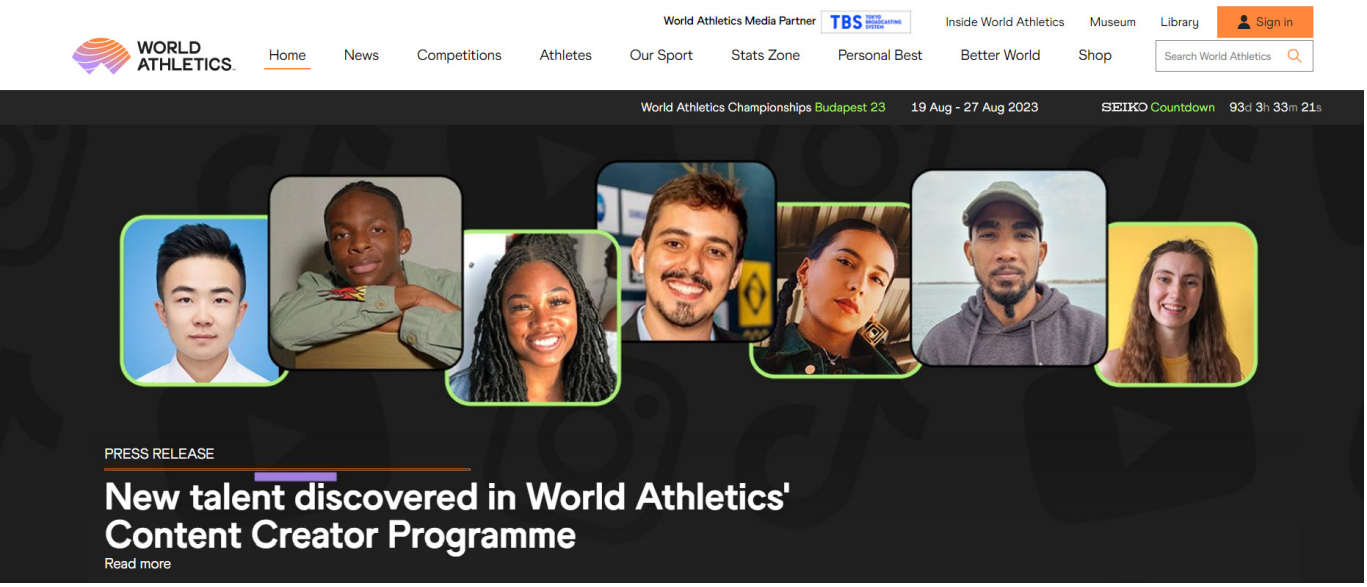


登上世界田径封面的中国人
——专访田径自媒体人哈布尔

文／雒小雨

5月17日，世界田径官网上发布了来自全球7位“New Talent Discovered”（发掘新人才）田径自媒体人的照片，其中一位年轻的亚洲面孔格外引人注意，他是27岁的中国田径自媒体人哈布尔。







从2019年至今，哈布尔在微博、抖音等国内自媒体平台的矩阵账号“田径说一哈”已坐拥50余万粉丝。从对田径赛场上激情饱满的一线报道到传播“理性但有温度”的田径文化，哈布尔发布的每一条内容都承载了他无比热爱田径的情感内核。

田径赛场从不缺天赋异禀的人，足够努力的人才能拥有入场券。同样的，把田径自媒体做到出彩也是如此。本期《体育世界》与哈布尔进行了线上交流，探寻他在田径自媒体领域的丰富经验和其创作之路。



从兴趣入场 让爱好成为专业

“热爱运动，皆是长辈们的耳濡目染和自己的性格使然。在我读小学的时候，每次运动会开幕前，爸爸经常就会跟我讲他上初高中时参加校运会的经历，也会一直提到爷爷之前鼓励他在学习之余积极参加各项运动，保持一个好身体。也许是受家庭氛围的影响，再加上我是一个活泼好动的人，所以从小就喜欢运动。”在问到从什么时候开始接触体育运动时，哈布尔回忆道。

哈布尔最喜欢短跑，但在小学和初中时一直没有机会大放异彩。直到

十六七岁，未曾受过专业训练的哈布尔因兴趣驱使自己去训练和比赛，短跑成绩突飞猛进，多次参加校运会并拿到不错的名次。虽然仅仅参与过校运会，哈布尔也意识到了赛场上的明星，可以影响到周围的人喜欢上田径运动。成人之梦，亦是达己之梦，哈布尔选择去做田径内容传播，让运动员的竞技精神影响并感染人们爱上田径运动。



就这样，他开始在微博精心策划并发布每一条田径资讯，在抖音等短视频平台剪辑专业且有力量的田径解说视频，慢慢地从一个喜欢短跑的“小将”转型成一位优秀的田径自媒体内容创作者，这无疑是一次改变自己人生的抉择。





