学霸证明,学习是最好的养生

年关将至，大中院校的期末考试也即将到来。不过对学霸们来说，面对考试与其说紧张，不如说兴奋，因为他们一展身手的时候又到了。学霸不是一天养成的，活到老学到老，老年学霸对此最有发言权。

学霸 学霸原意是指凭借势力把持、垄断教育界或学术界的人。“学霸”在网络用语中的含义与其本意不同，一般用来指代平时刻苦钻研，认真学习，学识丰富，学习成绩斐然的一类人，意为“学界中的霸主”。学霸不是考满分的人，也不是一天只顾闷头学习的书呆子，而是真正为梦想而坚持的人。通俗一点讲就是第一学习厉害，第二热爱学习。

热心肠学霸
“数学痴”免费教学

河北正定县东邢家庄村77岁的张福太被当地人称为“数学痴”，虽然只有初中文化，但他讲起高中数学来井井有条。7年前，孙女升高中后，他开始接触高中数学。随着时间的推移，高中数学的知识点张福太都学会了，随便给他出一道高中数学题，他都能做出来，有的还会用几种方法算出来。这给他教学带来很多便利，考虑到每个学生的理解能力都不一样，有人能接受这种方法，有人能接受那种方法，张福太会教多种方法，看学生理解哪一个。

虽然年事已高，但张福太耳不聋眼不花，腿脚利落。每天吃过早饭，他就拎起“免费教数学”的宣传纸出去转悠，碰到有人问他数学题，他就义务上门教课。张福太的教课范围不仅限于东邢家庄村里，他还会乘公交车赶往正定县城、石家庄市区或者藁城等地，一般都是当天去当天回，家里人也都支持他。

应用型学霸
知识就是力量

今年5月，南京73岁的孙先生自驾私家车在江宁将军大道天元西路路口，跟一辆出租车在同时拐弯时相撞。为了证明自己在事故中无责，孙先生拿出了自己运用了物理知识作出的推算证据，并将推算过程打印在两张A4纸上。推算中，孙先生考虑到了碰撞发生的两种可能，即行车右拐时车速20公里/小时或30公里/小时，同时结合人的反应速度、抬脚从油门到刹车的时长、刹车自由行程等因素进行推算，并用到牛顿第二定律等，得出出租车需负全责的结论。

孙先生是一名退休的大学教授，擅长物理计算。江宁开发区交警中队民警表示，虽然看不懂“学霸”的推算，但通过路口监控视频录像，证明了孙先生推算的正确性，最终判定出租车负全责。

自律型学霸
争分夺秒搞学习

1935年出生的王大康，在四川乐山市市中区牟子镇算个名人。他曾在上世纪80年代骑自行车环游全国，之后一度骑车走出国门。1996年，61岁的王大康成为四川师院（现西华师范大学）中文系96级新闻专业学生，是当时国内年龄最大的在校全日制本科大学生，随后还被保研。2008年，他又去乐山师范学院学习了音乐。

如今，王大康依然保持着学习的习惯，并有严格的作息时间：4:30～5:30起床、洗澡、运动，5:30～10:00写日记、看报做摘要、吃早餐、收拾屋子，10:00～13:00读报、学英语、看《古文观止》，13:00～16:00骑车1小时，回家吃午饭，16:00～17:00练习毛笔字，17:00～19:00练习钢琴或手风琴，19:00～21:50 看电视、吃晚饭、休息。他把客厅和家里的房间称作“工作室”，为了准确掌握时间，“工作室”内都摆上了时钟。当被问及为何要这样安排时间，王大康说：“我都八十多岁了，再不学习就来不及了。”

高精尖学霸
与世界接轨，学习人工智能

澳大利亚85岁的老人安·斯科特受过良好的教育，1966年她在墨尔本大学获得了科学本科学位，1980年，在同一所大学完成了教育学硕士课程。安·斯科特担任科学和数学教师多年，直到退休。虽然已经85岁了，但是安·斯科特并不满足现状。她认为，大脑如果不用就要废了，只有继续使用才能保持灵敏度。为此她决定去攻读博士学位，并称这是抵抗衰老的灵丹妙药。

说到做到。安·斯科特进入了斯威本理工大学攻读博士学位，主攻方向与人工智能有关。她希望了解人工智能改变人类生活的潜在价值以及人类如何能够与智能机械合作提高生产力。

安·斯科特本来担心她要继续深造会遭到家人反对，没想到却得到了全家人的支持。全家人都一致表示，等她读博成功，都会出席她的毕业庆典。她预计在2022年完成论文，戴上博士帽。

零基础学霸
“留级生”拿下钢琴比赛特别奖

赵忠恕退休以后才开始学习钢琴，如今80岁的他在广州市老年干部大学学习钢琴近20年。过去在老人大学学习5年就要结业，有的人结业了还想学，就读完5年又5年。当了十几年“留级生”，赵忠恕从最开始对钢琴一窍不通，到现在可以流畅演奏世界名曲。在今年“珠江·恺撒堡杯”全国老年大学钢琴邀请赛上，赵忠恕作为年龄最大的参赛选手获得了特别奖。

