



郁晓楠和母亲。

“追光女孩”二战高考 圆梦艺术学院

“终于要成为大学生啦！”近日，“追光女孩”郁晓楠收到了来自安徽艺术学院的录取通知书，今年是她第二次参加“一个人的高考”了，这份“迟来”的录取通知书对她来说是沉甸甸的。今年19岁的安徽蚌埠女孩郁晓楠因小时候患先天性眼疾，双眼仅剩一丝光感，几近失明。她从小对钢琴很感兴趣，7岁开始学琴，考上心仪的艺术院校学习音乐。2023年，她第一次参加高考，最终以几分之差遗憾落榜，但她没有泄气，在家复习一年再战高考。今年她发挥正常，被安徽艺术学院录取，“还好没有放弃，现在最期待和同学们一起军训！”

A 这一年主要靠自律，查到分数高兴得一夜没睡着

2023年6月，当年高考落榜的郁晓楠接受了记者的采访，对于遗憾的结果，她笑笑说，“感谢你的采访呀，可惜我这个新闻的主人公不是从头到尾都很励志，我这一次失败了。”面对高考的失利，她有一些沮丧，但言谈间听得出，她调整得很快，“没关系啦！明年我还会考的！”去年接受记者采访后，郁晓楠还进行了一次眼部手术，因为前年参加艺考前，她和妈妈出了车祸，她的脸部和眼睛都受伤了，先后进行了两次比较大的手术才恢复。

尽管如此，时隔一年，郁晓楠还是如约再次走进了高考考场，完成了“一个人的高考”，“我还像去年一样，考场只有我和几位监考老师，比起去年的紧张，今年的状态好一些，不过还是觉得数学和英

语挺难，出了考场心里没底，不知道能不能过线。”

经过忐忑的等待，郁晓楠查到了自己的分数，比去年进步了近20分。今年，她被安徽艺术学院音乐表演专业录取。为了鼓励郁晓楠，学校老师特地把录取通知书送到了她家里，拿到这份“迟来”的录取通知书，郁晓楠特别开心，“听说我们班有30名学生，特别期待认识新的同学，和大家一起参加军训，一起上课！”

回想起过去一年的生活，郁晓楠说，“这一年我自己在家复习，不懂的就请教原来的老师，上午上课或者摸盲文资料复习，下午练琴。这一年妈妈没有给我太大的压力，我按照计划每天完成一定的学习量，没有把神经绷得特别紧。”比

起去年的学习节奏，郁晓楠说增加了一些学习方法，比如“解锁”了一款盲文打印工具，“这样一些材料不用手抄了，可以打印下来，效率提高了不少。”

郁晓楠的妈妈孙女士告诉记者，家里是做烧烤生意的，自己每天下午三四点给楠楠做完晚饭之后就出门了，楠楠的学习全靠自律，“我每天要忙到夜里11点才回家，一整晚都是她一个人在家，没有人看着，也没有人能和她一起学习，所以真的需要有动力和毅力才能坚持这一年。去年11月底，楠楠参加了安徽省艺考，当时拿到了全省200多名的好成绩，考完艺考我们蛮有信心的！今年能被录取，我特别开心，查到分数那天，我们都高兴得一夜没睡觉！”

C 从小琴童成长为大学生，妈妈感叹一路走来不易

从小学一年级开始，琴房成了郁晓楠每天必打卡的地方，那会儿她只有7岁，盲文还没有学得很好，所以学琴全靠妈妈一点点地“读谱”。“我只有初中文化，原本自己压根看不懂琴谱，但是为了女儿，我就拿起了书本和女儿一起从零出发。”为了陪女儿练琴，孙女士学懂了乐理知识，看懂了琴谱，然后自己念琴谱给女儿听，让郁晓楠记下来，反复弹。弹熟练了，她就念下一段琴谱，直至女儿熟记整首曲子。时间长了，孙女士也能记住不少谱子，女儿弹错了的地方，她立马就能发现。

郁晓楠说，“这一年，感谢很多人，家里人都很支持我再考一年，平时妈妈和小姨陪我最多，也很感谢我的声乐老师甘老师，他一直鼓励我回来考试，他说考得不好也没有关系，最重要的是学习的过程，所以我就坚持了下来。”

被录取后的暑假，准备怎么过呢？郁晓楠说，暑假排得满满的，还会继续上声乐老师的课程，基本功不能落下。她还给自己报了“金盲杖”夏令营，“这个夏令营是针对参加普通高考的盲人学生开设的，7月底出发，历时十几天，对于丰富多彩的夏令营活动，我很期待。”除此之外，让她感到开心的是，前年出车祸时，除了眼睛受伤，她的牙齿还碎了一颗，“这一年一直在复习，也没顾上这颗牙齿，要赶快补上这颗牙，以全新的面貌迎接大学！”

去年接受采访时，郁晓楠说，以后梦想成为一名特教老师，像她的老师一样，带给更多的盲人孩子梦想和希望，如今她顺利考上大学，离这份梦想越来越近啦！祝福她，以后的日子，学业有成，梦想成真！
据《扬子晚报》

B 两年参加“一个人的高考”，觉得努力才不负青春

今年19岁的郁晓楠，是安徽蚌埠人。因小时候患上先天性青光眼，病情逐渐恶化，只能模糊地看到光晕。郁晓楠从小学到高中一直在特殊教育学校就读，她的高中老师说，自己班上一共八个特殊学生，参加高考的只有郁晓楠，“特殊学校的学生，在校期间都会学习一技之长，作为今后谋生的手段，像中医推拿等，如果不参加高考，他们高中毕业后也是能找到工作的，所以一般来说，选择参加高考的考生比较少。”

