

## “跑在春天里”系列报道

【编者按】你知道么？自绍兴校园实行“一日生活制度”以来，早锻炼已开展了180天，晨跑里程已达14.4公里。这些成果，除了来自于同学们每一天的坚持，还有默默陪伴着我们的社区辅导员、值班督导以及学生工作者的辛勤付出。为此，学院社区管理处推出“跑在春天里”系列报道，为我们揭晓晨跑背后的故事。

## 社区辅导员：与晨跑同行

## “他们是谁”

在绍兴校园，每一次《运动员进行曲》响起的时候，我们总能看到这样一群老师的身影：他们每天最早抵达图书馆前的晨跑集合处，放好签到表和点名册，等待督导领取；各个方阵依次进入操场开始跑步的时候，他们一边拿着喇叭，扯着嗓子以控制好各个方阵间的距离，一边还要指挥下一个点完名的方阵走向晨跑起跑点，生怕因为方阵间的间隙没把握好而耽误了大家上早自修的时间……

他们是社区辅导员。从晨跑前的准备工作，晨跑中的现场调控到晨跑后的善后工作，每一项环节都是学生社区管理处这支年轻的团队从零开始，从无到有，一步步努力摸索出来的。

为了让每一届、每一位“住户”，每一天都可以有序地完成早锻炼，辅导员们努力地克服种种新的挑战，不分昼夜地工作着：6:30，组织学生出操；20:30，给次日因身体原因无法晨跑的学生请假；22:30，查各楼宇学生的晚归情况。

## “今天，跑不跑？”

社区的5名辅导员轮流值班一天，专门负责判断“今天，跑不跑？”如因天气原因早锻炼取消，值班人员需第一时间短信通知各相关负责人以及值班督导。

晨跑180天，150天以上都能见到社区辅导员王建的身影。作为晨跑工作的执行人，他坚持每天6:15起来看天气，看雾霾指数，如遇特殊天气需要取消当天晨跑，他也会及时通知广播的学生调整广播模式，“有时候下雨天，学生一时半会儿也联系不上，我就自己从五号楼跑到四号楼去放广播。”

社区辅导员陈亭焯在第一次“当班”的时候，就出现了令自己难忘的“天气决策人”体验。“6:15的时候没有下雨，只是地有点湿，也就没有准备发短信，谁知道6:25分，天空突然飘起了毛毛雨，我就立即冲到办

公室，找到各值班督导的联系方式，“踩着点”发了短信。”

而作为“元老级”的社区辅导员之一，王小萍在自己“当班”的那些日子里已然摸索出了独到的经验。“‘当班’前一晚，我会先查看当月的学院值班表，确认好第二天的督导名单，再编辑好相关短信，这样第二天如果晨跑取消的话，为节省督导等待的时间，我只要按下短信发送键，督导就可在第一时间接收到取消早锻炼的通知。”

实时变化的天气情况经常让社区辅导员感到苦恼，尤其是在模棱两可的天气情况下，到底是“跑还是不跑”考验着社区辅导员们的判断力和决策力。“有时，一想到明天是自己发短信，前一晚就会反复想，反复想，生怕因某一个细节的疏忽而耽误了关乎4000名学生和30余名督导的晨跑，时常早上五点到就会醒过来……”这几乎是社区辅导员们共同的心声。幸运的是，在不断摸索中，大家自然而然形成了一种默契，只要碰到自己难以做决定的天气情况会在第一时间联系部门负责人，商量后再做决定。

## “怎样跑得好？”

随着早锻炼规模从最初的两千人扩展至四千人，晨跑的组织工作也加大了难度。首先是人员调配，社区辅导员们在做好本职工作的同时主动补位，时常要兼任值班督导。而本身晨跑的各个环节包括早锻炼方案的修改、场地设施的改进、值班督导的安排、点名册的整理、现场秩序的维护以及后期晨练数据的汇总也给这个团队提出了新的要求。

