

长跑猝死事件曝出后,无锡职业技术学院将晨跑改为做体操

无锡职业技术学院坐落在太湖之滨,是一所隶属于江苏省人民政府、服务于制造业的公立专科学校,拥有全日制在校生1万多名。学校在上月入冬以后,就开始组织所有学生晨练,内容就是带着学生在校园里跑步。然而,11月18日,广州一21岁男子在一场马拉松比赛中不幸猝死,当这一消息还萦绕在人们耳边时,11月27日,又有报道称上海一名大三学生在1000米体测后猝死。在此背景下,无锡职业技术学院也迅速作出了反应,将原来的晨跑改为了做体操。由于男生1000米和女生800米是必测项目,因此长跑测试照常进行,但学校要求老师操作时要更加谨慎。

学校怕出事
晨练取消长跑

学校冬季晨练取消长跑引争议 无锡市学校管理中心提供

观点交锋

学生:
做操的效果没跑步好

学校此举在该校学生中引起了一定的反响。学生小叶告诉记者:“以前晨练一般是早上7点开始,在学校里跑步,虽说只有10多分钟,但跑完身上也已经暖和了。上个月快结束的时候,学校突然将跑步改成了做操,学生就在原地做做伸展运动等等,时间也就是10来分钟,做完以后手脚还是冰凉的。而且很多同学可以趁机偷懒了,想做就做,不想动就站那,反正人多,老师看不见。我觉得做操的效果根本没法跟跑步相比,做操更像是摆个形式,达不到锻炼的效果。”

随后,记者又采访了一些学生,有人对晨练持无所谓的态度,认为学校安排了就参加,至于什么项目并不关心。也有学生和小叶的想法一样,认为既然晨练了,就要选效果最好的运动。

市民:
晨练何必非要跑步

记者就此事也采访了一些市民,其中七成认为,长跑是学校冬锻的最好选择,因为跑步能让学生全身都活动开,而且学生不容易偷懒,真正让每个学生都锻炼到身体。“长跑猝死的毕竟只是少数身体存在隐患的人才会出现的情况,学校不应该只因为出现了两起长跑猝死事故,就否决了这么好的冬锻运动。”市民王先生说。而其余人则认为冬锻也可以选择其他运动,如做体操、跳绳、踢毽子等等,并不一定非要跑步。“跑步确实容易生病,学生跑步出汗了,又不能立即换衣服,不注意的话很容易感冒,所以学校此举可以理解。”市民陆先生说。

老师:
大多认同冬季晨跑

那么,无锡其余学校都是如

何开展冬季锻炼的呢?记者采访了7所中小学校,其中一所学校明确表示冬季长跑是最佳选择,因此学校选择长跑,其余6所学校则采取了多样性的冬锻方法,有跳绳、踢毽子等等,但所有学校在活动前,都要让学生一起跑步热身。无锡市学校管理中心上周召集了所属九所高中的体育老师,就开展学生冬季锻炼进行了讨论。其中,绝大多数体育老师选择了晨跑。因此,从这周开始,无锡一中、市北高中等九所高中每天都将组织学生进行冬季晨跑。

无锡市北高中体育学科组长夏红润说:“学校大多学生都是住校生,所以学校每天早上6点20分开始组织住校生晨跑,跑到6点40分结束。虽然上月发生两起长跑猝死事故,但长跑猝死毕竟只发生在少数有隐疾的人身上,不能怀疑这项运动。长跑本身非常适合学生冬锻,不仅锻炼效果好,更主要是能调动起每个学生,学生不可能在跑步中偷懒,所以我们学校坚持长跑。另外,学校已通过多种方法摸清了每个学生的身体状况,对一些体质不好的学生适量减少运动。跑步速度也不会很快,学生如有身体不适也可跟老师说。”

