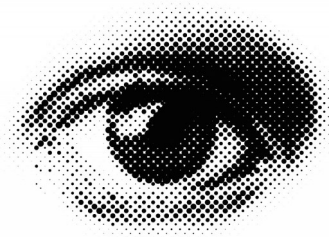


事件
回眸

本版评论只代表个人观点,不代表本报观点或立场。

近期,衢州职业技术学院在一大大二学生中推出手机APP跑步模式,要求学生一学期跑够42次,每次达到一定的标准,并将此纳入体育课考核评分标准中,实行一票否决制。学期末,未达标者期末成绩最高以59分记。为鼓励学生积极参与跑步,学校每一年度还会对男女生个人总里程数排名前50的,给予额外奖励。不过,将跑量与体育课考核评分标准当中的方式,也让大学生对于体育运动,呈现出各不相同的态度。



从强制到引导 培育兴趣才是根本

都说体育造就人格,但是校方仅从方便管理的角度出发,推出一个跑步APP是远远不够的。正如大学中层出不穷的新鲜选修课一样,体育的花样翻新方显学校重视学生身体素质发展的诚意。

”

现如今,为了提高学生身体素质,各类跑步App活跃于各大高校,不少校方要求学生使用App完成一定量的跑步任务,未能达标者甚至还可能需要重修体育。其实,校方的初衷不难理解,无非是希望部分生活规律不是很得当的学子们借此倒逼“懒癌”,靠一定外力助力,走出舒适区。

大学生走出去运动是好事,不过,笔者看来,强行干预运动习惯,单纯用跑步软件来对学生的体育成绩进行评判,却有失偏颇。传言部分学校甚至将此与成绩直接挂钩,影响学分、奖学金等评定,可惹来不少同学对用App强制跑步怨声载道。“锻炼只有跑步可以吗?跑步应该看个人喜好,就和吃饭一样,现在突然冒出来一个东西,规定你必须吃什么、必须每天吃多少,且不是

我主动要求的,谁乐意?”“就很排斥,反而有点打压了大家运动的兴趣。”……这样的言论层出不穷。

没有人愿意被强迫着做事,即使知道这件事是为你好。对于很多人来说,运动是一件快乐满足的小事,但是从主动到被动,这份突如其来的压迫感会替代满足感,让这份快乐荡然无存。

上有政策下有对策,听说还有部分学生为了达标,每次都会使用些小技巧来“作弊”,例如同时揣几个手机代跑、破解软件改分、一边骑车一边摇手机等方法层出不穷。

再者,笔者认为并非所有学生都适合跑步,或许天生体弱的同学就适合柔软温和的运动方式,用跑步一个运动来代替多元化的运动项目,实在是太过勉强。这倒是置羽毛

球、篮球、跳绳游泳等项目于何地,万一有学生他天天就是喜欢在健身房的龙门架上折腾,你却只算他跑步的成绩,这得多委屈?

除此之外,对于部分户外环境并不是太好的地域,若在空气质量指数堪忧的天气下坚持完成任务式跑步,这 and 人体吸尘器又有何异。岂不是与原本强身健体的初衷有悖。

明明是为了大家好,为什么一个跑步APP却制造出师生对立的尴尬现状。其实,相比强制学生们走出教室、寝室走向运动场,更重要的难道不是培养大家对体育的兴趣吗?如今,面对“达不到”就“不及格”的强制锻炼措施有没有可能进行改进,试着告诉学生“做到了”就“很优秀”,会不会更加让学生能够身体力行,发自内心地去运动。

(洪 漩)

高校推出“跑步打卡”值得肯定,弊端也需正视

跑步APP进校园是好事,不仅解放了监考老师,也让学生有更加自由的锻炼时间。同时,也需要意识到跑步APP在学校遇到的一些问题,以免“好心”办“坏事”,反而打消了学生们的运动热情。

”

当跑步APP走进校园,不少学生叫苦连天,在部分学生感谢学校的安排使自己的身体日渐强壮的同时,也“意料之中”地遭到了另一批学生的口诛笔伐,声称被迫做不喜欢的运动,从而引来不少议论。

笔者认为,对跑步APP首先还是需要肯定的。换个角度来想,在我国大学生体质日渐下降的当下,如果不推出跑步APP要求学生跑步,学生会自觉选择自己热爱的方式,改变自身体质吗?那可未必,没有督促,对于大多数学生来说床上不舒服吗?游戏不好玩吗?……跑步APP的推出,只是让学生们在不影响学习的前提下增加锻炼,学生们的运动情况也是在学校的监控下适当进行的,学生们只需每天抽20分钟左右跑个步根本算不上什么事儿。

