

青春风暴

——亮点

在2026年青岛市中小学生田径运动会上,当全场的喝彩聚焦在领奖台上两张年轻的脸庞上时,人们记住了这两位少年的名字——来自青岛六十八中的孔翔骏与辛睿,接连打破两项沉寂多年的市级赛会纪录。他们用汗水为学校赢得了两枚沉甸甸的金牌,一天之内携手打破两项市级赛会纪录,奏响了关于信念、伤病与救赎的青春序章。

链接

校园体育的“六十八中现象”

青岛六十八中之所以成为“冠军摇篮”,得益于该校在体育教育中的“深耕细作”。翻开青岛六十八中的体育史册,一项项纪录熠熠生辉。在2025年青岛市中学生田径运动会上,青岛六十八中健儿大放异彩,一举包揽普通高中团体总分第一名和局属普通高中团体总分第一名,加冕“双冠王”。

“我们不只培养特长生,我们培养的是终身运动者。”青岛六十八中体育训练队教练孙伟亮表示。学校深度聚焦“体教融合”,不再是让体育生“放养式”训练,而是构建了“文化+训练+心理”三维一体的培养模型。青岛六十八中多年来一直全面落实阳光体育活动、常态化开展体育课程与校园赛事的扎实成果。不仅开齐开足常规体育课,更创设了“体育吉尼斯挑战赛”等特色项目,涵盖引体向上、跳绳、踢毽子等丰富内容,点燃每位学生的运动激情,让“人人有项目、班班有队伍”成为常态。此外,学校精心打造了四季不断的体育盛宴——春季体育节的创意澎湃、冬季长跑节的意志磨砺。例如“跃动青春”冬季长跑比赛,不仅是一场体能的较量,更是一次班级凝聚力和“绝不放弃”精神品格的洗礼。

本版撰稿 青岛早报/观海新闻记者 钟尚蕾

同破纪录 各领风骚

青岛六十八中“铁人”孔翔骏打破22年纪录 同校的辛睿刷新跳高历史纪录



孔翔骏在比赛中。



辛睿越过新高度。学校供图

“铁人”孔翔骏打破“高龄纪录”

如果说田径是运动之母,那么全能项目就是田径场上对“铁人”的终极考验。在本次运动会普通高中组男子七项全能的赛场上,青岛六十八中的孔翔骏展现出了绝对的统治力。

七项全能项目赛程紧凑、消耗巨大,需要在两天内连续完成跨栏、跳高、铅球、跳远、标枪及中长跑等多个项目。这不仅是对运动员爆发力与技巧的检验,更是对意志力的极限磨炼。孔翔骏从第一项起就确立了领先优势。“这个孩子去年和今年的成绩相比,进步巨大。”青岛六十八中老师修朝晖告诉记者,总分4824分的成绩对于孔翔骏来说是他一年的汗水凝结和自我蜕变。

今年读高二的孔翔骏刚开始是练习十项全能的选手,他在一项项比赛中展现出最大特点就是坚韧。“这个孩子一直有腰椎间盘突出毛病,只不过他从来不说,硬咬牙坚持。”修朝晖谈起孔翔骏怜惜地说。有一次撑杆跳高练习,没想到撑杆断了,孔翔骏重重地跌在地上,但他没有喊疼,默默地咬着牙爬起来,重新找了一根撑杆回到起点继续练习。为了攻克弱项标枪,孔翔骏在2025年的冬训中加练了上千次投掷,磨破了好几双手套。他深知全能的魅力不在于天赋的极致,而在于短板的极限。

在本届青岛市中小学生田径运动会的两天高强度角逐中,当他跑完最后一个项目1500米瘫倒在终点线时,手里还紧紧攥着接力棒,那是他给队友的承诺。

经过多项比拼后,已经精疲力竭的孔翔骏咬牙坚持,最终以总分4824分的优异成绩完赛,不仅让他毫无悬念地将金牌收入囊中,更是一举打破了该项目尘封长达22年之久的赛会纪录。对于打破这个“高龄纪录”,孔翔骏在赛后表示:“全能项目没有诀窍,就是日复一日的苦练。我要感谢教练和学校对我的培养,这个冠军属于青岛六十八中这个集体。”

在青岛六十八中,体育早已超越了简单的身体活动,它是一门塑造人格、完善生命的核心课程。无论是打破尘封纪录的豪情,还是冬日暖阳下奔跑的背影,都是这所学校用体育为学子成长蓄力赋能的最美写照。

通过体育,锻炼学生顽强的意志力,再将这种拼搏精神迁移到学业和生活中,真正实现“文明其精神,野蛮其体魄”。青岛六十八中培养出的不仅是赛场上的冠军,更是身心健康、意志坚定的新时代青年。

“飞人”辛睿越过新高度

如果说孔翔骏的故事是关于“坚韧”,那么辛睿的故事则是关于“突破”。

在本届青岛市中小学生田径运动会的高中男子组跳高场地,横杆被工作人员升到了2.10米。这是追平赛会纪录的高度,空气仿佛凝固了。前两跳,辛睿因为节奏问题,身体蹭落了横杆。当时的辛睿显得有些失望和落寞。“还有最后一次机会,我不能再失误了。”

在前两跳未能完美过杆的情况下,教练及时在场边对辛睿进行了心理疏导。辛睿回忆道:“当时我告诉自己,这不仅是技术的比拼,更是心态的较量。平时训练中我挑战过这个高度,我有底气。”

调整呼吸后,辛睿在第三跳全力冲刺2.11米,起跳、腾空、背弓、过杆……整套动作一气呵成。横杆纹丝不动!2.11米!一个新的赛会纪录诞生了,那一瞬间,时间仿佛静止了,这个成绩打破了尘封5年的纪录,让在场裁判不住点头。

很少有人知道,赛前三个月辛睿在一次力量训练中腰部严重拉伤,医生甚至建议他放弃赛季。“那段时间是我最难熬的日子,我甚至怀疑自己还能不能跳。”辛睿坦言,回忆起那段在全封闭的康复训练室里治疗的日子,辛睿躺在床上心里不是滋味,他一边担心自己的身体能否回到受伤之前的状态,一边期待着接下来的比赛。“不行,我不能放。”为了不留遗憾,辛睿每天清晨在操场上开始慢跑恢复、拉伸操作、体能训练。“我不是为了打破纪录而跳,我是为了战胜那个躺在病床上哭泣的自己。”在本届青岛市中小学生田径运动会取得佳绩的背后,是辛睿日复一日的刻苦训练,是他清晨与黄昏在田径场上挥洒的汗水,也是学校老师真心陪伴和鼓励他的结果。

这次在本届青岛市中小学生田径运动会跳过2.11米,只是辛睿迈向职业赛场的起点。对于未来,辛睿已经有了更宏大的目标:“我想进入省队,甚至站上更高的职业赛场,去挑战2.20米、2.30米!”

在本届青岛市中学生田径运动会上,孔翔骏和辛睿打破了纪录,更打破了人们对于中学生运动员极限的想象。对于青岛六十八中的体育精神来说,这不仅仅是最高光的时刻,也是一个延续与传承。从科学的营养配餐,到聘请专业的体能康复师,再到针对体育生的个性化文化课辅导,青岛六十八中正在打破大众对体育生的刻板印象。辛睿和孔翔骏不仅是赛场上的王者,在班级里同样是品学兼优的榜样。青岛六十八中秉持“让每一位学生都精彩”的办学理念,走出了一条独具特色的“以体育人”发展之路。