

“校长先跑，全员跟上”

长沙推动学校落实“健康第一”的理念，“校长喊你来运动”的热潮正持续升温

● 长沙晚报全媒体记者 岳霞 实习生 周雯

7月26日，长沙的清晨与雨夜都因运动而格外热闹。雨夜中，长沙市实验中学操场荧光流动——2025“校长喊你来运动”学校运动嘉年华启幕。首场“长马公益校园行荧光欢乐跑”中，13所中小学的师生与家长冒雨奔跑；清晨6时，西湖边近500名学生与家长齐聚，为麓山外国语实验中学“暑假体重管理21天——跟着校长去跑步”活动画上圆满句号。这个暑假，这场由校长们带头掀起的运动热潮，正以“全员参与、文体融合、家校联动”的姿态，成为长沙教育的鲜活注脚。

多校联动，趣味运动让暑假“动”出精彩

在长沙，多所学校的“校长喊你来运动”活动开展得有声有色，让孩子们暑假因运动而活力满满。

“每天1小时户外，健康成长不打折！”开福区清湘小学的暑期公众号上，校长的运动倡议引发热烈响应。该校以“校长带头、科技赋能”为特色，推出家庭跳绳PK、亲子开合跳等趣味项目，搭配营养建议，助力“小胖墩”科学减脂；“阳光户外打卡”活动更让防控近视与运动锻炼同步推进，4000余名学生在暑期动了起来。同时，学校的足球、篮球社团利用暑期开展系统训练，专业教练根据学生体能差异制定方案，提升学生专项技能与体能。

“随风奔跑自由是方向……”7月26日晚上，来自长沙市13所中小学的师生、家长代表及社会长跑爱好者组成的18个长跑方阵在长沙市实验中学田径场集结。晚9时，在大合唱和全体热身过后，随着鸣笛声响起，“长马公益校园行荧光欢乐跑”正式开跑。



长沙麓山外国语实验中学校长张辉(右二)带着孩子们跑步。学校供图

“欢乐跑”是本次“2025校长喊你来运动·学校运动嘉年华”的重头戏，各学校方阵均由校领导领跑。长沙市实验中学艺芳乐跑团首先起跑，作为方阵旗手的G2413班王永祥同学感慨道：“跑起来的感觉太爽了！在校领导的带领下和大家一起跑步，我比平时的跑操更有动力！”

飞盘、趣味投篮、滚铁环、跳绳……在活动开始前的傍晚时分，许多学生及家长来到田径场进行趣味运动“打卡”。欢笑声、呐喊声不绝于耳，每位“大朋友”“小朋友”都享受着运动的快乐。

长沙市实验中学、周南秀峰学校、长沙市实验小学等13所学校方阵亮相，喊出独属于自己学校的运动口号。“以身作则，带领师生利用课后、节假日及寒暑假开展健走、跑步、打球等体育运

动……”活动现场，16位学校代表共同宣读了《“校长喊你来运动”倡议书》，号召更多的校长引领全员文体运动的发展。

双向奔赴，运动氛围延伸至每个家庭

7月26日清晨6时，西湖边晨雾尚未散尽，近500名学生与家长已齐聚湖畔。随着最后一段欢快的脚步声落下，长沙麓山外国语实验中学“暑假体重管理21天——跟着校长去跑步”活动圆满收官。几十名全程坚持的同学接过学校颁发的金牌，奖牌在晨光下闪闪发亮，映照着一张张充满朝气的脸庞。

这场晨跑，源头是2019年暑假校长张辉埋下的一颗“教育种子”——“西湖跑团”。7年来，跑团的足迹从梅溪湖延伸到西湖，参与的人群也从最初的师

生相约，慢慢扩展到家长、社区孩子加入。被孩子们亲切称为“辉哥”的校长张辉，用“每天运动一小时”的坚持，生动诠释着“示范与感染”的教育理念。

跑步时，张辉总惦记着初次尝试长跑的孩子，反复叮嘱：“大家跑慢一点，跟着我的速度跑，长跑比拼的不是速度，而是坚持。”在校长的带领和师生的加油声中，许多原本连1000米都觉得艰难的孩子咬牙跑到了终点。如今，晨跑队伍早已突破校园边界：从学生到家长，从校长到班主任，从中学生到小学生，越来越多身影汇入这支奔跑的队伍。

