

用汗水与时间赛跑的体育人

——记师大体育竞赛训练中心田径队

（通讯员 宋红胜）寒暑假是大学生最向往的时光，不管是与家人团聚、旅游休闲还是兼职实践、奋笔论文，假期都多了一份愉悦轻松，少了一种紧张辛苦。但有这么一群人，无论是寒暑假还是周六日，无论是艳阳高照还是刮风下雪，他们的身影都时刻闪现在跑道上——他们就是天津师范大学体育竞赛训练中心田径队师生。



“冬练三九、夏练三伏”。作为运动员，他们要与时间赛跑，用汗水铸就辉煌，所以一时都不能懈怠。当绝大多数学生在寒假伊始就早早返乡时，田径队的运动员们仍坚持训练到腊月二十七。而春节刚过，田径队师生正月初六就立即返校继续训练。在宁静的校

园中，响彻校园最美丽的声音就是运动员的呐喊声与教练员

的加油声。

人的肌肉在冬天密度大，心肺功能比其他季节都要低，但寒冷季节也是激发肌肉潜能、提高肌肉耐力和力量的最佳时机。所以冬训对于运动员来说是训练的黄金时期。2015 级学生杜建鹏是一名跳远运动员，现在已经是毕业班的学生。虽然没有了比赛任务，但是在寒假冬训时，他毅然向学院申请留校冬训。他说：

“田径场承载着我的梦想。这么多年来，我已经习惯了在这里与队友和教练度过假期。我觉得这样的假期才充实，才更有意义。



冬训训练强度很大，很辛苦，但是我很快乐。虽然 2019 年 6 月就要毕业了，但我要将自己的梦想坚持到最后一刻，为师弟师妹们做好榜样”。

此刻虽是春寒料峭，但队员们身上的汗水已蒸腾。由于运动量较大，学校食堂菜品比较单一，很难满足学生的营养摄入需求。细心的教练员就经常自己为学生准备丰盛且营养丰富的菜肴。2018 级中长跑运动员郭思含来自内蒙古呼和浩特。这是她第一次远离家乡，也是第一次参加冬训。她说：

“刚刚冬训的时候，看着其他专业的同学都收拾行装陆续返乡，我内心十分羡慕。但经过一个阶段的训练后，老师们的关怀让我感到十分温暖。我们教练在训练上特别地严厉，但



生活上细致入微。我经常吃到教练亲自下厨做的酸菜白肉、炖鱼等可口饭菜。她还不停地给我变换菜谱。寒冷的冬季能吃出家的味道，心理暖暖的。”为了让运动员在学校不孤单，生活更加充实，教练员经常在训练课程之后与学生一起交流谈心、休闲逛街，邀请学生去家里聚会等。

有的运动员甚至在课后称呼我们的教练员为“妈妈”。精神和生活上的关怀成为运动员提高成绩的重要因素，激励他们顽强拼搏，战胜一个又一个挑战。

秉承“学训相长、德能并进”的院训，坚持以“培养具有高等文化素质的高水平竞技体育人才”为目标，体育竞赛训练中心师生紧抓“精神文明建设”与“业务水平提高”两个工作重点，力争做到“精神文明与运动成绩双丰收”。在不懈努力下，我校高水平田径队在历届大学生运动会上均取得优异成绩，为天津市高校竞技体育保持全国领先地位和我校7次捧得全国高校竞技体育最高奖“校长杯”作出突出贡献。学校田径队还多次获得全国“三八”红旗先进集体、天津市高校优秀运动队、天津市高校学生先进集体等荣誉称号。

2018 年在雅加达亚运会赛场上，我校有 6 名在校学生、6 名毕业生入选中国队，参加 5000 米、10000 米、马拉松、链球、铅球、标枪、跳远等项目的比赛，并取得优异成绩。在同年的第十八届全国大学生田径锦标赛中，我校派出 17 名运动员参赛，经过 5 天奋勇拼搏，打破 2 项赛会纪录、创造 1 项赛会记录，以 10 金 3 银 3 铜的优异成绩在参赛的 199 所高校中居金牌榜和奖牌榜首位。



我们的运动员不善言辞，只是低头奔跑，他们要用双脚探索自己的身体极限，用成绩表达自己的梦想和对学校、老师的热爱；我们的教练员不言苟笑，指导队员严厉中不失慈爱，严格中讲究关怀，他们用默默无闻的付出推动学校竞技体育事业、助力学生成长成才。因为都是追梦的人，所以运动员们不畏艰辛与疲倦，始终坚守自己的跑道，在训练中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志；教练员们在指导训练中坚定理想信念、提高道德情操、积累扎实学识、涵养仁爱之心。

为你们加油，师大体育人！