

从『为健康跑』到『为成绩跑』

校园代跑竟成生意



没时间、不爱跑是找代跑主因

孟洋的同学婷婷就是他的“代跑客户”。说起学校的校园跑,婷婷坦言,自己确实不喜欢跑步,认为如果学校的初衷是增强学生体质,完全可以让学

婷婷所在学校的校园跑与体育成绩挂钩,只有在完成规定的公里数、配速和次数后,才能获得体育课中的10分。从得知校园跑与成绩挂钩的那一刻起,婷婷的第一反应就是想办

起初,她骑共享单车刷公里数,但随着学校将跑步范围限制在操场内,并启用软件测算配速,这种方式很快就行不通了。无奈之下,她又尝试过与室友“接力跑”:前半程自己拿两部手机跑,后半程由室友接力完成。

记者在采访中与多所高校学生谈到校园跑时发现,无论是找代跑还是自己坚持跑的同学,大多并不排斥运动本身,只是觉得当跑步与学业成绩直接挂钩时,容易把锻炼变成一种任务压力。

一位北京大学学生告诉记者,她从未找过代跑,但也谈不上喜欢校园跑,每次都是硬着头皮完成。有的学期甚至把任务拖到最后,在截止日前集中完成,一天跑上10公里。

北京外国语大学的一位学生也表示,身边只有少数同学会把校园跑当成日常锻炼,大多数人更多是带着完成任务的心态,这也容易影响对运动的兴趣。

采访中,不少同学提到,不愿积极参与校园跑的原因大同小异,课业紧张、实习繁忙是主要因素,也有人直言“身体不适合”“跑步太单调”。在找林奇和孟洋帮忙代跑的学生中,理由多是“没时间”或“不喜欢跑步”。

海都锐评

“健康考核”别异化为“诚信考题”

当古代奥林匹克“为健康奔跑”的箴言,在高校校园里变成“为成绩代跑”的现实,这场旨在强健青年体魄的运动,正悄然偏离轨道。

“健康考核”异化为“诚信考题”,根源在于考核机制的“功利化绑架”。高校将校园跑与体育成绩、综合测评甚至毕业资格硬性挂钩,试图以量化指标倒逼运动习惯养成,却忽略了学生群体的差异性。对课业繁重的学生而言,“34次2公里跑”是难以兼顾的负担;对体质较弱或偏好球类、游泳的学生来说,单一的跑步考核是“一刀切”的束缚。当“完不成就要挂科”的压力盖过“运动有益健康”的认知,代跑便成了部分学生眼中的“捷径”。

整治代跑不能只靠“技术围堵”,更需破解“形式主义”困局。正如部分学生所言,“为了打卡而跑,跑完就再也不想动”,当运动沦为应付考核的任务,即便没有代跑,也难以达到强身健体的目的。若只在“防作弊”上做文章,而不改变“一刀切”的考核逻辑、单一枯燥的运动形式,只会陷入“道高一尺,魔高一丈”的猫鼠游戏,背离校园跑的育人初心。

真正的破局之道,在于让校园跑回归“以人为本”的体育本质。一方面,需建立更灵活的考核体系,允许学生用篮球、瑜伽、游泳等运动时长“等量兑换”跑步里程,为不同需求的学生提供选择空间;另一方面,应优化运动体验,通过设计主题跑、团队接力跑、户外定向跑等形式,让跑步从“机械打卡”变为“趣味参与”。更重要的是,要剥离校园跑的功利属性,通过开设多元体育课程、举办校园赛事、建设运动社群,让运动成为学生自发的兴趣,而非被迫完成的任务。

校园跑的核心从来不是“跑了多少公里”,而是“是否爱上运动”。当考核标准多一分弹性,运动形式多一分趣味,学生对体育的认知便会少一分抵触、多一分热爱。(一醉)

N 北京青年报

近年来,为了提升大学生体质健康水平,全国高校普遍推出“校园跑”活动。然而,随着跑步逐渐被纳入体育成绩、综合测评甚至毕业升学等考量,一些学生开始以各种方式“应付差事”,“校园代跑”也在其中滋生。

线上后台改数据、线下真人代跑、同学帮忙跑、多人接力跑,甚至骑单车刷路线……“代跑”已形成一条产业链,明知违规,却屡禁不止。

多所高校校园跑与成绩挂钩

在北京某知名学府的操场跑道上,突然同时响起5个提示音:“您已完成1公里,用时×分×秒……”操场上的目光纷纷投向手里拿着5部手机的男生林奇,而他周围的同学也忍不住哑然失笑。

这是体育生林奇的亲身经历。因为忘记关闭手机声音,他的代跑“露馅儿”了。但即便如此,林奇也不太担心被查到,因为代跑这件事在校园里早已不是秘密。

“这种跑步的运动量对我来说只是热热身,不算什么。但很多同学平时没有锻炼习惯,学业又忙,到期末再跑根本来不及,我也不能眼睁睁看着朋友挂科。”林奇笑着解释说。

许多高校的校园跑与林奇所在的学校一样,都与体育课成绩挂钩了。这也是不少学生找人代跑的主要原因。

比如,对外经济贸易大学规定:本学期修读体育课的本科生,校园跑占体育课总评的10%(满分10分)。须在APP上完成,单次距离1~3公里,路线需经过校园指定点位;平均配速须在3~10分钟/公里内。

而北京第二外国语学院则要求:一个学期内,男生需完成34次3公里跑,女生需完成34次2公里跑,并计入体育成绩。

再比如,北京大学要求选修体育的本科生必须参加校园跑:男女生累计里程不少于85公里,男生配速4~9分钟/公里、女生配速4~11分钟/公里;单次跑步男生不少于2公里、女生不少于1公里,有效次数不少于10次。未完成者学期体育课成绩记0分。

还有一些高校虽未将校园跑直接纳入体育成绩,但通过打卡奖励、成绩加分等方式鼓励学生参与,如北京外国语大学、华北电力大学、北京师范大学等。

从“顺便帮跑”到“正式接单”

记者从多所高校学生处了解到,无论校园跑是被纳入成绩管理,还是与打卡奖励挂钩,只要涉及学生切身利益,就会出现代跑现象。而代跑形式多样,学生往往选择成本最低的方式。

一些学校检查不严,有学生骑共享单车刷公里数;有的学校只要求在体育场或体育馆内停留一定时间,部分学生便“坐等”达标。

另一种方式是利用“网络高手”在后台修改运动APP数据。这主要针对使用运动软件打卡的学校。网上有卖家接单,可按买家要求生成跑步时间、地点、配速等数据,甚至补录记录,价格一般在每公里0.4至0.6元不等。部分卖家还提供运动APP截图生成服务,每张约0.8元。

不过,通过技术篡改后台记录并非适用于所有学校。为防止作弊,不少高校研发了自有校园跑APP。但“道高一尺,魔高一丈”,“人工代跑”随之兴起,大体分为线上代跑和校内代跑。

线上代跑通常通过平台接单,由合作的代跑者在操场上登录学生账号完成跑步,价格一般为每公里1至2元。卖家透露,其主要业务集中在上海、浙江等地,北京地区合作代跑者较少。若无人接单,学生则通过社交平台或同学介绍自行寻找代跑者,但这种方式风险较高,容易被发现。

一些学生也选择找身边朋友帮忙。体育生林奇最初只是“顺便帮跑”,后来有不熟的同学找上门,他从象征性收费到开始正式接单;而就读于海淀区某高校的孟洋,也常被同学请求代跑。他坦言,自己从初中起就坚持跑步,起初觉得代跑只是“举手之劳”,但找他的人越来越多,最多时曾同时替四名同学完成任务。