

今日关注

拯救「脆皮大学生」的

三所高校为啥都火了？

□新华社记者 岳冉冉

最近，昆明城市学院的“430行动”火了。每天下午4点30分至5点30分，教学楼会被锁，图书馆会暂时关闭，大学生们会被“请”出教室，“请”去球场、操场、跑道……

这是我在云南采访“脆皮大学生”问题的第六年，我见证了三所高校用三种截然不同的方法拯救“脆皮”们。从“不发毕业证”，到发“身体倍儿棒证”，再到“下午4:30锁教学楼”，三个方法就像三把钥匙，指向了同一把锁。

第一把钥匙：下午4:30锁教学楼

在昆明城市学院，“430行动”最直观。

下午4:30，我亲眼看着教学楼大门上锁。没有商量，没有例外。学生们被要求离开教室，去运动、去劳动、去户外。

为什么会这样？校长王昆来亮出了一组令人揪心的数据：最近一次全校学生体质健康测试，合格率刚过90%，优良率不足20%，2025年心理咨询中心接待量比三年前翻了一番……

“体测800米、1000米特别累，爬三层楼歇两次，拿个快递喘半天。”王昆来言语中有着急，“‘430行动’不是要折腾学生，而是怕他们毕业后，身体撑

不起梦想。当孩子们的健康亮起红灯，学校再不管，就真的没人管了。”

“锁楼、闭馆是否觉得被冒犯？”我悄悄问一个学生。女生答得很干脆：“我完全理解老师锁楼的出发点，学校是希望我们养成自觉锻炼的习惯。”她说到一个很美的场景，自己跑步时听到一位师姐说，这是大学四年第一次看到傍晚的操场长啥样。

我突然理解了这把钥匙的意义，它不是惩罚，而是一种“温柔的强制”。当“脆皮”成为大学生的标签，当个体的自律输给游戏网剧，外部的干预，恰恰是最直接的托底。

第二把钥匙：体测不合格不发毕业证

云南大学用的是一道“红线”。

2021年，该校的“最严体育校规”火了——学生体测不合格，不发毕业证。

这不是吓唬人。体育学院的老师给我看了一组数据：2015年至2020年，该校学生体测合格率平均为68%，校规实施的2021年至2025年，合格率提升到90%以上。

“一开始学生恨死我们了。”体育学院前院长王宗平笑着说，“但毕业之后回来感谢我们的，也是同一拨人。有的学生还说，从学校出来后，也没停下跑步。”

我曾碰到一个正在练800米的女生，大二，马上就要补考。她气喘吁吁地说：“我高中体育就不好，以为大学混过去就行。结果……现在每天都得练。”

“恨这条校规吗？”我问。她愣了一下说：“那是之前。这个寒假我妈说我气色明显好了，我突然觉得锻炼挺好的。”

云南大学的逻辑很硬核：毕业证不能发给一个连自己身体都管不好的人。

这条“红线”看似冰冷，但却划出了一条底线：守护好健康不是选修课，而是必修课。这不是苛刻，是负责。

第三把钥匙：发“身体倍儿棒证书”

2024年在云南机电职业技术学院，我看到了另一种力量。

毕业典礼上，学校会颁发一本“身体倍儿棒证书”，拿到这本证书也有门槛，只有连续三年体测总评成绩在80分及以上，达到“优秀”或“良好”的毕业生才能获得，而且证书由学校党委书记亲自签发。

一位拿到证书的女生对我说：“这

是自己最骄傲的一张证书。奖学金证书很多同学都有，但这张，4000多名毕业生只有200多人有。”她说这话时，眼睛是亮的。

该校体育部主任羌梦华也很欣喜，她认为正向激励的“赏识教育”同样值得提倡，“2024年我们有217名毕业生拿到了这张证，2025年数字上升到280人，相信今年会更多。”

三所学校，三种做法。云南大学用“不发毕业证”划出一条红线，让你不得不动；云南机电职业技术学院用“身体倍儿棒证书”竖起一个标杆，让你想要去追；昆明城市学院用“锁教学楼”创造一小时空间，让你先动起来，再慢慢爱上动。

