

学生不爱吃早饭,睡懒觉、体质差,怎么办——

# 衢州一校长出绝招:叫早、陪跑

本报记者 盛伟 文/摄

5月18日,星期一,早晨6点40。衢州江山外国语学校操场上,清风徐徐,不热不冷。

51岁的校长王华兵领着541名初一学生在操场跑步,学生早晨绕操场跑3圈共1200米,下午还要跑800米。因为疫情,初二初三学生则在课间操时间跑步。学校所有学生,每天都要跑2000米。身体不适的,就走2000米。

为了不让一个学生因为赖床缺跑,每天清晨,王华兵都要到寝室催促学生起床。不少学生都暗地里称呼他“虎校长”。

## 每个学生每天跑2000米 校长跟着一起跑

锦绣江山外语学校是江山城区的一所初中,学校共有学生1599人,寄宿生占八成。

早晨5点30,王华兵已经来到了学校,他是最早到校的老师之一。

学校实行分段起床,初三学生6点起床,初二6点15分起床,初一6点20分起床。男生寝室和女生寝室两幢楼,一左一右并排着,寝室之间是通向食堂的通道。

早晨6点,宿管大爷的起床哨声响起,王华兵走进男生寝室里,朝着楼道喊了几声:“初三学生起床了!初三学生起床了……”

寝室里的灯次第亮起,王华兵选了一间没有亮灯的寝室,推门进去,熟门熟路摁亮灯,学生们一骨碌从床上坐起来,睡眼惺忪地打着招呼:“校长好。”

“起床了,不要赖床。”王华兵笑着说。

在男寝室巡查一遍,确认所有初三男生都亮灯了,王华兵走到女生寝室楼下,朝着初三女生的窗户隔空吼了几嗓子:“初三学生起床啦,起床啦……”

然后,他就站在寝室之间的通道里,向每一个洗漱好向食堂走的孩子点头致意。最后走出来的几个孩子,都会被王华兵着重关照:“每次都是你们几个起得最晚,希望明天不要看到你最后走出寝室了。”

孩子们有些不好意思,笑闹着一溜烟跑远。

6点40分,初一年级541名学生组成方队在操场集合,开始晨跑。王华兵站在队伍的中间不停地喊着口号,时不时跟着跑上一段。

十来个学生绕着操场在步行,其中一个叫徐宇涵的男生说:“我们身体都有些不舒服,不适合跑步,跟老师请过假。我们可以不跑,但必须走完这2000米。”

15分钟内,学生们跑完1200米,下午放学后,还要跑800米。全校学生,每个人每天都要跑这2000米,这是最基本的任务。

## 学生们私下喊他“虎校长” 家长对此却十分认可

除了节假日和出差,王华兵每天都要去寝室叫学生起床陪学生跑步,碰上下雨天,也会在雨停间歇完全当天的任务。

有些学生私下会叫王华兵“虎校长”。

初二男生郑煜之说:“刚进学校的时候很不习惯,毕竟读小学的时候没有跑步要求,现在跑习惯了,每天不跑反而不舒服。我想校长总是为我们好的,而且他都陪着我们早起陪着我们跑,这么大年纪也挺不容易的。”



王华兵带着学生跑步



王华兵喊学生起床

看起来有些瘦小的初二女生刘书含说:“刚进校的时候我身体不好,现在已经好多了,而且渐渐喜欢上了跑步,现在能吃能睡身体感觉很好。”

初二学生郑希涵的妈妈姜女士说,对家长来说,校长每天来叫学生起床已经属于意外惊喜,更别说每天督促孩子跑步锻炼身体了。当然了,让孩子每天跑步锻炼,学校事先征求过家长们的意见。“一开始我们还有些担心,怕孩子没吃过苦,天天跑吃不消。现在看来,学校的做法蛮好,我家孩子上初中后个子长得很快,生活习惯也比以前规律了。学校用心培养,成长的时候吃点苦对孩子将来有好处。”姜女士说。

## 再没有孩子在军训时倒下 校长称“陪伴是最好的教育”

王华兵叫学生起床,并陪学生跑步已经坚持了5年。

为什么要这么做?最大的原因就是现在的孩子体质普遍偏弱。

“最直观的表现就是军训。几年前,开学军训时常有孩子晕倒,我觉得是孩子生活习惯不好和缺乏锻炼造成的。”王华兵的教育理念是,陪伴是最好的教育。除了每天叫起床、陪跑步,王华兵还会陪学生吃饭、读书,每天巡查寝室直到学生入睡。

“老师们都叫我五陪校长,我认为是对我的褒奖。”王华兵说。

数据能说明一切:2019年,该校体育中考成绩位列衢州地区前茅,在衢州市运会青少年组上,学校的金牌总数和总分都拿了第一。

“最直观的效果也是军训。现在,我们学校的孩子军训时已经没有人晕倒了。有了好身体,也就有了旺盛的精力,我们学生的文化成绩在江山市也是名列前茅的,这是我坚持下去的理由。”王华兵说。

## 《分类新政实施5天 这个小区迎来阵痛?》后续

### 累得清洁工都要辞职的小区初现整洁 单元楼门口的垃圾不见了 取而代之的是一盆盆鲜花

本报讯 垃圾分类定时定点投放5天,杭州萧山区新街街道郡望府小区垃圾乱放,累得清洁工都要辞职(详见5月14日钱江晚报4版报道)。

隔了一周,钱报记者再次来到了郡望府小区,看看有没有变化。

上午10点,到达小区,相比第一次看到的情况,整体环境变得整洁了许多。尤其令人惊喜的是,在每个单元楼门口堆满的垃圾不见了,取而代之的是一盆盆鲜花,垃圾点位也被冲洗得干干净净。

居民王大姐说,这两天,社区宣传垃圾分类的力度很大,业主群里面也一直讨论。“我家带孩子,顺便在窗户边望望,看到垃圾点位上有桶了,就立即下楼扔垃圾。”慢慢地,定时投放就比较习惯了。

吴小姐带着四岁的孩子在小区游乐场玩耍,她的手里面紧紧地捏住一小张折了又折的纸条。

“等到孩子玩够了,就一起去误时投放点丢掉。”

大多数居民都表示正在慢慢熟悉定时定点投放。居民给钱报记者看了业主群聊,已有业主呼吁:“误时投放的邻居们,辛苦一下把垃圾投放到7号点位去,毕竟小区是我们自己的,美好的环境要靠大家共同创造。”

那么,曾经累得喊着要辞职的清洁工们呢?清洁工熊师傅说,这几天工作量轻松了很多,从早上8点半到下午5点半,“布置在垃圾桶点位的清洁工和白天巡逻的清洁工,现在从一拨人变成两拨人,这样我的工作时间就缩短了。”

本报记者 章然 文/摄



鲜花所在处,曾经满是垃圾