比如场地设施，如果晨跑集合处方阵小圆点喷漆不明显的话，需及时联系喷漆师傅进行处理；比如点名册整理，学生因转专业等原因稍有变动，相关班级的点名册就要重新调整；每逢节假日或是周末，都要提前一天提醒学生把广播调整成“静音”模式以免打扰周边居民生活……王建说，“以前这种细节都会

“被”提醒，现在已经学会主动去花更多的心思在各个细节点上，晨跑工作也渐渐顺手多了。”

此外，社区辅导员们仍绞尽脑汁出妙招，致力改进各个晨跑细节。为鼓励各二级学院跑出特色，学生社区处组织开展“早湖先锋”优秀方阵评比活动，各参评方阵迈着整齐的步伐，高喊着自己的口号，举手投足间彰显着“之江人”的朝气。

对于个别学生出现缺勤与迟到的情况，各楼社区辅导员们也一一进行了整理和统计，并及时与学生沟通和交流。“有些同学一开始懒懒散散，找他们谈了心、帮助他们认识到晨跑对于养成规律作息的重要性后，效果很明显，可比以前积极主动了不少呢！”张智刚说。

这学期开始，针对晨跑“溜号”的同学，社区辅导员冯琪率先拿起了自己的手机开始了抓拍。“时下，与学生间线上线下的互动正逐渐成为一种新的潮流，让学生在镜头下能够更好地约束自己，投入晨跑是我们的初衷。”冯琪这样说道。此外，每一天晨跑结束，将各拍照点的照片收集后统一发至各个二级学院辅导员处以及各楼辅导员处，双方联动就部分学生展开思想教育教育工作。

现在晨跑的缺勤次数直接与体育课成绩以及学生社区考核挂钩，这些也直接影响着学生评优评奖的各项事宜，因此，早锻炼后期数据统计的准确性显得尤为重要。王建说：“每周都需对143个班晨跑的数据进行汇总，特别是对补课的学生及时予以销假，最近社管处正在和教务处、体军部共同协商因晨跑而导致体育不及格的体育课重修事宜。”

“对于早锻炼组织工作的每一个细节，我们都在不断摸索，不断改进，现在各个职能部门以及各二级学院的大力配合下，定会由越来越多的教师加入到晨跑的队伍中来。”学生社区管理处负责人这样说道

正因为他们年轻无悔，在早湖畔，晨跑的起点，即与之江同行；正因为他们的全心付出，在田径场，奔跑的身影，便沐浴在晨光下。

## 一群不是被闹钟叫醒的年轻人

“晓慧姐，2013级编号30的点名册找不到了，督导已经签完名准备去点名了，怎么办……”3月24日6:50，刚通过“二招”，进入社管会纪检部的干事沈依洁急忙给社管会纪检部的部长，来自产品设计1302的张晓慧打了电话。

电话中，沈依洁不该如何是好，手足无措之感，一股脑倒给了善解人意的张晓慧。电话的另一端，张晓慧安慰了干事，并告诉了正确有效的解决之道：“点名册有可能是落在办公室，要么就混淆在了2014级当中，你去找找看，先不要着急。”

每一次晨跑，总有这么一批学生最先出现在广播室、点名签到处以及操场，很多原本爱睡懒觉的孩子因为这个与晨跑密切相关的学生组织成为了一群不被闹钟叫醒的年轻人，他们有个共同的名字叫做社管会。楼组长协会、纪检部、办公室、组宣部、活动部均隶属于社管会，每个部门也都积极配合纪检部做好晨跑这一项工作。

## 因为慕名 所以抢手

“4号楼的广播室主要负责楼内广播，由楼层负责；操场的广播操控点主要在报告厅，由楼长负责；晨跑签到处2013、2014级分别安排两个工作人员，位于旗杆旁的人口处以及出口处也各有两个干事，为防止“溜号”在晨跑途中也安排工作人员在临时检查点，每周负责周统计的同学记得收集好数据后进行统计，星期天晚上之前要把结果发给我。”每一次新的干事招进来后，张晓慧都把部门的基本概况作简要介绍，让大家清楚这个众人眼中看似轻松的活儿，其实也没那么容易。

