

(上接 06 版)

**“体育健儿”李羽慕：在泳池中享受“热爱”**岳阳市第十中学初一学生  
岳阳市花样游泳队队员  
“浩沙杯”2023 湖南省青少年花样游泳锦标赛 U15 男女混合项目季军

5月28日，李羽慕迎来了13岁生日。受父亲的影响，她从小就喜欢运动，喜欢在水中的感觉。妈妈邹霖记得，女儿4岁开始学游泳，小学时，其他小朋友都不敢下水，李羽慕就已经正式参加专业游泳训练，成为岳阳市游泳队的一名预备役小队员了。

2022年，李羽慕被花样游泳队的教练看中，代表岳阳参加湖南省第十四届运动会青少年花样游泳项目比赛。

花样游泳融游泳、体操、舞蹈和音乐于一体，是一项艺术观赏性非常强的水上项目，需要运动员具备一定的舞蹈基础，而在训练中，教练更是用芭蕾的标准训练队员，开背、压腿、拉韧带，这些动作一度让李羽慕萌生了放弃的想法，但因为对水上运动热爱，她选择“拼一把”。

好在功夫不负苦心人，李羽慕和队员参

加了省运会上花样游泳U11组25米节奏游和柔韧组合两个项目，并都获得了铜牌。

省运会结束后，曾经想着放弃的李羽慕却坚持了下来，并且在“浩沙杯”2023湖南省青少年花样游泳锦标赛男女混合项目中获得第三名，被湖南省队的教练看中，前往省体委参与集训。

集训非常辛苦，她每天不到六点就起床，一直训练到中午。

“她成长得很快，集体生活让她变得独立自主，开始有自己的想法。”邹霖说，经过一段时间的集训，曾经和自己一样高的女儿长高了，如今高出她小半头，身体也变结实了，行事作风越来越有大人的模样。

对于李羽慕的选择，邹霖并不意外：“如果她能够在体育竞技中走出一条路，我和她爸爸就全力以赴地支持。”在她看来，通过

体育锻炼，李羽慕逐渐从一个被父母家人娇宠的孩子成长为一个吃苦耐劳、精气神十足的孩子。

李羽慕也鲜少向妈妈透露训练中的辛苦。

经历了半年的集训，今年4月初，李羽慕回到了岳阳，但她依旧严格坚持着集训时的作息，上午补习文化课程，下午就到泳池训练，保持手感。

6月1日，李羽慕又将赶赴长沙，参加自己的第二次集训。对于未来，李羽慕希望自己能够进入专业队，争取进入国家队，为国争光。邹霖则希望，在孩子成长的过程中，女儿每一步都能够走得更好。

访谈

记者：参加完集训，感觉自己有哪些变化？

李羽慕：我的花样游泳技术更加成熟，训练也更加得心应手，面对教练的要求，我能够想办法完成，而不是想着逃避。

妈妈：经过一段时间的集体生活，孩子已经从稚嫩的孩童成长为独立自主的少年，成熟了不少。

**“故事大王”周熙雯：成为海霞一样的主持人**株洲市第二中学枫溪学校初中部 2302 班学生  
2022 年度“新时代株洲好少年”

访谈

记者：13岁的你，对于未来有什么期待？

周熙雯：未来会努力平衡兴趣爱好与学业的关系，把对爱好的热情坚持下去。

妈妈：女儿跟我说过，她的梦想是考上中国传媒大学，做一个新闻工作者。我们希望她从身边的点滴小事做起，每一件事都脚踏实地地坚持，我相信，最终她会实现自己的梦想。



“少儿故事大王”“校园主持台柱子”“校园小记者”……13岁女孩周熙雯，有着众多标签。从小就伶牙俐齿的她，今年给自己立了一个Flag（目标）——要成为海霞一样的知名主持人！

为什么想成为海霞一样的主持人？周熙雯说，小时候的她每天都会守在电视机旁看《新闻联播》。节目主持人中，她最佩服的是海霞——强大的气场、动听的声音、机智的反应，这些都是强大的主持功底所积

累而成的。

正是心里这份执着的追求，让周熙雯下定决心苦练播音。她说，为了提升写作水平，今年1月开始，她把更多时间放在了阅读上。《三国演义》《骆驼祥子》《朝花夕拾》《城南旧事》……这些都是她经常阅读的世界名著。

周熙雯对播音的热爱，也得到了妈妈的支持。“作为妈妈，我很尊重孩子的选择，并不把她的成绩看得那么重。”周熙雯妈妈说，“女儿喜欢播音，我就买播音方面的书给她看，并在经济上全力支持女儿。”

