

代表中国队去日本斗智， 这个长沙学霸不一样



阳光大男孩杨懋龙。

文：今日女报/凤网记者 章清清 图：受访者提供

5月9日，第30届国际信息学奥林匹克中国国家队名单揭晓，全国仅有4名选手入选。来自长沙长郡中学高三学生杨懋龙名列第一，他同时还取得了清华大学保送生的资格。

又是一名学霸？学霸当然不假。不过，杨懋龙的“学霸”之路却并不平凡，甚至他的家庭还有点特殊——父亲是司机，长年在外；母亲是下岗职工，也要忙于生计。他是由作为家庭主妇的姑姑一手带大的。

家庭经济条件有限，没上过任何昂贵的培训班，13岁就开始寄宿……这么一个从下岗家庭里走出的孩子，如何在同龄人中间成为佼佼者？



扫一扫，
转发分享

亲子宝典

宝宝儿保检查有哪些项目

文/徐丹(湖南省儿童医院 检验中心)

宝宝3周岁时要做智力测试，具体有哪些项目呢？

医生问名字、住址，宝宝一般能说出名字来，至于住址，家长若没跟宝宝说过，就很难答得上；然后，医生会拿出三块小积木问宝宝有几块？还会拿出两个半圆，先示范拼成一个圆，再打散让宝宝重拼，这比较简单。医生又拿出软纸做的两个三角形，拼成长方形，换位后再拼成长方形。这就比较复杂了，宝宝不一定明白两次拼的有啥不同。宝宝的精细动作是用画画来测试的。医生先画个圈，让宝宝画一个一模一样的，医生再画一个只有眉毛和一条腿的小人，让宝宝补充。大动作方面是要宝宝并脚跳，要求跳一定距离。

要记得整个过程中，家长都不能对孩子有提示。医生最后依据宝宝表现打分，并建议家长今后的教养重点。

夏日炎炎，如何有效防蚊

文/杨小乐(湖南省儿童医院血液内科)

夏天，孩子最讨厌的就是蚊子了。那么，如何安全有效地防蚊呢？首先，运动后尽快给他洗澡，保持皮肤清爽；流汗多时，及时擦去汗液。其次，挂蚊帐，是最安全最有效的驱蚊方法。再次，户外活动时最好穿浅色衣服，浅色反光，有驱蚊作用。

但是千防万防，总会有漏网之蚊！当孩子被叮咬后如何应对？被蚊子咬后最怕的就是各种抓挠，易感染，也易留下疤痕。所以，妈妈们要做的第一步，是防止孩子抓挠红肿处，避免发生感染；用苏打水或碱性肥皂水清洗局部，或者持续冷敷均可消肿止痒；炉甘石洗剂也有良好的消肿止痒效果，但应避免涂于破损部位；不建议给孩子涂风油精、清凉油，因为它们刺激性较大，可能会进入孩子眼里或嘴里。

户外活动会增加宝宝患病几率吗

文/鲁慧彬(湖南省儿童医院感染科)

夏天来了，宝宝户外活动也多起来。那么，户外活动会增加宝宝的患病几率吗？宝宝满月后，室外活动可锻炼宝宝体质，晒太阳有利体内钙质的吸收。如果把宝宝当成温室的花朵，那么一有风吹草动，宝宝就容易生病。只要天气好，建议宝宝每天户外活动2小时，呼吸新鲜空气，外出时要注意及时给宝宝增减衣服，并给宝宝穿方便运动的衣服，大宝宝可放松地跑一跑、跳一跳，对增强体质有益。外出回家后，要及时洗净宝宝双手，避免细菌、病毒惹上身。

另外，回家后，提高宝宝睡眠质量是提高免疫力的好方法。建议宝宝晚上9点前入睡，充足的睡眠是好身体的基础，宝宝睡眠不足会影响到体内生长激素的分泌。

宝宝六个月后真的爱生病吗

曾阅(湖南省儿童医院心血管内科)

宝宝出生后，妈妈们最怕的是宝宝生病，只要宝宝一生病，肯定是妈妈们最揪心的事。很多人经常听到“宝宝6个月后爱生病”，是这样吗？6个月之前，建议给宝宝喂母乳，因为母乳对于宝宝来说，是任何食物都不能比拟的最佳食品。6个月以后，宝宝从母体获得的分泌型IgA免疫抗体数量逐渐减少，而自身产生抗体的能力达不到成人水平，因此，宝宝在这时的抵抗力比较差，容易发生腹泻及其他感染性疾病。建议妈妈及时为宝宝添加泥状辅食，并注意食物的卫生；注意室内外温差变化，根据情况增减衣服，这样将有利于减少疾病的发生。这里需提醒妈妈的是，虽然添加辅食是重要的，但仍要保证母乳或配方奶的摄入。

