



周文颢在比赛中。通讯员供图

厉害！一家三个娃 人手一枚金牌

在上周落幕的宁波市青少年游泳比赛领奖台上，出现了罕见一幕：来自北仑新碶街道的周家三兄妹——周文颢、周文希、周文芮，先后站上最高领奖台，分别将男子14岁组、女子12岁组、女子8岁组蛙泳全能金牌收入囊中。

一个家庭出三个冠军，背后是数十年如一日的坚持和付出。近日，记者采访了三兄妹的妈妈刘克勤和孩子们的班主任老师，听她们讲讲这份荣耀背后关于热爱、坚持和成长的故事。



三兄妹夺金后的获奖证书。通讯员供图

1 三兄妹闪耀泳场 同时获得蛙泳全能冠军

“开心是肯定的，但一路走来也是颇为辛苦的。”妈妈刘克勤告诉记者，哥哥周文颢5岁那年，正上幼儿园中班，被游泳教练一眼看中。经过全面细致的各项指标检测，他符合游泳所需的身体条件。经过一个月的训练，周文颢被选拔进北仑区游泳队。

“一开始我们根本没有想法的，只想着让他强身健体，男孩子去游泳也显得阳光一些，加上游泳馆离家很近。”周妈妈说，进入北仑区游泳队后，周文颢的游泳技术进步显著，2018年凭借出色的表现，被输送到宁波市水上(游泳)运动学校。

在哥哥周文颢的带动和影响下，妹妹周文希和周文芮也相继爱上了游泳这项运动，并且凭借出色的身体条件，双双入选北仑区游泳队。

“相比哥哥，大妹出成绩相对晚一

些，一直到三年级才开始斩获较好的名次。”周妈妈表示，今年2月，在第46届“迎春杯”浙江省青少年(儿童)游泳锦标赛上，周文颢和周文希两兄妹在蛙泳和混合泳项目中表现出色，均被浙江省体育局授予国家一级运动员称号。而在上周末的2026年宁波市青少年游泳比赛中，三兄妹更是各自摘金，成为赛场上的耀眼明星。

每天下午4点多，放学铃响起。当大多数孩子结伴玩耍或学习时，周家兄妹已背上训练装备赶往游泳馆，训练常持续到晚上八九点。

“以前孩子小的时候，都是我一个人接送，后来哥哥和姐姐去了市里训练，就换成爸爸奔波。我在家里帮他们准备餐食，照顾小妹。”周妈妈说，训练中除了照顾孩子们的情绪，时间安排也很让她“伤脑筋”，好在慢慢地学会了适应。



周文芮、周文颢、周文希(从左至右)。通讯员供图

2 数十年如一日的背后 是家校同心护航成长

据了解，周文颢小学毕业于北仑区岷山学校，目前就读于蛟川书院。周文希是顾国和中学小学部六年级的学生，最小的周文芮也是北仑区岷山学校的一年级学生。

“因为训练，孩子会耽误一些学习内容和学校活动，每个学校的老师们都给予很大的包容，总是抽时间给我们单独补课，这让我感到很温暖。”周妈妈特别提到了儿子小学班主任邵佳凤老师，“文颢学习成绩有波动时，我一度很焦虑。但邵老师更关心孩子的身心状态，经常和我沟通疏导，给了我很多安慰。”刘妈妈认为，这种来自学校的正向引导和温暖陪伴，让孩子们始终保持向上、向善的成长状态。

“他身上有股可贵的踏实和韧劲。”邵佳凤回忆，周文颢每天放学后都要训练两小时，即使疲倦不堪，也坚持完成所有作业，“有时看他实在太累，劝他适当减少写作业时间，他也从不马虎。”这份坚持不仅体现在学业上：六年级校运会，他主动报名了并不擅长的长跑，并咬牙跑完全程；在班级里，他话不多，却总是默默付出，从日常劳动到活动收尾，再到悄悄整理好同学散落的餐盒……“很多这样的瞬间，都让我们看

到这个孩子沉稳有力的责任感。”

“文希这孩子身上，有种超出同龄人的自律与韧性。”周文希的班主任康荆晶说，“小学高段的学习任务相对较重，她结束训练回到家，不管多晚，都会尽量把当天的作业整理清楚，从不敷衍。”

“偶尔因为训练强度比较大，看孩子有点疲惫，我就常找她聊些日常生活中的趣事，告诉她‘尽力了就已经很棒’，不要有思想包袱。”康荆晶老师说。

最小的周文芮，则被老师称作“较劲的小海豚”。班主任张菱老师说，她在孩子的眼里看到了专注。“我有时候会问她，一直游泳苦不苦，她会眨着眼睛说，在水里像飞一样，不苦，哥哥游得快，我要更用力。”

“孩子有好的成绩，作为学校当然是替他开心的。我们搭建平台，是为了让每个孩子发现自己的可能。不求人人成冠军，但求人人拥有好身体与终身受益的运动习惯。”岷山学校党支部书记、校长沈佩峰表示，学校也始终关注如周家兄妹这般学子的成长，将其故事融入校园文化，激励更多孩子勇敢追光。

记者 万建刚
通讯员 舒仁彪 范晓磊