并且,多数情况下跑步APP的作用很

多时候是利大于弊。伴随学生成长的除了学习和课外活动外,更多还有孤独与枯燥,一起运动、一起学习的良好氛围正是学生们需要的,就像面对团队协作的课题时,优秀团队展现出的霸气、自信、从容,都是需要生活中、学习时一次次的磨合才能获得的,而通过运动促进友谊的机会,学生们应珍惜。再次,体育锻炼逐渐成为时尚的当下,在简历中记录下学生们朝气又健康的一面更应被社会接纳和传递。

虽然跑步APP益处多,但一些弊端也需要学校警惕。首当其冲的就是对于学生来说,“我要跑”变成“要我跑”,就容易感觉到自由选择运动方式的权利受到了“侵犯”,其实很多人有自己喜爱的运动项目,也更清楚自己的身体状况适合哪些运动。那么,学校是否能开发出更多的运动打卡呢?

实际上,学生们在跑步APP的安排下,除了感到“被强迫”外,还时常碰到“不公平”的情况,比如体育课没缺课、旷课,体测各项成绩都达标的学生,因未能在App上打卡满60公里而被取消了体育成绩评定资格,得到这样的结果,未免有些残酷。同时校方为了保证学生的安全,指定了跑步范围,当学生没有在指定范围内跑步,便不计入打卡路程中。有时,学生们还会碰到手机没电,信号差定位不准等情况,辛苦跑得路程可能瞬间就化为乌有,这些都可能让学生们感到愤慨,从而运动欲望化为乌有。

不过,毕竟APP也是刚刚推出,很多内容需要实时跟进修改,笔者认为学生们还是需要摆正心态,积极面对锻炼这件事,毕竟身体是自己的,而不是学校的!

(赵诗怡)

“强制跑步”不是目的而是路径

年轻一代对体育的兴趣早在中小学阶段就已经被抹杀,大学作为促进学生锻炼、养成终身运动习惯的最后一个阶段,至关重要。如果“强制性”能改变现状,也未尝不是一件好事。

”

伴随物质生活的渐次丰盈,当代大学生的生存状态也发生了很大变化。然而,大学生体质下降也成为不争的事实。在不少大学生的脑海里,体育锻炼在价值排序中处于底端位置,在他们看来,体育锻炼属于私事,想活动就活动一下,不想活动就可以不活动,体育运动不可避免地陷入边缘化境地。

为了督促学生进行运动,增强体质,各所高校可谓是计策百出,“APP跑步打卡模式”无疑是当下众多高校推行的典型。不过,许多高校将跑步计入期末体育成绩,并与体质测试挂钩,在有些人看来,这有点苛刻,是“体育跑偏”。

但笔者认为,高校“跑步App”“醉翁之意不在酒”,目的不在跑,而是通过跑步这种方式,希望鼓励大学生走下网络、走出宿

舍、走进操场,培养大家热爱体育、崇尚运动的健康观念,形成良好的锻炼习惯,提高身体素质,培养意志品质。

现代社会互联网发达,学生娱乐活动方式种类繁多,体育运动往往被严重忽视。面对于发达的网络,寄希望于学生主动去意识问题参加锻炼显然是很难的。在实行初期,采用一定略带强制意味的方式可以有效的帮助学生建立良好的运动习惯,从关爱学生的角度来看,将学生跑步计入期末体育成绩这十分有必要。

虽然目前来说“APP跑步打卡”模式仍然存在一部分诸如网络、方式单一等问题,但仅因这些技术上的不足或者说可能会带来学生的逆反心理,从而否定“APP跑步模式”的尝试显然是不合理的。

笔者认为这股对于体育重视之风,有

必要继续刮下去。中国青年前有高考压力后有“房孩”三座大山,都极其不利于个人养成运动习惯。唯有大学,对很多人而言是运动资源空前富集的时期。

走进大学,让不少人学会了太极24式,知道了游泳如何换气,懂得了羽毛球发球规则,甚至接触到了攀岩、击剑这样的小众运动。大学有能力也有必要让每一个学生培养一项终身不忘的运动爱好。跑步APP监督锻炼正是基于这样的现实,并结合时下高科技环境所做的尝试。虽然在实际应用上存在一些小问题,但这些小纰漏并不是反对甚至批评这样一个颇具新意的尝试的借口,相反我们应该更加积极看待这样一个尝试,至少在目前,它是最佳的选择。

(洪耀东)