勤奋 13岁寄宿，一个星期只休息一天

虽然杨懋龙天资聪颖，但家庭条件却很普通。他的父亲杨军后是今日女报出租车公司的一名司机，母亲李爱民早年下岗后，在商场做柜台营业员。

为了节省开支，杨懋龙一家和他姑姑一家，十几年来都在一个锅里吃饭，两家人共同组成了一个大家庭。因为杨军后、杨玉芬都要忙于工作赚钱，这个大家庭里唯一的家庭主妇——姑姑杨玉芬反倒成为杨懋龙学习路上一直陪伴的人。

杨玉芬说，因为家庭条件有限，自小他们对杨懋龙就没有娇惯过。对于家庭教育她也没有什么特别的方法，只知道孩子自己该做的事就一定要他自己完成，在学习上定下了规矩就要按规矩来执行。就是在这种简单但又讲规则的家庭氛围下，杨懋龙基本养成了自觉的学习习惯。更因为理解父母辛苦工作的不容易，他在在学习上更加勤奋努力。

从小学开始，杨懋龙每天在完成正常课程学习后，还要进行专业的信息学竞赛培训。读初中后，13岁的他开始寄宿，每周只休息一天。“他每天7点进机房，到晚上11点才出来？从不叫苦也不叫累。有时候，一个月给他两百块钱零花钱，一个月后去看他，口袋里还是那两百块。”姑姑杨玉芬感慨，这个孩子懂事得让她心疼。

谈起杨懋龙，长郡中学信息学老师谢秋峰的评价是“学习很扎实，成绩特别稳定”。她介绍，在这次国家队的选拔比赛中，第一试有50个人竞争，杨懋龙是第一名；第二试，15个人竞争，杨懋龙仍然是第一名。

理想 希望为国争光，取得好成绩

是否有什么特别的学习方法？5月13日，仍在北京参加集训的杨懋龙通过电话告诉今日女报/凤网记者，其实并没有特别的经验和方法，只不过他在每次考试前都会给自己定下一个小目标，要拿第一或金牌，并且为此全力以赴。不过一到了考试的时候，他就不再给自己任何压力了。

“我考试的时候更多的是享受竞赛的乐趣，能夺得多少名次反而不在意了。”杨懋龙总结，平常扎实的学习和轻松的应试心态或许就是他取得好成绩的一点点小经验。

不同于大家对于理科生的刻板印象，杨懋龙给人的形象是开朗活泼又兴趣广泛。热爱运动，静心阅读，杨懋龙编程之外的生活一样丰富多彩。同他的生活一样，杨懋龙在面对他的学习时也是合理规划，有序完成。在专心于编程比赛时，他从来没有放松过对文化课的要求。鉴于比赛期间时间紧张，他就提前完成课业学习内容，前期主攻

学业，后期全力以赴应对比赛。于是，在频繁紧张的比赛，杨懋龙出色地完成了学业。

前不久，杨懋龙刚刚度过了自己18岁的生日，他开始对未来有了细致的规划。

“18岁，意味着我正式成人了。因此，我必须承担起对国家做出贡献的责任。今年9月份，第30届国际信息学奥林匹克竞赛将在日本举行，我希望能取得好成绩，为国争光。”杨懋龙说。



杨懋龙一家。

天赋 2岁拼出中国地图版块

今年18岁的杨懋龙是长沙人。母亲李爱民介绍，对于儿子杨懋龙的培养，其实他们和一般家长无异。小时候在少年宫上各种兴趣班，画画、学长笛。

就在儿子读小学四年级时，李爱民偶然发现长沙市青少年宫里有“信息学奥赛兴趣班”。吸引李爱民的是，这个兴趣班是免费的，她便抱着试试的心理给杨懋龙报了名。没想到儿子很快就融进了兴趣班。

李爱民告诉今日女报/凤网记者，在杨懋龙大概2岁多时，他们就发现孩子在逻辑思维方面有很强的天赋。“一个中国地图的拼图游戏，他堂姐在他面前只拼了一遍，他马上就能完整地拼出来，一片都不错。”

信息学是一门难度很高的考验智力与操作计算机能力的竞赛。进入小学后，经过专业培训的杨懋龙在信息学方面的天赋开始进一步显现。小学六年级时，他获得了全国信息学奥林匹克联赛(普及组)中的一等奖，并顺利考入了长沙市长郡双语实验中学，之后升入重点高中长郡中学。在初中和高中阶段，他多次获得全国信息学奥林匹克精英赛及亚洲和太平洋地区信息学奥林匹克金牌和银牌多枚。