活动现场，随处可见“辉哥”的粉丝——他们多年来跟着张辉坚持跑步；有不少低年级孩子，因为哥哥姐姐在麓山读书，也跟着加入进来；有家长主动带着孩子加入，让奔跑成为家庭的共同记忆。“户外跑跑步，不仅能让孩子们锻炼身体，也能让他们尽情感受家乡的美好，更积极向上地面对学习和生活。”张辉的话，道出了这场7年长跑的意义。

从荧光闪烁的操场到晨雾缭绕的湖畔，从校长领跑的坚定身影到亲子相伴的温馨脚步，长沙“校长喊你来运动”的热潮正持续升温。

在2025年度全市工作会议上，长沙市发布中小学生身心健康指数，作为评价办学水平的重要指标，推动学校将“健康第一”的理念落实到各领域、各环节，成为“办学兴校”的重要遵循和全社会广泛共识；也鼓励社区、家庭组织户外亲子体育运动，保障每天综合体育活动时间不少于2小时，确保全市中小學生近视率、肥胖率下降。



后进村蝶变幸福家

● 长沙晚报全媒体记者 邓艳红

水泥道路如丝带般串联起一户户民居；精心修筑的堤坝在田野间延伸，清澈水流潺潺涌动，为农田灌溉注入生机……这是记者近日在望城区茶亭镇西湖寺村看到的情景，好一幅水清岸绿、河畅景美的生态画卷！

谁能想见，十年前的这里还是“晴天一身土，雨天一身泥”的后进村？“那会儿村里连条正经的硬化路都没有，遇上雨天便寸步难行。”村民们指着门前崭新的道路诉说道。指尖划过的方向，皆是十年变迁的印记。

500多亩农田：从“靠天吃饭”到“旱涝保收”

西湖寺村腹地，求田大坝静静卧在田畴间。这座有着上百年历史的自然水库下游，曾横亘着一段让村民头疼的水渠——弯弯绕绕，窄得像鸡肠子，村民们干脆叫它“鸡肠子坝”。

“从我记事起，这水库就没修过。”求田组村民曾新奇蹲在田埂上，手指划过水库边缘，“淤塞和渗漏得厉害，底下全是烂泥和杂草。天旱时，水存不住；下暴雨更糟，坝子排不出水，大坝上游的田地经常被淹。”

曾新奇的田就在水库附近，收成却年年得看老天爷脸色。水库不仅没发挥作用，反倒成了威胁500多亩农田的“定时炸弹”。“村民提了好多次，说这坝不修，种庄稼就得‘看天吃饭’。”西湖寺村党总支书记肖伟记得，那些年村民大会上，“修坝”是

绕不开的话题。

“群众的急难愁盼，就是我们的冲锋号！”望城区城发集团派驻的驻村第一书记周钦煌(2024年2月至2025年7月任职)告诉记者，2024年下半年，“鸡肠子坝”综合治理工程启动，一支由党员骨干、村民代表和水利专家组成的攻坚队迅速组建。他们白天在田间测量，晚上围坐在村委会的灯下讨论方案。“清淤要多深？闸门设在哪？如何兼顾灌溉和排洪？”一次次争论后，质量、进度、安全管控机制逐渐清晰。

清淤船在水面作业，村民们自发扛着锄头清理渠边杂草，工人给堤坝做防渗处理……半年多的忙碌后，今年4月工程竣工：新渠如银链穿梭田间，闸门可精准调控水量，堤坝防渗层让蓄水能力提升了不少。“这才是水库该有的样子！”曾新奇站在渠边，看着水流稳稳淌进稻田，笑得眼角起了褶，“旱能灌，涝能排，以后再也不用求老天爷了。”

泥泞小路：从“出行难”到“产业兴”

傍晚，沿着乡间道路漫步，平整的水泥路蜿蜒至家家户户，路灯在绿树林间投下暖光，不时有满载农产品的货车平稳驶过。

“现在的路修得真漂亮，平顺又通畅，出门就有路灯！”西湖寺村范家碑组村民朱麒操着地道的乡音，指着不远处的董家坝路，“以前哪叫路？坑坑洼洼像‘搓衣板’，窄得会个车都难。”

记者了解到，十年前，西湖寺村的路是“老大难”：村内多是泥巴路，连接外乡的水泥路也常年破损，基础设施落后像道“紧箍咒”，捆住了村子发展

结对帮扶单位和镇村携手努力
西湖寺村十年间实现“三个跨越”



