

杭高男生游进北大

本报记者 孔乐佳



“哇，北大！”7月20日下午，杭州游泳馆内传来阵阵惊呼，一群游泳小将把师兄陈禺竹团团围住，目光聚焦在他手中的北京大学录取通知书上，眼神满是向往，家长们也纷纷举起手机拍照，想沾一沾喜气。

当天，陈禺竹特意把录取通知书带回梦开始的地方启封。这份“北大红”的含金量不言而喻——毕业于杭州高级中学的他以高考585分、体育统测男子200米混合泳2分04秒09的成绩，被北京大学体育教育专业录取。

今年4月的高水平运动队统测，陈禺竹在200米混合泳中游出2分04秒09，他的个人最好成绩是2分03秒20。他坦言，统测成绩并未达到预期，但在紧张的考场中已拼尽全力。

这封录取通知书的背后，是他长达12年的坚持。6岁那年，身高出众的陈禺竹被“冠军教头”娄红梅一眼相中，在父母支持下开启游泳之路。“每周练6到7天，一次游两个半小时，寒暑假上下午双训，一天要练四五个小时。”陈禺竹回忆道。

启蒙教练娄红梅欣慰之情溢于言表：“知道禺竹考上北大，真为他高兴。”训练前，她特意让陈禺竹把录取通知书拿给小队员们看，用榜样的力量激励大家。在

她眼中，陈禺竹是名副其实的“金牌收割机”——10岁在省运会狂揽6金，11岁夺得全国青少年游泳U系列总决赛U11组10个项目第一名。“禺竹一路游上全国最高领奖台，游泳生涯颇为顺利。他当年200米混合泳的成绩，至今在我队里还没有小队员能超越。”娄红梅说。

进入杭高游泳队后，陈禺竹愈战愈勇。高一时，他在全国学生(青年)运动会上斩获中学组男子400米混合泳和男子4×100米自由泳接力两枚金牌。其中400米混合泳的比赛最令他难忘：“预赛我是第二名，决赛特别紧张，一度落后，最后50米反超夺冠，个人最好成绩一下子提升了5秒，达到运动健将标准。”此后，他又在全国青少年游泳U系列比赛总决赛中，陆续将200米混合泳、100米蝶泳、100米自由泳等多项运动健将称号收入囊中。

也是从高一那年起，“清北”成了他坚定的目标。高中三年，面对紧张的训练和繁重的课业，他学会与时间赛跑——当同学休息或课外活动时，他埋头做题；午休时跑去办公室请教老师；随队训练时一下午游6到7公里。

“这么多年肯定有累的时候，但每想到自己的梦想，就不能放弃。”回首这一路，陈禺竹表示，“天赋带我游到这个水平，而努力让我坚持下来，才有了现在的梦想成真。”

陈禺竹的成功并非个例，这是杭高连续第二年培养出通过游泳特长考入北大的学子。今年，杭高游泳队共有5名队员分别被北京大学、浙江大学、上海交通大学、同济大学和华东师范大学录取。其中考入上海交大的王子豪，几天前刚夺得2026年横渡钱塘江活动先锋组(男子)冠军。建

队至今，杭高游泳队已有20余名队员考入北京大学、浙江大学等国内知名高校深造。游泳队教练陈辉表示，这得益于学校坚持文化课和游泳训练双管齐下，训练非常系统，队员们你追我赶，氛围特别好，完成训练后他们都能迅速、自觉回到教室学习。

当同学们正享受着高考后的暑假，陈禺竹已一头扎进泳池，在娄红梅的带领下跟一群小将一起训练。“我热爱游泳，在坚持的这12年里，它已经成为我生命中不可或缺的部分。”他非常清楚，考上北大并不是游泳生涯的终点，而是新起点。对即将到来的新生活，他期待能代表学校参赛，在200米和400米混合泳上实现新突破。

泳池有终点，但这位少年的人生赛道，才刚刚入水。



郭峻婷

“铿锵小玫瑰”上演浙江版功夫女足 “回旋踢”少女获周星驰点赞

本报记者 余敏刚

近期，一段10岁女孩在绿茵场上复刻电影中“回旋踢”招式的短视频刷屏网络，干净利落的动作引发大量关注，更收获周星驰点赞。这位女孩来自宁波，名叫郭峻婷。而她的故事，远不止于此——今年上半年，她已经正式入选杭州女足1516梯队，从宁波小区内的简易训练场，踢进了职业青训的大门。

视频故事发生在今年郭峻婷梯队集训期间，她因伤病迎来了20天假期。返乡休整时，恰逢周星驰的电影《功夫女足》上映，她发现影片中的足球招式和自己常年练习的跆拳道、足球技术颇为相似，便在学校操场复刻了电影中的回旋踢动作，拍成短视频，视频发布后迅速走红。最让郭峻婷意外且备受鼓舞的，是这条视频获得了周星驰点赞。“孩子有点激动。”郭峻婷的爸爸郭瑞兴说。但面对网络热度，郭峻婷本人保持了超越年龄的沉稳，所有短视频平台账号均由家长打理，她很少关注网上评论，训练照旧，上学照旧。

说起郭峻婷的足球之路，起点并不起眼。最初接触足球，是在她就读的宁波市镇海区仁爱教育集团九龙湖分校。学校兴趣班来招生，家长给她报了名，从此便和足球结下了缘分。由于郭峻婷小时候学习过跆拳道，这段经历带给她的身体协调性、平衡感和爆发力，让她的球风兼具灵动与力量。

不过，当时的训练条件十分有限，家住得偏，没有专业球场，没有教练陪同，每周只能去俱乐部练一两球。更多时候，是家长带着她在小区活动室、地下室以及空地里，见缝插针加练，反复颠球、带球、控球。方寸之间，她日复一日打磨基本功。枯燥的单人训练，也曾让年幼的她产生抵触情绪。郭瑞兴告诉记者：“每次都是一对一训练，非常枯燥，其他同学都在玩的时候，她要完成所有的训练目标才能回家休息，最晚要练到晚上十二点，直到颠够了数量才回家睡觉。”但正是这份对绿茵赛场的渴望，支撑着她坚持了下来。

今年1月，凭借扎实的基本功和出色的身体条件，郭峻婷被杭州女足梯队教练相中，正式入选杭州女足1516梯队，随队就读于杭州市拱墅区景成实验学校。该校是杭州市女足项目“市队联办”体育后备人才基地，也是全国校园足球特色学校，依托完善的体教融合体系，为郭峻婷的职业化训练提供了专业土壤。

郭瑞兴透露，事实上，在来杭州之前，郭峻婷曾有过上海、江苏梯队发展的机会，但综合考量后，一家人选择了留在浙江。“杭州队教练详细介绍了升学、培养政策。”郭瑞兴说，浙江目前已建立起小学、初中、高中、大学贯通的足球特招升学通道，杭州还有专业的足球学院和梯队配套体系，这让他对孩子的长远发展更有信心。

对于郭峻婷接下来的计划，郭瑞兴表示：“既然已经进入梯队训练，肯定是一心往职业足球方向培养。最后能走到哪一步，还是要看孩子自身天赋和努力。全家全力支持她的足球之路。”而郭峻婷的目标，正如她在视频中所说：“未来想进国家队，为国征战。”



郭峻婷(右)在比赛中

