



影片风格青春热血



不管这条路有多长
你都可以一步一步走下去

羊城晚报记者 李丽

广东出品电影武汉举行千人路演

《我的体育老师》： 原生态青春引大学生共鸣



宋佳：《小舍得》给我重重一棒

羊城晚报记者 龚卫锋

继聚焦学生“中考”阶段的《小别离》、聚焦“高考”阶段的《小欢喜》播出后，近日，由张晓波执导，宋佳、佟大为、蒋欣、李佳航领衔主演，张国立特别出演，聚焦“小升初”阶段的现实主义剧《小舍得》在东方卫视晚间黄金档热播，话题讨论度和收视率齐头并进。剧中，坚信让孩子快乐成长的南俪（宋佳饰）与坚信让孩子拼命学习的田雨岚（蒋欣饰）因教育理念存在差异，冲突不断。孩子教育、亲子关系、夫妻相处之道、中年危机等议题，引发不少观众共鸣。

近日，宋佳接受了羊城晚报等媒体采访，她分享在剧中当妈的经历，表达对亲子关系的态度，还畅聊了职业理想。

“没当过妈，所以演妈更有意思”

在《小舍得》中，比起田雨岚深信不疑的“填鸭式”教育，宋佳饰演的南俪主张佛系养娃，看重孩子素质的全面发展。在拍戏过程中，导演张晓波曾向宋佳分享《小舍得》的理念，它讲述的是成年人的选择，以及选择之后的“舍”与“得”。宋佳说：“南俪选择为孩子创造有爱的家庭氛围，而不是让她拿高分。”不过，她也透露，在后续剧情中，南俪对待女儿夏欢欢的教育态度会经历反转：“‘可怕的南俪’还没到来，这个角色会经历一次成长。”

出演《小舍得》之前，宋佳接

“感恩父母给予我安全感和自信”

特别有安全感，所以我特别感谢我妈。我好幸运、好感恩！我的父母更在意我是否快乐，让我成为有安全感、自信的小孩。”宋佳也表示，如果自己当母亲，会像自己的妈妈一样，“我不会那么在意孩子的分数，会更在意他成为什么人。我希望他自信、有勇气和梦想，他不需要我为放弃什么，我只需要他快乐。”

剧中，南俪把妈妈宠成“长公主”，帮她洗衣、做饭，悉心照顾她的身体和情绪。生活中，宋佳也对妈妈无话不说、照顾体贴：“父母年龄越大，越要把他们当成小孩，我也总把我妈当小

孩。就像你小时候，和他们手拉着手，在他们的带领下，面对生活的未知，当他们慢慢变老时，你就应该像小时候他们对待你那样，领着他们面对生活。”

这次拍摄《小舍得》，给宋佳带来不同于以往的经验，她也希望这部剧能给观众带来温暖：“谁的生活都不容易，每个人可能都是南俪、田雨岚。有时候，生活就是琐碎的一地鸡毛，孩子就是这么不省心，你安排他上各种补习班之后，他还是不及格，面对打击，你怎么办呢？你还得自己去经历、反思、感悟。”



“焦虑解决不了问题，反倒徒增烦恼”

入行20年，宋佳塑造过多个深入人心的经典角色：《闯关东》中的“鲜儿”、《悬崖》中的“顾秋妍”、《萧红》中的“萧红”、《师父》中的“赵国卉”……她也获得过金鸡奖、金鹰奖、白玉兰奖等各大表演类奖项。回顾职业历程，宋佳坦言：“初入行时，我就知道自己不想当一个‘重复’自己的演员，这么多年，我也尽量让自己在作品、题材、角色的选择上不重复，保持一颗想要突破和进步的心。我从没在舒适区待过，依然保持对表演的热情，而且越战越勇，越拍越觉得浑身充满力量。”

最近两年，宋佳戏量

不减：《白色月光》《小舍得》《风平浪静》，以及还未播出的《阳光劫匪》《1921》《盛装》《人世间》……她不断在各类角色中挑战自我。她说：“我是一个工作狂，而且喜欢工作，我在工作时会神采奕奕。”哪怕休息时，宋佳也带着“目的”：“我每拍完一部戏都会休息一段时间，每年也定期给自己一两个月假期出去旅行。作为演员，必须扎根生活，保持对生活的敏感。只有好好生活，才能更好演戏。”

《小舍得》中的每个人都或多或少处于焦虑之中。但宋佳表示自己不是焦虑型的人：“焦虑解决不

了问题，反倒会无端增加很多烦恼。我的心比较大，有时睡一觉啥事就没有了。”在她看来，做好职业规划，调配好生活、工作节奏十分重要：“作为一个职业演员，必须保护好自己，要可持续性发展，保持创作时的愉悦感。拍一场好戏、一个好镜头，我会开心得像小孩一样蹦，这种感觉要保持。”

中生代女演员处境难是近年影视圈的热门话题，但宋佳对未来充满信心：“你演得好，自然有更多好角色找到你。你是什么样的人，就会吸引什么样的人来合作。所以，演呗！我一直演得挺高兴的。”

广东名导打造现实主义新作

《我的体育老师》讲述的是广州南武中学新来的体育老师刘昊辰在其他任课老师频频“霸课”的情况下，坚持捍卫高三学生上体育课的权利，并最终为学生们“抢”回体育课的热血故事。影片导演周勇被业界誉为“儿童片专业户”，擅长拍摄现实题材影片，曾策划、监制、导演过《荔枝红了》《网络妈妈》《孝女彩金》《闪光少年》等20多部影视作品。其中，由他执导的