水库修缮后，农田灌溉更方便了。长沙晚报全媒体记者 邹麟 摄

的手脚。“要致富，先修路”成了驻村工作队和村支两委的共识。十年间，14公里村组道路陆续硬化黑化，路肩种上了绿植。

如今，一条全长13.99公里的产业振兴路蜿蜒穿行，串联起茶亭镇西湖寺村、泉丰村、杨家坪村、梅花岭社区等多个村落。这条城乡融合发展路，不仅铺就了乡村振兴的“快车道”，更成为农旅融合、产业升级的“黄金走廊”。

“路修通只是开始，得让村民的腰包鼓起来。”驻村工作队在后盾单位的支持下，不仅解“眼前

难”，更谋“长远路”：通过认领“微心愿”帮助困难群众；对接资源发展油茶经济、肉牛养殖产业；设立“城润西湖”教育基金，援建“希望小屋”，让村里的孩子有盼头。

“昔日泥泞路蜕变为产业路，零散耕地整合成示范田，后进村落蝶变成幸福家——这背后是城发集团‘真金白银’投入和‘绣花功夫’的深耕。”肖伟以“三个跨越”勾勒了西湖寺村的十年变迁。她说，如今的西湖寺村，正以“振兴高地”的新姿态，奔赴在乡村振兴的路上。

130起，长沙通报暑期第一批查处的违规校外培训

长沙晚报8月2日讯（全媒体记者 岳霞 实习生 周雯）长沙市持续推进校外培训专项治理，依法依规查处各类违规培训行为，全面巩固“双减”成效。2025年7月，全市共查处130起违规校外培训，其中隐形变异学科培训75起，擅自举办非学科类校外培训（无证非学科培训）48起，违规收费行为7起。

相关区县(市)教育局(行政执法局)已责令上述违法违规机构(个人)进行整改(关停)。达到立案标准的，将按照《校外培训行政处罚暂行办法》予以行政处罚。

长沙市教育局提示，凡是在周末、寒暑假、节假日开展义务教育学科培训的机构(个人)均为违规培训；凡是没有办学许可证开展校外培训的机构均为违规培训机构。校外培训机构一次性不得收取超过三个月或60个课时的费用，非学科类培训机构一次性收费不得超过5000元。请认准正规的缴费渠道——全国校外培训监管与服务平台的家长端APP。



为救同一人 他两次捐献“生命种子”

长沙晚报8月2日讯（全媒体记者 杨云龙 通讯员 罗旭斌）记者2日从湖南省红十字会获悉，为了救同一人，中车株洲电力机车研究所有限公司设计工程师李斌两次捐献“生命种子”，诠释了百万分之一的缘分、百分之百的担当。

7月30日，株洲市中心医院的造血干细胞采集室内，“90后”李斌平静地躺在采集床上，141毫升满载着生命希望的淋巴细胞被成功采集。这并非他第一次为爱伸手——就在两年前，他为同一位血液病患者捐献了造血干细胞。如今，当生命的呼唤再次响起，他义无反顾，完成了这场令人动容的“二次生命接力”，续写着他“救人救到底”的誓言。

2023年6月30日，为挽救一位素未谋面的白血病患者，李斌在中南大学湘雅医院完成首次捐献，成为株洲市第34例非亲缘性造血干细胞捐献者。

两年后，李斌再次接到株洲市红十字会的电话，受捐患者因病情需要，急需再次捐献淋巴细胞来挽救生命。

尽管面临再次采集的身体挑战，李斌还是一如既往，毫不犹豫地答应了。“如果我的捐献能够帮助他战胜病魔，那就一定要救到底，这是我与这名患者的缘分，也是我坚持的意义。希望在我的帮助下，他能早日恢复健康。”李斌坚定地说。

答应要进行二次捐献，李斌回家第一时间告诉了妻子。妻子为李斌舍己救人的行为感到无比自豪，当即表示：“能够再次救人一命是好事，我全力支持你！”采集淋巴细胞的当天，妻子一直在李斌身边陪伴照料，给予他爱的力量。两年前捐献造血干细胞时，李斌和妻子新婚不久，正在备孕阶段。两年后捐献淋巴细胞时，两夫妻拥有了爱的结晶——九个月健康活泼可爱的儿子，一家人幸福美满。

田文
孝老爱亲道德模范
铁肩扛“三担”，用爱驱散家庭阴霾



冯健
助人为乐道德模范
雷锋学地学雷锋一辈子



江林
敬业奉献道德模范
妙手仁心五十载，救解百姓疾苦，大爱济世显医魂本色



唐林
助人为乐道德模范
把慈善作为人生信仰，用行动传递爱与希望



致敬道德模范 传递榜样力量

长沙晚报社 宣