实际上，广播组的同学几乎天天6:10起床观察实时天气情况以便第一时间调整广播音乐，监督组的同学6:45必须“持证上岗”，统计组的同学为了赶在周二社区简报发出前汇总好所有数据，更是联合办公室、组宣部的同学在周末加班加点地将每个二级学院、每个班级，近4000人一周的晨跑数据出来。目前纪检部共有37人，晨跑监督9个人一组，共3组，统计6人一组。这些看似琐碎的工作，却无不锻炼着他们的毅力，培养着他们的责任感，好在，他们都用行动证明他们可以。

自去年6月创立社管会纪检部以来，先前协助社区辅导员做好晨跑工作的学生成为了“正规军”，他们和其他部门一样，招新、开会照常开展工作。虽然，这个部门刚刚起步，可是却在“居民”中特别受欢迎。“不管是一招还是二招，报名参加面试的人数都远远超过了我们的预期，可能很多人都是冲着担任早锻炼的工作人员是个“闲差”这点慕名而来，殊不知，每一天，一大早，不管是朝阳初升还是刮风下雨，都与我们息息相关。”纪检部副部长陈雯澜这样说道。

## 因为承诺 所以信守

5号楼楼长广电1302的王家浩，他和来自机械1303的层长汪元丰搭档，分别负责操场广播和楼内广播。作为晨跑工作的“先行者”，他们6:10就会起床去看天气，天气好的话就特别关注墨迹天气里的雾霾指数；下雨的话，就要在6:30广播响起来前，两个人分别跑到四号楼和操场看台把广播关掉。“最让我纠结的就是天气这不可捉摸的，起床看的时候没有下雨，地也不湿，到了6:20下起了小雨，我一边联系晨跑值班班的社区辅导员，一边穿着棉拖、拖着拖鞋跑向了操场。”王家浩说。

担任广播负责人一年以来，他们已经对这项工作再熟悉不过了。虽然一开始，有被“住户”投诉，因为节假日没有及时把广播调整成“静音”模式；有被王建老师批评，因为没有提前调试，直到广播系统由“自动挡”成了“手动挡”才报修……但是，他们还是一如既往地干着这件平凡的事。没有多余的言语，就这样自然而然地，他们成了寝室里最早自然醒的人。

王敏敏，来自工业1402的学生，内向腼腆话也不多。因为来了纪检部，便在操场拿起了喇叭，回想第一次拿喇叭的经历，她说：“手里握着喇叭，就感觉手一直在抖，都不知道该怎么开口，但这既然是自己的任务，硬着头皮也还是要去，当鼓起勇气喊了之后，发现其实也没那么困难，这样倒也是锻炼了自己。”

## 因为梦想 所以坚守

晨跑把这么一群人聚集在一起，除了学姐的朋辈教育，老师的一句嘱托，更是因为他们心底有自己的坚持与追求，用踏实的态度，从每一件小事着手，以积极的态度向未来。

负责室内广播的汪元丰，放完广播后，都会回到寝室，打开台灯开始背单词，每天三十个单词从听到记到用，没有间断。“因为下雨天，我早上也起得早，常常是第一个光顾食堂豆浆铺的人，阿姨也常给我满满的一杯豆浆。”这个朴实的男孩说道。专业成绩名列前茅的他，因为英语基础薄弱，还在为四级而努力，可他却有着自己的考研梦，补好英语这个短板，就能离梦想更近一步。

在操场，奔跑往返于各个工作点的就是陈泽峰，做事利索干脆，在担任工作人员期间发现哪个岗位没人在，便及时打电话给部长，然后主动补位。工作结束后，他也会主动跑一圈，“身体是自己的，多运动总没有坏处，早上最宝贵的时光因为晨跑而得到了充分利用，我很享受晨跑的每一天。刚大一的他，上学期考了班级第四，转本是他的短期目标，接下去的学期，他的梦想也将与晨跑同行。

因晨跑而结缘的这么一群不是被闹钟叫醒的人，他们学习成绩和社区行为考核均名列前茅，他们以“有家，有社管，有爱，有陪伴”的社区理念为引导，力争做积极向上的年轻人，跑在最美的春光里，跑过灿烂的青春季。