医生:
冬季长跑能增强体质

无锡市人民医院心血管内科主任王强表示,冬季长跑能增强体质,抵御寒冷。长跑猝死的一般是有潜藏疾病的人,体质正常者不必太过担心。另外,长跑有助于锻炼人体的心肺功能,在长跑过程中,快节奏的深呼吸可以让身体吸入更多的氧气,这对肺部功能的增强非常有利。

不过冬天长跑时,应该用鼻呼吸,用口呼吸冷空气大量进入气管和咽喉,容易引起咳嗽、气管炎、腹痛。学生运动时应注意不要过多出汗,裹紧衣物,以防感冒。

现代快报记者 徐振

本地调查

南京中学生
“跑操”不间断

南京初高中学生,冬季跑步吗?

南京市教研室体育教研员告诉现代快报记者,南京初高中,普遍在上午的大课间时间,安排了“跑操”。“有的甚至是上午跑一次,下午也跑一次。”一般一次至少5分钟,有的要跑到七八分钟。前面有热身运动,跑完后有放松的活动。“有些学校,春秋季节也坚持跑。”教研员表示,对有一些疾病,或身体不适的学生,老师也会特别关注,不能跑的不会让他们去跑。对于能跑的学生,天天坚持,体质会越来越越好。

“其实跑的速度不快。”一位初中女生说,因为大家都在跑,全校的学生又多,所以学校划了几块区域,大家在自己的区域里慢跑。如果女生遇到特殊身体状况,跟老师打个招呼就可以免跑。

南京一所高中的体育教研组长说,学生们一天两次,累计能跑1600米。而一些学校,以前学生跑个几百米就吃不消,天天跑了以后,上千米都不在话下了。

南京小学生
流行慢跑
体育游戏玩“混搭”

银城小学体育教师吴悦表示,现在,每天上午的30分钟大课间活动,孩子们都是跑进场的。“进场5分钟,孩子们慢跑到自己的位置,再在原地跑一跑,然后再形成椭圆的队伍,再跑一跑。”吴悦介绍,长跑是“冬三项”之一,孩子们每天还要跳绳、踢毽子。“不在乎有多快,关键是一种持续的锻炼。”而在体育课上,开头也是慢跑5分钟。下午,则有更多的有趣的球类运动加入。

据悉,南京的小学也多采用这样的形式,冬季有课间慢跑,再加上各种校本体育游戏,让孩子爱上锻炼。

现代快报记者 黄艳

一个月44次拥抱
扬州一幼儿园
收“拥抱费”?

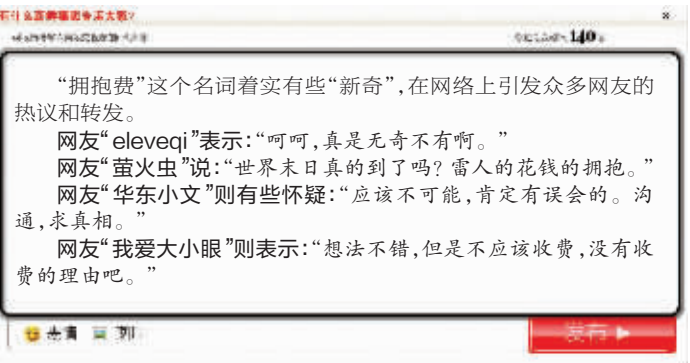
近日,一则网帖引发了众多扬州网友的关注,网帖中提出的新鲜名词“拥抱费”着实让众多网友有些“大跌眼镜”,而所谓的“拥抱费”,该网友称“就是每天父母送宝宝去幼儿园的时候,老师在校门口拥抱宝宝一下,下午放学的时候,父母接宝宝前,老师拥抱下宝宝,说再见。一个月22天上学,44次的拥抱,价值80元。”不过,对于“拥抱费”的说法,幼儿园方面给出了坚决否认。

网帖:江都有幼儿园收“拥抱费”?

