等干净原粮，再搭配少量清水，不要投喂面包、馒头、剩饭、零食等含盐含糖的加工食品，以免损害它们的健康。”

周灿英还介绍，市民若是遇到落单、受伤的小鸟，如果是羽毛没长齐的雏鸟，没有受伤，大概率是学飞时掉落，亲鸟一般就在附近，可以把小鸟移到旁边安全隐蔽的地方，人离开后，亲鸟会回来照顾。如果小鸟明显受伤、流血、翅膀下垂、无法站立，可用毛巾轻轻包裹，放进透气纸箱，保持安静避光，不要自行喂食喂水，第一时间联系长沙市野生动植物保护协会或林业部门，由专业人员救助。

周灿英特别提醒，珠颈斑鸠属于国家“三有”保护动物，捕捉、饲养、买卖均属于违法行为，“救助的最终目的，是让它们重返自然”。

■文/图/视频 全媒体记者 虢灿



珠颈斑鸠孵出的幼鸟。