电影处女作《荔枝红了》曾获第八届中国电影华表奖优秀故事片奖等十六项大奖。

当天在《我的体育老师》映后交流中，周勇透露，影片的灵感来自他数年前的一次际遇：“当时，朋友上大的儿子休学在家。我追问缘故，才知道孩子因平日缺乏锻炼而体质虚弱，不得不临时休学。据朋友透露，孩子



体育老师刘昊辰（左）培养学生的体育精神

在高三阶段基本没有上过体育课。”于是，周勇决心以高三体育课为题材，创作一部带有喜剧讽刺色彩的电影，向社会传达健康的教育与生活理念。周勇说：“希望这部电影让更多的学校和家长关注青少年的身体素质，推动青少年体育锻炼常态化。”

资深戏骨携手素人学生演员

《我的体育老师》由新生代演员孙嘉麟、魏璐领衔，知名演员侯天来、孙洪涛、王奕盛、郭丰周、沈陶然、周浩东、朱含芳、龙馨悦、于又川等联袂出演，加上四十多名素人学生，以“老带新”的阵容共同演绎了一段青春热血故事。

曾出演《开罗宣言》《人民的选择》《伟大的转折》《我在锡林郭勒等你》等作品的青年演员孙嘉麟，在

片中饰演体育老师刘昊辰。他在路演现场透露：“拍这部戏之前，所有人都经历了各种体育项目技巧的培训以及南武体能操训练，十分艰苦。”在片中饰演体育组长林建东的演员王奕盛，过去曾出演《刑警队》《无名卫士》《勇敢的心》等众多影视剧。他告诉武汉观众，《我的体育老师》拍摄正值广州天气最

炎热之时，“让我最感动的是，剧组所有人不怕晒、不叫累、齐心协力拍好电影”。他还寄语大学生：“不能光顾着学习，身体好是硬道理，希望大家在校期间养成爱锻炼的习惯，并在踏入社会后继续坚持锻炼。”值得一提的是，片中饰演学生周宁的演员任承正来自武汉传媒学院，他在首映现场特别感谢了母校的培养。

多地多场路演收获不俗口碑

《我的体育老师》此前在北京和广东举行了二十多场试映，先后邀请了9000余名不同阶层的观众观看，赢得了广泛的好评和大量的口碑，可谓“未映先红”。值得一提的是，除了得到电影业内的赞许，影片还得到了不少家长和教育工作者的关注与共鸣。

这次武汉路演，影片又赢得了大学生群体的热烈欢迎，学生们在映后交流中发言：“上了大学之后就很少运动了，看了这部电影，我决定重新拾起运动的习惯。”“刚看电影的时候，我哭得稀里哗啦，很有代入感，好像一下子看见自己当年的模样。”“想带父母来看这部电影，希望他们跟电影里的父母一样，给下一代实现梦想的机会。”“电影里‘高

考加油’场景让我很有共鸣！”学生们表示，贴近生活、贴近现实、“好看好笑又催泪”是《我的体育老师》感动他们的原因，片中演员表演很接地气，而众多素人学生的本色出演让影片比一般的青春片更让人感觉真实。

导演周勇直言被学生们的热情感动，他说：“刚刚在观影的时候，我听到了同学们不间断的笑声，也看到了有些同学在默默抹眼泪，最后大家给了这部影片那么多掌声。知道大家喜欢《我的体育老师》，我们的一切付出就都值得了。”

快问快答

Q：演这部戏前后心态有什么变化？

A：这部戏离我的生活比较近，一开始我挺抗拒的。因为我比较喜欢那种文艺的，不太喜欢家长里短、柴米油盐这类戏，但导演和制片都觉得我是“南俪”的不二人选。这次四个多月的拍摄给我重重一棒，我发现自己之前把这类戏看得太浅，这种戏真挺不好演的。

Q：哪些戏份让你印象深刻？

A：在我看来，《小舍得》好看又扎心，有很多场戏把我狠狠击中。比如，我跟父亲的戏，一开始我带着母亲对他的怨恨，认为父亲不靠谱，埋怨他。后来有一场戏，父亲说他把他的墓地卖了，钱给我去买学区房，那一刻我特别感动。再加上张国立老师又是一个“好父亲”的形象，一下就让我进入戏中。那一刻，我内心五味杂陈。

Q：谈谈和蒋欣合作的感受。

A：我跟蒋欣合作很有默契，她是个很好的演员。一上来，我们把握两个人物的关系都抓得特别准。后面有场戏会很动人，南俪和田雨岚变成了两个失落的妈妈，已经不知道自己对孩子好了，她们反问自己：我所有的一切都是为了你，我是爱你的，你怎么不理解我呢？突然，这两个很孤独、无助的女性进行了一次交流、反思。那场戏给我印象特别深。

Q：很多女演员会介意演“妈妈”，你怎么看？

A：作为一个职业演员，你不应该介意这些。对于要演的角色，无论戏多戏少，角色是什么身份，你都要演好。有的角色写得不好，你争着抢着要多演几场戏，又有什么用呢？有的母亲、奶奶的角色写得很好，你都要能演。从专业演员角度来看，你要从审美角度去判断它是不是一个好角色。