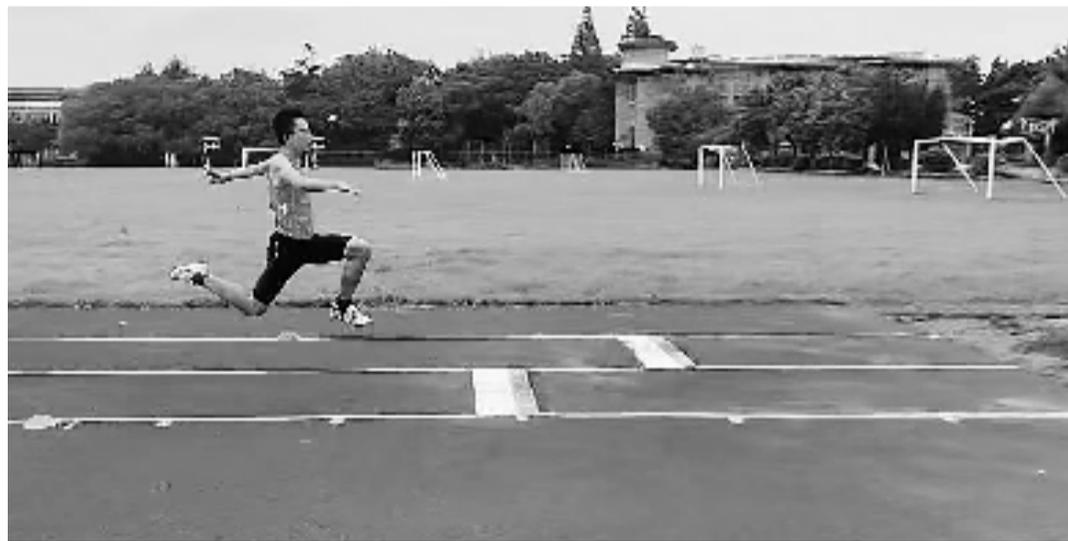


亚青赛夺冠的北大学子来自镇海中学

跳远和学习,两件事都不耽误 别看个子不高,他一直在摸天花板



本报记者 高华生

6月7日,在韩国醴泉郡举行的第二十届亚洲U20田径锦标赛上,宁波镇海中学2022届毕业生舒衡以8.03米的成绩夺得跳远冠军,为中国队喜添一金,昨天下午,结束了比赛正在回国途中的舒衡接受了本报记者的电话采访。

正在北京大学信息学院大一就读的舒衡2015-2022年六年间陆续就读于蛟川书院(镇海中学初中部)、镇海中学高中部。他初中跟随曹仙敏老师训练,高中师从裘志鹏老师,因为跳远,这个初一身高才1米5的孩子一路跳进了北大,跳成了亚洲冠军。

父母身高平均一下1米65 他从未想过放弃文化学习

舒衡是温州人,父亲母亲一个身高1米7,一个身高1米6,两人个子都不高。舒衡小学毕业的时候身高才1米5,在同龄人中算是比较矮的,以后身高能长多少一家人心里也没底。不过那个时候舒衡跳远成绩不错,最好成绩达到了5米45。

“现在看这个成绩不算什么,那个时候其实还挺不错的。我也是凭这个体育特长成绩及优秀的综合素质顺利考入蛟川书院。”舒衡告诉本报记者。

之所以从温州远赴宁波镇海上中学,舒衡父母抱着的是“体育专项和学习都不能丢”的想法而做出的决定。当时,他们最怕的是儿子体育专项没有突破,又丢了文化学习。因此在蛟川书院、镇海中学就读期间,舒衡不但训练抓紧,文化学习上也没有放松。初中毕业的时候,舒衡的跳远成绩已经达到了6米63,达到国家二级运动员标准,被认定为镇海中学体育特长生,在随后的中考中,他考出了646分的好成绩(满分720分),成功被镇海中学录取。

“实际上不需要我们特招,他靠文化课成绩就能读我们镇海中学。”镇海中学带队训练老师裘志鹏告诉本报记者,其实刚接触的时候,当时身高还不到1米75的舒衡身体条件对于跳远来说并不理想,但是舒衡与生俱来的起跳触地时间短、助跑起跳结合好的优点还是打动了他。

每周练习6天,每次两小时。随后几年在裘志鹏的训练下,舒衡在各级比赛愈战愈勇:2019年浙江省中学生田径锦标赛上以跳远7米33夺冠;2020年7月在浙江省青少年田径锦标赛跳出7米59获得冠军并达到国家一级运动员标准;2021年4月在浙江省青少年田径锦标赛上以7米76的成绩再次夺冠,这一成绩和国家级运动健将标准只差4厘米。2021年7月,舒衡还代表浙江队参加全国学生运动会并收获跳远亚军。



舒衡在北京大学校门口



舒衡(右一)与队友们在一起



舒衡与裘志鹏教练合影

跳远跳进了北大 优秀背后是高度自律

2022年,舒衡参加北京大学体育单招专项能力测试,当时跳出了7米64专项能力排名第一,被北大一眼看中。后来他又通过文化课考试被北大录取。

“专项成绩必须达到国家一级运动员水平且平时比赛成绩也要求很高,这就让大批考生被拦在了门槛之外。当时符合现场测试的学生全国仅有五六人,舒衡表现非常优秀。”裘志鹏老师说,成功的背后总是无数汗水。他用“自律、勤奋、聪明、敢拼”8个字评价舒衡——2020年疫情期间,有段时间舒衡和队友们只能居家训练。当时要求在家打卡训练,多数队员只发给他几个片段,而舒衡会把两个小时训练视频全都发给他,让教练辅导矫正动作,说明了孩子的自律能力。也正因为这样,恢复比赛后舒衡的运动成绩提升得非常快,也因此取得了很多好成绩。

取得好成绩之余,舒衡的文化学习一直没有放松。去年去北大就读之前,舒衡回到镇海中学参加最后一次训练时,他给以后参加“体育高考”的师弟师妹分享了一些自己的体会。

“我认为学习和训练是不冲突的。身边的同学们体育课也会出来运动,但是他们的成绩也非常好,我认为只要把时间分配好,用最高的效率去做事,就没问题。”舒衡说,如果处理好体育专项和学习课之间的关系,反而是有促进作用的。

进入北京大学后,舒衡就读的是信息学院。虽然这个专业与自己的跳远专长关联不大,但如今他依然跳远和学习两手抓:既不放弃跳远专项,也不放松学习。“我还想试试自己的天花板有多高,虽然不知道能提升到什么高度,我觉得自己还是能继续向上的。”舒衡说,每一个运动员都有代表国家队出征的荣誉感,他也有这个梦想。

“他现在身高1米77.5,短跑速度还是可以的。”裘志鹏告诉本报记者,舒衡进入北大之后和他一直有联系,与身高相比舒衡速度不错——小学的时候百米速度13秒多,初中百米能跑11秒20/30、高中能跑到10秒90,在大学已经能跑到10秒60到10秒70左右(以上均为手记时)。中国田径史上也有身高一般但跳远成绩不错的例子——身高1米7多的福建选手陈尊荣,三度改写亚洲跳远纪录,最好成绩达到了8米36,为我国男子跳远运动员完成了亚运史上跳远金牌零的突破。

“我觉得他突破到8米2-8米3应该是大有希望的。”裘志鹏说,希望弟子舒衡能有更高的突破。目前,中国男子跳远的代表人物是王嘉楠,他在2022年田径世锦赛凭借8米36的成绩获得了金牌。而舒衡这次亚青赛夺冠的8米03,在去年世锦赛上可排第六。