## 值班督导：陪伴是我给你最好的爱

## 慎而又思

## 穷其志理

## 早湖畔，跑着陪你探寻最美的景致

## 当值班督导遇上三行情书，这便是最好的表达。

## 每一天的晨练中，我们都能看到一些教职工的身影。

## 当值班督导遇上三行情书，这便是最好的表达。

深怕耽误了所带班级的晨跑。”李老师这样说道。其实，很多从杭州来的督导都会碰到因天气原因晨跑取消的情况，但他们都毫无怨言，只要是轮到自己做督导，他们都会克服种种阻力，按时到岗，履行好晨跑值班督导的职责。

到目前为止，180天的晨跑中共有5000余人次值班督导参与其中。

## 全五天，幸福陪跑

签到、点名、陪跑是值班督导的“三部曲”。每一个环节，督导都与学生密切相关，有晨跑的每一天，他们都尽心尽力的陪伴着早湖园的“住户”跑“迎”新的一天。

周一至周五，他是最早一个在签到处领完点名册，站在设计学院30—34的编号处等着学生到来的值班督导，也是第一个吹着哨子带领学生喊着口号跑全程的值班督导。他是设计学院2014级辅导员吕科阳，为培养设计的“孩子”更具规范意识和团队意识，面对这些独具个性的95后，他总是在开跑前拍着手在操场旗杆处指挥学生整好队，跑步中时不时回头看方阵队伍是否整齐……上学期，因为吕老师几乎天天喊着口号陪学生一起跑，他的急性咽喉炎也因此转为慢性。付出总有回报，在吕老师的带领下2014级设计学院第二方阵上学期被评为学院优秀方阵，并荣获优秀口号奖。

“这学期，学生看到我发不出声，一句‘老师，您身体多注意，口号我们喊’便足够暖心”，言语间，吕老师上扬的嘴角便是陪跑幸福的最好诠释。

李亦辉，来自教务与资产管理处的老师，也几乎是一位“全勤”督导。“记得第一次去点名的时候，我一个人都不认识，四五周下来，我负责督导的五个班的班干部基本都熟悉了。”李老师说。在点名前，发现有些班级还没有及时在晨跑集合点集合时，他会让班干部催下各

个寝室的寝室长；点名时，一旦发现实际人数和点名册上的打勾数不符，他就重新再点一次名，等确认无误、如实登记后，李老师才带着方阵走向操场，陪着学生一起跑起来……

正因为如实地、尽责地完成每一次的督导工作，他对学生越来越熟悉，学生对他亦是如此。“每当走在校园中听到因晨跑而熟悉的学生亲切地喊我‘李老师’的时候，心里也还是挺开心的。”

## 共努力，健康同跑

早锻炼的目的是为了让大家养成早睡早起的习惯，每一天的早起签到也是为自己健康签到。师生共跑都是为了让自己有一个良好的体魄去迎接未来的挑战。

机械学院学生小李（化名），一直以来是个不折不扣的“小胖墩”。天气热了，一跑就出汗，时常跟不上自己方阵的节奏，心里也因为拖方阵后退而气馁。来自机械2013级的辅导员杨朝迎发完后，但凡是自己督导的那几天他都陪着他跑，一边跑，一边给他加油打气。一学期下来，“小胖墩”体力慢慢跟了上来，毅力也锻炼出来了，面对之前自己力不从心的晨跑也开始热爱了起来。

来自人文学院广告教研室的徐玉红老师，一直以来担任广告班的值班督导，碰到女生临时身体不适及时让女生休息，并嘱咐她们及时到各楼的社区辅导员处请假。来自商学院的教务秘书孙艳萍就有碰到学生跑步途中的突发事件，“前两天，我看到一个学生落在方阵后面，走了起来，跑过去一问，得知是胃抽筋，就把她扶到内道，让她既可以缓一缓，同时也不给后面的方阵造成影响。”孙艳萍说道。

每一天“住户”们跑道上的四百米坚持，看似微不足道，却可以收获一辈子。

每一位督导老师晨跑的陪伴，看似短暂平常，却把最好的爱给予了学生。

