

全民运动

全民燃校运,
舞动致青春

体育运动,是当代大学生素质教育的重要一环。党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央高度重视、殷切关注人民群众的身心健康,将全民健身上升为国家战略。号角声声,吹响“全民健康,全民小康”的目标,锣鼓阵阵,擂动“健康中国2030”的期许。为积极响应国家“体育强国”建设的号召,践行“全民运动”的发展目标,11月7-9日,广西师范大学体育文化节暨第五十届田径运动会在雁山校区标准体育场隆重举行。

本届校运会是我校2019年体育文化节的收官之作。体育文化节期间,我校先后举行了第一届“青春舞动校园,我为祖国喝彩”青春舞大赛、荧光夜跑、校园路跑等丰富多彩的群众性体育活动。

以校运为镜,我们可以从中一窥师大在“全民运动,全民参与”上深远持久的努力;以莘莘学子为口,我们可以借此诉说师大在“全民健身,全民健康”中潜移默化的改变。本次大会见证了师大越来越浓烈的运动氛围,也见证了所有师大学子的运动成果。师大人既在运动中获得了快乐,又在运动中提升了自我,以全民运动推动体育精神的蓬勃发展。

环境与资源学院2019级的韦力心以8.73米的成绩夺得女子学生甲组铅球决赛第一名,以23.80米的成绩夺得女子学生甲组铁饼决赛第一名。拿到双项冠军的她十分喜悦地分享着自己的心情,她说:“这是我第一次参加校运会,拿到双冠感到非常开心。这离不开我日常生活中的锻炼,更离不开我赛前的艰苦训练。我们都应该热爱运动,热爱生活,希望我还能继续参加明年的校运会,突破自己!”

化学与药学学院2018级的顾启浩在一个月前的加急训练中腿部不慎受伤,至今还未痊愈。但他仍坚持参加100米的比赛。虽然他在本次比赛中出现失误,但他对运动的热情并没有消散,并表示:“健康应当被放在人生的第一位,希望能有更多的同学能够参与到锻炼身体行列中来,坚持强身健体。”

忍耐伤痛,走上赛场,这是顾启浩对运动的坚持。而对于教育学部2019级的杨婷婷来说,本次活动不仅给了她站在400米跑道上的机会,而且在平时的训练中她更是深刻地感受到了运动带来的快乐与意义。同时,她还提到自己有坚持乐跑打卡的好习惯,“因为有了乐跑,我们摆脱了睡懒觉的坏习惯。每天早起跑步会有一种释放自我的感觉,可以拥有一天的好心情。”

体育文化节的开展和校园“乐跑”打卡活动的大范围普及,让师大学子在强身健体的队列中迈进了一大步。同学们在师大校园穿梭的一道道身影,都反射出了明媚耀眼的青春活力,运动中从额头流过脸颊的一滴滴汗水,都汇聚成了鼓舞“全民”运动的强大动力。

随着“全民运动”的深入开展,今年以来,我校体育竞赛成绩斐然:校男子接力队在全国大学生田径锦标赛4×100米决赛中夺冠;马龙啦啦队荣获亚太地区啦啦操锦标赛第一名、年度全国总冠军和6项单项冠军;女子足球获得全国季军,创造历史最好成绩;男子篮球队获得CUBA联赛(西南赛区)第三名,晋级全国12强。这些成绩进一步凸显了我校人才培养的质量和水平,为学校、广西乃至国家赢得了荣誉,为学校加快高质量内涵式发展注入了强大活力。

4×100米接力赛是速度与默契的考验,赛场上的几秒钟,我们看到的是运动健儿破光而来,但在比赛背后,为了充分准备好每一场“战役”,接力队员们都倾尽了全力。校男子接力队成员覃兆卓说:“仅仅是交接棒这一个程序,接力队每天就要练习足足一个小时。”他也坦言:“我非常喜欢跑到终点那一瞬间的感觉,那一刻感觉之前所有的训练付出的努力都是值得的。”至于怎么培养下一代接班人,怎么创造出更好的成绩,也是他一直在思考的问题。新老戮力,共创佳绩,让我们不仅感慨既得的辉煌,也期待新生的朝阳。同样作为接力赛运动员,文学院/新闻与传播学院2019级的马玉苍对校男子接力队充满敬佩与崇拜,在接力赛的漫漫征程中,为班级荣誉披挂上阵的他或许稍显稚嫩与青涩,但是在训练过程中,他从不松懈半分,不比别人少流一滴汗水。

马龙啦啦队成员孙谱表示:“赛前长时间、高强度的训练,一遍遍地强化动作,追求完美,这使得我们偶尔会相互抱怨。但在同伴的帮助下我们会一次次地去尝试,直到动作达到标准要求。每当想到自己站在舞台上比赛时台下观众为我们欢呼时的场景,我们就会觉得这些艰苦的训练都是为将来在舞台上的完美呈现打下的基础,一切辛苦都是值得的。”她还表示:“艺术体操、体育舞蹈等活动能够促使更多的女孩加入到“全民运动”的队伍当中来。其实,运动也可以从较为简单的、自己擅长的项目出发,一开始不要给自己太大的负担。坚持一段时间后,就会发现自己的能力慢慢地得到了提升,渐渐地就会有成就感,也就会产生积极的效应,使得自己全身心地享受运动带来的快乐。”从啦啦队队员身份出发,孙谱为我们道出了全民运动热潮下大家携手同行的体育精神,正是在这样愿景之下,国之精神才有发展的动力。

在去年7月举行的中国第十一届大学生舞龙舞狮锦标赛中,我校舞龙舞狮代表队共摘获乙组男子团体总分第一名、乙组传统南狮第一名和乙组男子南狮自选第一名等三项桂冠;取得乙组男子舞龙自选第二名、研究生舞龙第二名的好成绩。舞龙舞狮队表演是校运会开幕式必不可少的传统项目之一,体育学院2018级的陈俊达和其他舞龙舞狮队队员一起日夜排练,训练不辍,只为在第五十届田径运动会这样一个盛大的场合给全校师生一个满意的答卷。体育学院2019级的黄君焱是舞龙舞狮队注入的新鲜血液,他表示:“舞龙舞狮是中华民族传统文化,我们希望可以将它保持和传承下去。”在不久的将来,每个学院“一龙两狮”配置的计划将得到完善。“我们希望能通过这种方式,将舞龙舞狮这一中华民族优秀传统文化传承给更多的人,由广西推广到两广或者更远的地方。而我们只有取得好成绩,有更大的影响力,才能得到更好的发展。”陈俊达补充道。

自本学期“步道乐跑”进校园以来,“全民健身在行动”显然是我校一大亮点,这不仅引发了“全民运动”热潮,也展现了校园运动的精神风采。对此马玉苍道出了自己对于校园乐跑的看法:“身体是革命的本钱,锻炼身体,可以从跑步开始,把跑步当成生活中的一部分,既能提升肺活量,又可以增强体质,一举两得。”乐跑行动的开展让师大校园燃起了体育的星星之火,相信在不久的将来全民运动可以走出更广阔的天地。

习近平总书记强调,运动强民,体育强国,体育强则国强。师大人必将不忘初心,牢记使命,积极锻炼,开创师大人的体育新纪录,开创我国体育事业的新风采。师大人也会继续前行,使得全民健身蔚然成风,健身与健康深度融合。升华全民运动理念,我们势在必行,推动体育强国发展,你我携手并进!

(大学生通讯社:钟思懿、武莹、周颖、蓝佳艺)