

斜土好声音

尽心尽力好班长 事无巨细人人夸

记斜土社区学校排舞班班长徐余兴

□记者 曹香玉

“脚步错了，应该这样跳，来，一二三四五六七八……”徐余兴带着同学们正在复习上节课老师教过的排舞《火箭飞向太阳》。动感的音乐，欢快的笑声，整齐的脚步声，“淹没”了整间多功能教室。然而推开这扇门，一幅幅感人的画面如电影般闪过。

家住大木小区的徐余兴，今年 65 岁，舞龄 6 年。一米八几的个子，身姿挺拔，颇有舞者风范。他是斜土社区学校排舞初级班和中级班的班长，同学们亲切的称他为“徐班长”，但听到更多的是“好班长”。

排舞班来了男班长

看着徐余兴精神矍铄的样子，丝毫想不到他与排舞的缘分竟是因为一场病。2004 年，徐余兴做了心脏二尖瓣换膜手术，在长期的调养中，体重升到了 196 斤。为了重获健康，徐余兴决定锻炼，偶然在网上看到经常跳排舞有利于心血管和呼吸系统的运作，改善心肺功能等，于是他开始跟着网上的教学版自学起来，久而久之，对排舞的兴趣愈加强烈，甚至影响了爱人吴蓉芳和小区其他居民的加入。平日里，徐余兴带着十余人的小团队在茶陵绿地广场跳舞，偶然机会听到斜土社区学校开设了排舞课，并由国际级排舞裁判、国家导师级排舞广场舞教练葛臻珍担任老师，便毫不犹豫地报名了 2018 年秋季班。在葛老师的委任下，加上又是班里唯一的男性，徐余兴一步步成长为排舞班班长。

2018 年，排舞班开设了初级班。2019 年，又新增了中级班。充当近 80 人的班长，徐



余兴坦言“当班长还是很辛苦的，但是更多的是开心”。

每周两次的“小灶”生活

“我们这个班长真的很负责，除了课上老师教，课后他还会找时间帮我们抠动作。”排舞班学员仲妹英告诉记者。自排舞班成立后，不少退休居民踊跃报名，但由于大多数是“零基础”，一开始会出现记不住动作，踏错舞步，踩不准拍等问题。徐班长凭借扎实的舞蹈基础，课上教的基本就能学会，“我会跳还不行，我是班长，就有义务帮助其他同学”。针对不同问题，徐班长想出了解决之策。拍下老师的

排舞视频，发到班级群，让同学们多看几遍熟悉舞步；让每排的同学轮流到第一排跳，也为他们拍下视频，方便对照老师跳的并找出自己哪些舞步跳错；对于踩错拍，就需要多练习来培养乐感，为此，徐班长为同学们“开小灶”。

徐班长会带着同学们提前一小时来到多功能教室复习排舞，但为了让大家更加熟练掌握，他还另外抽出周一下午三小时，帮同学们纠正动作。最令徐班长感动的是来自浦东的徐玉香、徐玉华姐妹二人，虽然家住的远，却没落下每一次练习时间。“徐班长很尽责，有次脚受伤了还贴着药膏来上课，生怕我们不会跳”徐家姐妹告诉记者。

这种强烈的责任感早已超越了“班长”这个头衔，“班里还有 72 岁的同学，仍然坚持来上课呢”。看到同学们对排舞有如此高的兴趣，徐班长就一遍一遍带着大家跳。

这学期初级班的新同学孙民芬由于在第一节课跟不上进度，很沮丧的跟徐班长说不想跳了。徐班长鼓励她，“你再坚持跳两次，实在不行你再放弃。”每次练习的时候，徐班长都会给她详细讲解动作，反复带着练习。“没想到，这两次两次的坚持下来，我竟已经跳了一个多月。”孙民芬感动地说道。

谈起徐班长的“好”，同学们皆竖起大拇指，“我们这个班长老心细了，下雨天来上课，他会提前拖好地，以防大家摔倒。有时间还会帮助别的班级放音乐录视频。没有哪个班长能做到这样……”

体重轻了而内心“实了”

徐班长谈起在社区学校排舞班的收获，他打趣道“跳舞至今，我都瘦了三十多斤呢”。当初接触排舞的目的是为了健康，现在更多的是因为喜爱。

“在这里，我能受到专业老师的指导，不仅学会排舞基本步的专业术语，还深入了解排舞的起源与发展。排舞已然成为我生活中不可缺少的部分。因此也结交了不少朋友呢。”徐班长分享收获时开心得像个孩子。然而最令徐班长感动的莫过于爱人吴蓉芳一直以来的支持。“因为要带着同学们一起练习，平时家的活她都不让我做”。

原本徐班长的心里只有家庭，现在，排舞和同学们也“住进心房”，虽然“外在”的体重轻了，但“内在”的心里也着实重了不少……

平安斜土

电动自行车充电安全常识



如今电动自行车已成为市民出行的常用交通工具。而充电器发热、电池爆炸、车辆自燃等引发的电动自行车的安全问题引人关注。

一、选对电源

要选购、使用已获得生产许可证的厂家生产的质量合格的电动车、充电器和电池。质量低劣的电池长时间使用温度往往很高，容易引发火灾。电容量大，自耗少的锂电池是首选，其次是密封性好的铅酸干电瓶。

二、选择合适线路

一些小区存在私拉电线充电的现象，电线、插排的互相缠绕，这种充电方式存在极大的安全隐患。媒体报导的很多火灾事故都是因为这种方式引起的。为电动车充电的线路插座，应由取得资质的电工安装并固定敷设，且需加装短路和漏电保护装置。

三、选对充电位置

充电时电动车会产生可燃性气体，如果

是在储藏室、地下室等狭窄密封的环境中充电，容易产生爆炸性混合气体。此外，尤其不要将电动车停放在楼梯间、疏散通道充电，若引发火灾，楼上的居民会难以逃生。有条件的市民可将电动车停放在公共区域集中固定充电点充电，或在设置有安全保护装置的地方进行充电。

四、充电时间不超过 10 小时

充电时间以充电器转灯后 1 个小时左右、不超过 2 小时为好。目前市面上的充电器一般 8 到 10 个小时即可充满。超长时间充电容易导致充电器内线路短路引发火灾，常趁夜间睡眠时间充电的人要格外小心。

五、经常检查 防止短路

要经常检查电池是否发烫或者有无鼓包现象，一旦发现有上述现象，请立即更换电池。为了防止线路老化、电路插接口不良和电池短路引发的自燃，市民应到维修点做定期检查和维护。