12月6日,江都当地论坛上出现一则标题为《江都有幼儿园收“拥抱费”吗?围观商贸城的幼儿园!》的网帖。网友“mich1981”在帖子中称,“朋友的女儿在商贸城幼儿园上小班,今天聊天得知该幼儿园每个月收取80元的“拥抱费”,就是每天父母送宝宝去幼儿园的时候,老师在校门口拥抱宝宝一下,下午放学的时候,父母接

宝宝前,老师拥抱下宝宝,说再见。”该网友还表示,“幼儿园老师特意介绍了这个拥抱的好处。能给孩子信心,能给孩子温暖,能给孩子好心情等等!父母总不想自己孩子例外,基本都老老实实地交了80元拥抱费。没想到幼儿园老师的一个简单拥抱也能作为商品出售,而且价格还不菲。一个月22天上学,44次的拥抱,价值80元。”

网友热议



“拥抱费”这个名词着实有些“新奇”,在网络上引发众多网友的热议和转发。

网友“eleveqi”表示:“呵呵,真是无奇不有啊。”

网友“萤火虫”说:“世界末日真的到了吗?雷人的花钱的拥抱。”

网友“华东小文”则有些怀疑:“应该不可能,肯定有误会的。沟通,求真相。”

网友“我爱大小眼”则表示:“想法不错,但是不应该收费,没有收费的理由吧。”

园方说法

收的是“精品园项目”费用

记者联系上这名网友了解到,在这家幼儿园上学的是自己朋友的女儿,在一次聊天中,自己得到了“幼儿园收取拥抱费”这样的消息。

昨天下午,记者来到了位于江都苏中商贸城后面的这家名为“童之梦”的幼儿园。幼儿园戴老师在听取了记者的问题后,对该园收取“拥抱费”的说法给予了坚决否认。她告诉记者,收取的费用并不是“拥抱费”,而是幼儿园方面为了提升品质引进了杭州一家教育机构的“精品园项目”,收取的费用是“精品园项目”费用,“这学期,我们幼儿园加盟了杭州一家教育机构的精品园项目,开展了这个精品园项目之后,园容园貌得到了提升。”她称,“80元是精品费,不是‘拥抱费’,算在保育费中。而拥抱,也只是精品园项目中的一个流程。”

拥抱是12个环节中的一个

据介绍,精品园项目一日流程一共有12个环节,流程也很多,对老师的要求也很严格,“要求老师怎么样来做,而且也一定要进行考核的,教育机构也会对老师进行培训,老师要进行考试,考试合格才上岗。”至于其中的“拥抱”环节,据了解,是在“早晨接待”环节,要求老师给孩子一个拥抱,“这个拥抱要求的是脸贴脸的方式,并且在拥抱的同时要喊出儿童的名字。”

园长:提升了幼儿园品质

幼儿园冯园长介绍:“这个精



江都童之梦幼儿园被曝收取“拥抱费”

品园项目是我们幼儿园的一大亮点,应该说家长都比较认可。我们在进行这个项目之前,也已经对家长告知,有针对性地与家长进行汇报交流,而这个收费我们也已经列入正常收费汇总,这个项目持续进行了,幼儿园品质也提升了,很快乐很温馨。”冯园长表示,目前收费已经报请江都区物价局备案,“已经备案了,我们打了报告,算在保育费费用里面。”

“这个发帖子的人并不是当事家长,如果是自己的小孩在幼儿园就不会这样认为了,帖子里说幼儿园收取拥抱费我们都觉得好笑。”幼儿园方面还表示,此项“精品园项目”的加盟费是“比较高”的,“不过幼儿园有特色有亮点才有资格与别的幼儿园进行竞争,我们也是从孩子的角度出发。”

现代快报记者 丁宇文/摄

新闻链接 近年长跑猝死案例

2012年11月27日,有报道称上海一名大三学生在1000米体测后猝死;

2012年11月18日,广州一21岁男子在一场马拉松比赛中不幸猝死;

2011年2月21日,广东省惠东高级中学一男生长跑后猝死;

2010年3月12日,有报道称湖北一初三女生体育课跑400米猝死