



“文武双全” 他朝着理想坚定前行

□记者 高阳

“我们这个学生，成绩好，体育也好，文武双全。”在推荐优秀小记者时，白泉高中张晶老师的话引起了《教育周刊》编辑部的好奇。于是，记者找到了老师口中“文武双全”的白泉高级中学高二学生——顾正轩。

多次打破学校中长跑纪录 还是校篮球队绝对主力

10月27日上午，白泉高级中学正在举行秋季校运会，记者在校运会的田径场上见到了奋力奔跑的顾正轩。此时正在进行高二组男子1500米比赛，顾正轩遥遥领先。还有最后一圈时，尽管身处第一，但他还是加了把劲儿，慢慢提速，自己和自己比赛，最终第一个冲过了终点。

这不是顾正轩第一次取得长跑比赛第一名，从初中开始，顾正轩几乎包揽了所在学校中长跑比赛项目的全部冠军。他还曾在区级中小学生运动会中夺魁，在市级中学生运动会上打破本校纪录，取得全市第五的好成绩。

尽管中长跑成绩显著，但顾正轩不是一名体育特长生，“最早，我在初中时开始接触篮球，是学校篮球队的一员。”

顾正轩笑着说，发现自己在中长跑项目上有天赋，是因为在篮球队训练时，他总比别的同学跑得快。在初三的校运会上，尽管没有经过专业训练，但顾正轩还是拿下了800米项目的冠军，并打破了定海七中该项目的校运会纪录。

学习成绩名列前茅 勤学好问是秘诀

从比赛场上下来的顾正轩，身穿一套灰蓝色的运动服，额头还冒着汗珠，带一副眼镜，高高瘦瘦的，看上去文质彬彬。他的数学老师张晶笑着说：“别以为体育锻炼会分散学习精力，他成绩很好，一直在年级名列前茅。”

让张晶印象特别深刻的是，顾正轩总是最晚离开教室去食堂吃饭的学生，也是最常出现在老师办公室的学生，“因为要抽时间进行体育训练，所以顾正轩会牢牢把握学习的每分每秒，毫不夸张地说，勤学好问是他能保持好成绩的秘诀。”

对顾正轩而言，午餐、晚餐前的15分钟也是学习的好时间。“因为下课铃一响，大家都跑去食堂了，那个时候肯定需要排队，那我宁可省下排队的时间用来学习，稍微晚一点再去食堂，既不用排队，还多出了学习的时间。”

不懂就问也是顾正轩学习的态度。在学校，但凡遇到难题，思索过后仍无头绪，他就会立刻奔向老师的办公室，力争把每一个知识点烂熟于心。



有时候他还会和同学进行“学术争论”，小傅同学就是顾正轩学习上的好搭档，因为一道题目的不同见解，他们会找老师进行评判，再把涉及到的知识一一罗列，下次不再犯同样的错误。

对自己有清晰的规划 学习、体能训练两手抓

从初三开始，顾正轩就对自己以后的就学就业做好了规划，他想报考警察学院或者体育类师范专业。这就意味着他不仅要有出色的文化课成绩，还要保持良好的体能。

由于白泉高中非专业类体校，对于学生的体能训练集中在高三时开展，为了保持良好的体能状态，顾正轩从高一开始就积极进行自主体能训练，在初中体育老师的推荐下，他在定海五中进行训练，每周的周二到周日，没有一天缺席。

顾正轩学习、训练安排按部就班。每周二、四、六傍晚进行长跑训练，每周三、五、日进行力量训练和

投掷训练，只有周一晚上休息。而这个休息时间，顾正轩全部投入到了文化课学习中。

每天，顾正轩都是早上6点起床，洗漱后进行自主早读，以语文文言文学习和英语听力为主。晚上，他会在训练后做课外练习，还会抽时间上网课，巩固课堂知识，并随时答疑解惑。

明年1月，顾正轩就要进行第一场选考考试，他的选考科目是政治、历史、地理，届时他会把更多的精力放在学习上。而到了高三上学期，他会把学习重点放到语文、数学、英语科目以及体能训练上。他说：“学习时间紧迫，要争分夺秒。”

满满的学习、训练安排，似乎没有任何娱乐时间。“我会在做题间隙自我休整一刻钟，也会在周末和同学一起到图书馆看书、自习，一起吃饭、聊天，放松心情。这次国庆节假期我还抽出一天时间去秋游。”顾正轩说，他并不觉得学习很辛苦，一直抱着愉快的心情学习，且体能训练也能释放学习的压力。张晶也说：“顾



正轩每每解决一个难题或者掌握一个知识难点都会露出发自内心的笑容，他是能在学习中收获快乐的。”

父母的支持 让他坚定前行

想成为一名体育老师，想报考警察学院，能坚定自己的理想并向着目标不断努力，顾正轩的坚持背后离不开父母的默默支持。

尽管父母对于体能训练一窍不通，但在知道顾正轩的理想，就积极联系体能训练相关老师，每天在孩子训练时默默陪在一旁。

每个家长都希望自己的孩子能德智体美劳全面发展，顾正轩的父母也是如此。张晶说，顾正轩的母亲时常关心他的学习情况和精神状态，积极和各科老师沟通。

顾正轩也很感谢父母的陪伴。他坦言自己“文武双全”的最大功臣是母亲。由于学习、训练安排满满，母亲格外关注他的情绪变化，每当他情绪低落时，母亲就会想办法活跃气氛，纾解他心里的烦闷。他也从没听到母亲对于自己成绩波动的责备，只有满满的鼓励。

“保持自己的优势，相信自己。”顾正轩对自己的未来充满信心。

照片由受访者提供