正是这份执着的追求，也让她的播音水平不断提高，不仅对稿件的理解越来越深刻，自己的播音能力也更上一层楼，“稿

件写完后，我会一边朗诵，一边反复打磨，直到自己感觉播音效果达到最佳”。

但周熙雯的主持路，并非都是一帆风顺。连续三年在“湖南省少儿才艺大赛总决赛”语言表演项目拿奖的周熙雯，去年遭遇了第一次“滑铁卢”，以三分之差无缘决赛。

结果出来后，周熙雯哭了好几个晚上，心里也有了心结。但海量的阅读和多角度的研究思考，让周熙雯学会了坦然去面对这个结果。《老人与海》描写了文学史上最经典的失败者，它告诉我要看淡得失，要享受着与自己与困难搏斗所展现的无穷生命力。”

如今，她不仅是一位优秀的校园主持，更是一位全面发展的新时代好少年。

**“自强榜样”陈临溪：成为旅行家，讲好中国故事**长沙市一中双语实验学校初一学生  
2024 年度“新时代湖南好少年”

被大众熟悉的陈临溪，是自强不息的榜样——重度听力障碍的她通过植入耳蜗，经历听力康复训练，发音清晰度达到95%。她和弟弟陈铸蹊在社交媒体上，不断向国际友人讲述中国故事、长沙故事，向全世界介绍中国的发展、文化、美食美景，收获不少粉丝。

如今，陈临溪是一名初一学生。而在小升初的过程中，父亲陈波苦恼了一阵：“我们担心临溪换了新环境，可能会不适应。”于是，在初中学校和班级先后确定后，陈波言真意切地给临溪未来的班主任写了一封信，信里坦诚地讲述了临溪的情况，并请求老师能不能让孩子坐在距离讲台3米以内的位置，“佩戴人工耳蜗并不能完全恢复听力，一旦声音距离超过两米，清晰度就会下降很多”。

好在老师能够理解陈波的难处，爽快地答应了。

陈临溪没有因听力障碍而内向，反而自

信乐观地面对生活中的一切。初中第一次月考，因为题目量变大，加上时间安排不合理，陈临溪的语文成绩并不理想。考试结束后，她仔细总结了自己的错误原因，更加勤奋好学。在老师同学的帮助下，陈临溪逐渐得心应手，成绩提高了不少。

但在陈波看来，刚上初中的陈临溪还带着不少稚气。一次放学后，女儿告诉爸爸，自己和同桌闹矛盾了，“再也不要和他玩了”。但陈波记得，在上学的第一天，陈临溪还在家中介绍自己的同桌是“我最好的同学”。

“到了初中，但是她处理人际关系的方式还停留

在小学。”为此，陈波找到陈临溪，和她进行了一次谈话，告诉她要学会尊重同学、理解同学、包容同学，“最起码，不能动不动就‘绝交’”。

在陈波的引导下，陈临溪慢慢知道了如何更好地和同学们相处。

作为父亲，陈波希望陈临溪和弟弟成为对社会有价值的人。在和外国网友的沟通中，陈临溪逐渐对未来有了一定的规划：“我希望自己成为一名旅行家或者书法家，和我联系过的外国朋友见面。”在这过程中，陈波希望，陈临溪能够一点一点打牢基础，朝着自己的目标一步一步前进。



访谈

记者：和小学相比，初中生活有什么不一样？

陈临溪：初中学业更加重，我必须花更多的时间在学习上，但我仍会坚持与外国朋友沟通交流，并练习书法。

爸爸：初中生活需要孩子更加成熟，不仅要妥善处理学业，也要学着处理好和同学们的人际关系，逐渐掌握更多技能。

编后&gt;&gt;

**孩子们，请向着梦想努力奔跑**

少年儿童是祖国的未来，是中华民族的希望。关爱儿童健康成长是全社会的共识，培养好少年儿童更是一项战略任务，事关长远。

今年“六一”国际儿童节之际，我们将笔和镜头对准了5位闪光的13岁女孩，她们在儿童与少年的转折期，为梦想奋斗、向未来前进。

而放眼全国，还有无数向阳而生的幼苗，正向着梦想努力奔跑——以“中国速度”苏炳添为追逐目标的浙江女孩陈好顿，在日复一日刻苦训练中超越自我，成为田径比赛100米200米冠军“大户”；江西省南昌市盲童学校的12名视障儿童从一根小小的跳绳跳出光芒，找到了自信，他们看不见世界，却让世界记住了他们；安徽农

村的朱晴雨将自家姜田当作试验田，是春耕现场的“小研究员”，立志为提高铜陵白姜产量做贡献……他们，都是新时代好少年！

关注儿童，是关注未来的根基。从呵护特殊儿童群体，到重视爱国教育、体育教育、美育教育；从《关于依法处理监护人侵害未成年人权益行为若干问题的意见》，

到《中华人民共和国家庭教育促进法》正式施行……一项项措施出台、一个个文件印发，少年儿童的健康成长，离不开时代的滋养与教育的进步，更少不了家庭的支持。

为人父母，只有学会尊重儿童、懂得因材施教、做到用心陪伴，才能让孩子在奔跑的人生中实现梦想。我们衷心地祝愿，每一个孩子都能向阳而生、茁壮成长！