赵忠恕说练琴是一项很好的活动，既要动脑又要动手，听人说可以预防痴呆。对钢琴的热爱，让他已经不满足于仅在广州市老干大学上课，他又到华南理工大学老年大学报读了钢琴课。赵忠恕直言，学习钢琴虽然辛苦，但如果没了这个兴趣，总觉得少了点什么。

多语种学霸
退休后继续学外语

今年64岁的李国强在长沙市开福区民主后街长大。18岁的时候，他看到钱钟书的《围城》里出现外语短句，尽管看不懂，却产生了浓厚的兴趣，学外语的种子就悄然在他心中扎下了根。后来李国强到衡阳做工人，有了经济能力后，他把节省下来的钱全部投入到外语学习上。为了学习德语，他购买了北京大学吴登荣教授的书，还鼓起勇气给吴教授写了一封信，希望得到老师的发音指点，并寄过去9盘空白录音磁带。让他兴奋的是，吴教授回信鼓励他，并将磁带录了音寄回来，这让李国强受到莫大鼓舞。有一次在长沙南门口遇到了一群德国人，他抓住机会上去交流，那标准发音以及准确的翻译让老外十分惊讶。

李国强退休的9年时间里，依然坚持自学德语、英语、俄语、法语、日语。在他家里，书柜里德汉大字典、俄汉字典、朗文英语词典一字排开，还有不少写满笔记的读本，没事的时候他就拿出来学习。今年下半年，他在湖南师范大学外语系报班学德语。未来，他想做翻译，他说：“我对现在的网络流行短语很感兴趣，希望之后能将其翻译得精辟、精准。”

最有恒心学霸
41年写下32斤读书笔记

山东威海的于英沂出生于1936年，历经了抗日战争、解放战争、新中国成立和建设……1956年，他应征入伍，成为新中国第一代义务兵中的一员。退伍后，于英沂放弃留在城里的工作机会，毅然回到偏远农村当老师，扎根农村为祖国培养下一代人才。

于英沂生平最爱学习，工作再忙，他也要坚持利用碎片时间学新东西。他在家里的书桌上、电视机旁、炕头边、画桌旁各放4个笔记本，无论看书读报，还是看电视听广播，一旦了解到新知识、新信息，他都第一时间抄录在笔记本上。1978年，于英沂写下第一本政治读书笔记，此后41年不间断，如今这些笔记总重32斤。去年11月，在儿子于京洲的支持下，于英沂把老家的8间房改造成家庭文化记忆展，将自己写的读书笔记和收藏的2万多个老物件用于展览，对外开放。今年国庆节，在多方努力下，于英沂的家庭文化记忆展成功升级为陈列馆，截至目前已有上千名参观者，影响力与日俱增。

据《快乐老人报》

延伸阅读

从小就是学霸的科学家

前段时间，15岁上大学的杨伟院士“圈粉”众多网友。当然，还有不少科学家也是从小就是个学霸。

“神童博士”李政道

中国科学院外籍院士、物理学家李政道出生于上海。他自幼酷爱读书，整天手不释卷。抗战争时期，他辗转到大西南求学，一路上把衣服丢得精光，但书却一本未丢，反而一次比一次多。

1946年，20岁的李政道到美国留学，当时他只有大二的学历，但经过严格的考试，竟然被芝加哥大学研究生院录取。3年后便以“有特殊见解和成就”通过了博士论文答辨，被誉为“神童博士”，当时他才23岁。

李政道1956年和杨振宁合作，提出“弱相互作用中宇称不守恒理论”，从而推翻了过去在物理学界被奉为金科玉律的宇称守恒定律。他与杨振宁因此共同获1957年诺贝尔物理学奖。

“中国航天之父”钱学森

出生于1911年的钱学森3岁时便被父母带到北京，在国立北京女子高等师范学校附属小学（第二实验小学前身）念完初小四年。因学成绩优异，钱学森被保送升入国立北京高等师范学校附属小学（现北京第一实验小学）。

1935年9月，钱学森进入美国麻省理工学院航空系学习，1936年9月获麻省理工学院航空工程硕士学位，后转入加州理工学院航空系学习。他先后获航空工程硕士学位和航空、数学博士学位。1938年7月至1955年8月，钱学森在美国从事空气动力学、固体力学和火箭、导弹等领域研究，28岁时就成为世界知名的空气动力学家。

1955年，钱学森在毛泽东主席和周恩来总理的争取下回到中国。回国后的钱学森在空气动力学、航空工程、喷气推进、工程控制论、物理力学等技术科学领域作出许多开创性贡献，被誉为“中国航天之父”“中国导弹之父”“中国自动化控制之父”和“火箭之王”，由于钱学森回国效力，中国导弹、原子弹的发射向前推进了至少20年。

中国科学院院士杨伟

中国科学院院士杨伟初中毕业，六门考试，他总成绩差一分满分；想破格申请参加高考，他“随意”填写志愿便走进考场，成绩离北大、清华和科大少年班的录取线相差无几。

15岁，杨伟成为西北工业大学空气动力学专业年纪最小的学生。22岁时，杨伟硕士研究生毕业，参加了当时国内唯一的航空重点型号歼-10飞机的研制。此后，他先后担任歼-10飞机副总设计师，歼-10系列飞机、“枭龙”飞机和歼-20等多个重大飞机型号的总设计师。　**晚综**