那郁晓楠为什么会选择参加高考呢？她回答说：“我是高二时决定参加高考的，那时候觉得参加完高考，青春就圆

满了。”为了参加高考，郁晓楠努力提高自己的文化课成绩，“高考有文综卷，包括政治、历史、地理，之前这些课在我们学校并不受重视，所以我高二下学期开始恶补这些课程。因为看不见，我的复习方式是摸盲文资料和听课程资料相结合。”如今的她可以十分熟练地运用手机里的听读软件，“一些文字导入手机就可以读出来，我也能通过这些功能来发微信、看网上的资讯。”

郁晓楠告诉记者，自己能走进高考的考场，还有一个重要的原因是喜欢钢琴。孙女士向记者分享了女儿学琴的故事，“小时候，我们发现楠楠的眼睛看不

见，但还是让孩子上了一所普通的幼儿园。有一次班级组织文艺演出，一群小朋友在台上欢快地唱歌跳舞，台下掌声不断。我看到在一个角落里，楠楠偷偷跟着节拍，扭着腰，挥舞着小手，做着相同的动作……但她没有观众，也没有掌声。因为眼睛看不见，她没有被选中登台表演。”孙女士说，当时这一幕深深地刺痛了她的心，于是回到家后，她和丈夫下定决心，要给孩子找一所专门接收盲童的学校。于是，他们联系到了合肥特殊教育中心。为了孩子上学，他们举家从蚌埠搬到了合肥，全力支持楠楠学钢琴。

从“麻雀学校”走出的“体育校长”

“加油！加油！”放假前的每一个大课间，襄阳市人民路小学的操场都格外热闹。呼啦圈、长绳、乒乓球……54岁的校长李远宏带着4000多名师生开展各类运动，场面蔚为壮观。“师生每天锻炼一小时”在襄阳市樊城区蔚然成风，10万师生养成了运动的习惯，李远宏对此功不可没。

2006年，李远宏调至襄阳市方圆学校担任校长。这是一所企业改制再次划转且不足百名学生的“麻雀学校”，教师仅20名。

留住学生和老师是首要任务！为了增强家长和教师的信心，李远宏做出了一个惊人的决定：他把自己的儿子从城区优质小学转入方圆学校，直至初中毕业。李远宏说：“我这样做一方面是让家长对学校有信心，一方面是为了让教师安心，打破我在这里干不长久的‘谣言’。”

“假如我都没信心，其他家长怎么放心把孩子送来？”为了教师安心、家长放心，14年间，李远宏先后四次拒绝调任优质学校。

“一开始，家人们不支持，也不理解，但我从来都没有后悔过把儿子转入方圆学校。”李远宏介绍，儿子从方圆学校毕业后考上了襄阳四中，入学后的一次体育测试，李远宏的儿子一口气连做40多个引体向上，引起周围同学连声称赞。如今孩子已研究生毕业，工作之余依然保持体育锻炼的习惯，“他经常打电话来提醒我们，要加强体育锻炼！”李远宏笑着说。

光靠自己孩子转学，还不足以让家长和教师真正安心，李远宏便开始为学校找起“新生”之路。2006年的暑假，李远宏印了10000份调查问卷，发放到周边至少5个居民小区，在回收的8000余份调查问卷中，李远宏找到了家长的需求和学校的发展方向——学生的健康。

国家对学生体质健康高度重视，出台多份文件督导“每天锻炼一小时”的落实。李远宏认为落实的关键在老师，他将“学生每天锻炼一小时”延伸为“师生每天锻炼一小时”，并大胆提出“人人都是体育老师”，这个观点在仅有一名专职体育教师的方圆学校，引起轩然大波。

面对教师“反对动、不想动、不敢动、不会动”的抵触情绪，李远宏没有放弃，他以身作则，带头参与各项运动，并通过日徒步、周郊游、月健身赛等方式带动教师逐渐克服运动心理障碍，培养起教师们的锻炼习惯。李远宏还请来专业运动教练，帮助老师们学习想做但却不会的运动项目，让老师们有了“敢动、能动、想动”的心理变化。

为了方便师生锻炼，学校体育器材室的所有器材皆采用“开放、自主”的管理模式。校园内的羽毛球、短绳、长绳、呼啦圈……体育器材随时可取，越来越多的师生

加入锻炼队伍中来。

2018年10月，方圆学校成功承办了全国学校体育联盟“每天锻炼一小时”体育现场会，面向全国展示“师生每天锻炼一小时”成果，吸引全国200多所学校600多名负责人现场观摩学习。

14年时间，这所“麻雀学校”实现了华丽蜕变，学生增至1500余人，教师增至80余人，学生体质抽测优秀率达100%。

2020年6月，李远宏调任襄阳市人民路小学校长，他继续在新天地中践行着“让运动成为习惯，让健康伴我一生”的理念。

调入人民路小学的几年时间，李远宏就凭着“拼命三郎”的精神，让运动风潮刮进了襄阳市米公小学、襄阳市三十九中、襄阳市四十七中……2022年4月，涉及75所学校近10万师生的樊城区“大体育阳光运动”，在襄阳市人民路小学教育集团启动，区域性“师生每天锻炼一小时”得以全面铺开。
据《楚天都市报》