这些方法有的“硬”，有的“柔”，有的“推”，有的“拉”。做法虽不同，底色却一致。教育者没有对“脆皮大学生”置之不理，而是在想办法、出实招，目的是把大学生从宿舍里、从手机屏幕前、从“下次一定”的拖延里“救”出来，哪怕办法有点笨，哪怕效果需要时间。

我突然想起王昆来的另一句话：“主动锻炼，从来不是被逼出来的，而是被点燃的。而教育者的责任，就是点燃那团火。”

新华社昆明3月31日电

美以伊战事

“数”说美以伊战事30天

□新华社记者 段敏夫 吴宝澍

3月29日，美国和以色列对伊朗发动武力袭击进入第30天。一个月里，战火波及多国，影响持续外溢。以下是一系列相关数据：

——战火波及中东10余国

美以2月28日对伊朗发起大规模军事行动，伊朗则对以色列及美国在中东地区的军事基地等目标发起反击，战火直接波及阿拉伯联合酋长国、卡塔尔、沙特阿拉伯、科威特、约旦、巴林、阿曼、伊拉克等国。

也门胡塞武装3月28日确认，“首次使用威力巨大的弹道导弹”打击以色列敏感军事目标，以支持伊朗和地区的“抵抗阵线”。以色列媒体称此举标志着胡塞武装“加入战争”。

作为伊朗的地区盟友，黎巴嫩真主党3月2日晚开始向以色列北部发射火箭弹，以色列则对黎多地发起猛烈空袭，并在黎南部展开地面行动。

土耳其国防部称，3月以来，已有多枚进入土耳其领空的弹道导弹被拦截。

——伊朗死伤两万余人

伊朗常驻国际海事组织副代表普里亚·科利万德3月25日说，自美以对伊朗发起袭击以来，已造成伊朗至少1750人死亡，2.28万人受伤，超过8.1万处民用设施损毁，约350万人流离失所。

伊朗外长阿拉格齐3月27日说，伊朗境内600多所学校在战火中损毁，千余名师生死伤。其中，美以对伊动武首日空袭了伊朗南部米纳卜市一所小学，造成至少175名师生死亡。

伊朗卫生部3月28日发布的数据显示，美以袭击已造成230多名未成年人死亡，约1800名儿童受伤。

——美以打击“上万个”目标

美军中央司令部司令库珀3月25日在社交媒体上称，美军迄今已袭击超过1万个伊朗军事目标。

以色列军方3月24日说，以军已累计打击超过3000个伊朗相关目标。

——伊朗发动80余波反击

截至当地时间3月28日，伊朗称已发动“真实承诺-4”行动85波攻势。一个月来，伊朗使用“伊美德”“法塔赫”和“吉亚姆”等多型导弹及无人机打击美以目标。

——美军13人死亡，17处基地设施被击中

据美国媒体披露，已有13名美军人员在对伊朗的军事行动中死亡。美军中央司令部发言人3月16日说，自美国和以色列本轮对伊朗发动军事行动以来，已有超过200名美军士兵在7个中东国家受伤。美军受重伤的士兵增至10人。

美国《纽约时报》3月11日援引知情人士消息报道，至少17处美军基地和其他设施在伊朗的反击中受损，包括位于沙特的苏丹王子空军基地、位于科威特的阿里·萨利姆空军基地和比林军营，以及位于卡塔尔的乌代德空军基地等。

——以色列境内20人死亡，5000余人受伤

据以色列卫生部和急救组织消息，截至3月28日，伊朗袭击已在以色列境内造成至少20人死亡，另有5000余人受伤。

——中东地区美军规模将达5万

美国近期陆续向中东地区增派部队。美军中央司令部3月28日宣布，美国海军陆战队等兵力已抵达美军中央司令部责任区。美国官员披露，从美国西海岸出发的另一支美海军陆战队远征队也在前往中东。美国媒体称，增援部队集结完毕后，中东地区美军规模将达到5万人。

——霍尔木兹海峡商船通航量下降95%

市场服务机构克普勒公司数据显示，3月1日至3月23日，商船通过霍尔木兹海峡的次数仅为144次，较冲突爆发前减少95%。新华社开罗3月29日电