积微成著 认真打磨内容

从“0”到“1”做一个有定位、有价值、有深度的体育类垂直账号，是一个缓慢沉淀且艰难爬升的过程。“田径这项运动需要一个懂的人去向不懂的人讲述或解释，才能实现田径内容传播的闭环，所以在国内外每场比赛结束后，我会查阅大量的资料和数据并整合成一个尽量精简凝练的视频向大家进行讲述。懂田径的受众看到视频会觉得获取了信息增量，不懂的看到视频可能会对这项运动有一些新的了解。对自己所在行业有非常深入的了解和极为丰富的知识储备，是保证创作具有独特性的重要条件。”哈布尔如此解释他做好每条内容的初衷。

一直以来，哈布尔都极为注重自身体育知识的储备和学习，他认为只有多抓住机会去跟田径领域内的学者



或者运动员进行交流沟通，了解他们赛前赛后的状态，见证他们挥汗如雨的荣耀时刻，才能创作出更具独特性的内容形式和更具专业性的知识解读。

问及哈布尔印象最深刻的一次报道，他回答道：“2020‘多威杯’首届川渝田径对抗赛的报道经历对我而言是最难忘的。这是我第一次以记者的身份参与到赛事，到了现场后，有好几位我曾仰慕的运动员和教练员竟然知道我的名字，甚至会主动跟我说话，聊我创作过的视频，这让我感到非常意外和惊喜，当时蓦然生出作为一名媒体人的自豪感。”就这样，哈布尔在那场比赛中幸运地见证了当时四川队的何宇鸿创下 10 秒 18 的百米短跑青年纪录，在之后也记录并传播着一场又一场属于中国田径的重要时刻。

每条看似仅有一分钟左右的视频，大多要花费哈布尔一两个小时去创新、去打磨。因为内容精良优质、时效性强、专业度高，“田径说一哈”的每个作品都有大量的点赞和评论，粉丝量也在全平台逐步扩大，在专业的田径圈内也小有名气，这也是“田径说一哈”能在行业内做到突出，并能长远且持续发展的原因。

不追流量 理性但有温度

在问起想把自媒体做好的话最重要的是什么时，哈布尔说：“在做这些账号的整个过程中，我没有太多关注一定要增长多少万粉丝或者是达成什么样的结果，我只是专注于把自己想做的内容做好，想把我所熟知和理解的田径内容给大家讲明白，让更多人因为我的内容喜欢上田径或者更深刻地了解田径，这些对我来说都是意义非凡的事情。”

作为一名从田径迷转型的自媒体内容创作者，哈布尔了解到不同类型的田径迷想看什么和爱看什么，因此，相较于平台上其他一些做“信息流”的账号来说，他所发布的每一条内容不是单纯的信息搬运或者是与他人重合度极

高的无差别形式，而是从不同粉丝群体的角度或思路出发，在理论武装的基础上用真情实感去创作内容。

粉丝评价其内容“理性却有温度”，哈布尔对此回应道：“关于理性，可能是大家对我内容创作准确性的一种肯定，这跟我创作和工作的流程有关。我始终觉得好记性不如烂笔头，每次做视频或写资讯的时候，我会



打开世界田径或中国田协的网页，把成绩、名单、时间等内容进行反复确认，规避每一处错误，理性是内容创作中最基础的部分；而关于作品的温度，可能我不仅给大家传递新闻资讯，更多的是在合适的时机为陷入网络舆论或有各样压力的运动员发声，希望通过这个平台，让大家对运动员有更多的理解和包容。”

此前，因为赛程安排不妥等原因，短跑运动员隋高飞会选择放弃一些比赛，网上便出现了他经常弃赛的声音。哈布尔了解运动员背后的心理压力，便找到机会让隋高飞拍摄视频，通过有一定粉丝量群体的账号解释他的弃赛原因，打消了网友们的猜疑。此外，除了人尽皆知的冠军和运动员，哈布尔还将镜头给到当下没有过多人知晓的“未来之星”。6月2日，在重庆2023全国田径大奖赛（第四站）男子400米小组赛上，来自新疆拜城的17岁选手艾力西尔，用46秒53的成绩打破了新疆成人男子400米的纪录，而哈布尔是唯一一位去采访艾力西尔的记者。随后，这段采访视频被新疆日报和政府媒体转发分享，这位优秀的少数民族运动员进入了全国人民的眼帘，被大家喜爱。

做有情怀的记者，宣扬有温度的故事，让更多人看到不一样的赛场故事和田径文化，用有温度的内容让运动员生动鲜活起来，让优秀的田径人“出圈”，是哈布尔作为媒体人始终身体力行、一直在做的事，他给自己的责任始终如一。

少年意气，挥斥方遒。在采访的最后，哈布尔信心满满地说：“把热爱的事情坚持做下去，这是一件非常酷的事情。”哈布尔希望自己今后能继续努力，持续创作和输出内容，进一步提升自己的专业水平和影响力，为粉丝们带来更多的精彩内容，深入探索田径项目的魅力，用他的知识和热情，在实践中积极参与田径、传播田径，为田径运动的发展前行贡献一份来自媒体人的力量。

（来源 / 本刊编辑部）