铜仁第一中学 校运快报

2019 年 10 月
24
星期四
第六十三届校运会
第 3 期

铜仁一中语文组出版
协办社团：
薰风文学社 新闻社 摄影社
编程社
版面编排：秦正主



老夫聊发少年狂

——对郭信良老师的采访

“老夫聊发少年狂！”在这激情四射的运动竞技场上，年轻的运动健儿们，踏着风尘，迎着骄阳，挥洒着汗水，奔向那簇拥着鲜花与赞贺的前方。可就在这青春风扬的背后，你是否有留意到一位“特殊”的精神抖擞、气宇轩昂的教师运动员呢？他昂首阔步，神采飞扬，彰显着真正的运动精神，而他就是参与本次教师职工 100 米比赛的高一物理组老师——郭信良老师。下面是对他的具体采访：

记者：老师您好！我们是新闻社和薰风文学社的记者，请问一下您方便接受我们的采访吗？

郭老师：可以。

记者：经过紧张的比赛之后，您现在的感觉如何？

郭老师：感觉自己的身体随着年龄的增长没有原来健朗了，跑步都没有原来厉害了。

记者：这是您第几次参加比赛？

郭老师：自我来到铜仁一中，每年都要参与，在我的印象中这大概是第十一次了吧！

记者：哇哦！老师您可真厉害！那今年您是抱着怎样的一种心态来参与本次比赛的呢？

郭老师：主要是为了检测一下自己身体的状况吧！看看现如今的身体还能不能适应比赛。

记者：那您有没有想过在比赛中取得怎样的名次呢？

郭老师：最主要的目的就是为了锻炼身体，对于名次呢，倒没有想那么多，因为前些年的话，相对于中老年的比拼，除了体育组的杨贵老师以外，我都是跑第一名！

记者：哈哈，那您也很厉害啊！那在工作之余，您有没有进行其他的体育锻炼呢？

郭老师：原来有，之前的话我都比较喜欢在晚上打打篮球，但是现在不行了，自己的腿脚不太好了，也就选择了一些像散步之类的锻炼，在工作之余放松一下身心吧。

记者：当您在比赛之时，听到您的学生们为您加油鼓劲的时候，您的内心是一种怎样的感受？

郭老师：感觉非常激动吧！一是他们的鼓劲让我感受到了运动会热烈的气氛，二是我本人对同学们真诚的加油感到高兴！

记者：是的，老师，我们也沉浸在运动会的热闹氛围中，更被您的这种昂扬向上的运动精神所震撼。非常感谢您愿意接受我们的采访，相信您在未来的日子里也能如在跑道上一般神采飞扬！我们采访结束，谢谢郭老师！

郭老师：不用客气！

容光焕发，神采飞扬，老当益壮，驰骋赛场！尽管岁月的痕迹未曾放过任何人，但总会有那么一群人，他们无惧时光的挑战，无惧岁月的蹉跎。在生命的跑道勇往直前，在命运的赛场迎难而上！

新闻社记者：廖雪萍　薰风文学社记者：杨政枫

运动，让生命飞扬

灰蒙蒙的天空，淅沥沥的雨中，他们没有流露任何退缩与胆怯，我见到的是一双双坚定有力而无畏的眼睛。

----题记

“砰”地一声枪响，百米竞赛的运动员就在我眼前箭一般地飞过。那一瞬间，我突然不由感慨：生命的模样大抵就是这样了吧。奋力拼搏，激扬生命的浪花。

想着又朝操场望去，人山人海。我轻轻走到一处跳沙坑的地，比赛正在如火如荼地进行。预备、起跑、跳跃，看着一个又一个运动员脸上坚定的神情，仿佛时间被永远定格在那一刻，充满光芒、熠熠生辉。

我向来敬佩运动的人，特别是勇于运动的。他们将一个篮球在三分线外精准地投进，他们一口气跑完八百米还不觉辛苦，他们流着青春的汗水，做着青春的事情，热情洋溢，意气风发。

突然想到那天在主席台上的一个男运动员。四百米时受了伤，膝盖流血，手臂擦伤了都不在意，没有做过多处理随即投身到另外一场比赛中。他的同学关切地问到：“需要休息吗？要不然就算了吧。没必要这么拼，我们都理解你。”他摇摇头，眼神坚定地说：“不，我可以。”然后只给我们留下一个坚定的背影。我只能在心里默默地给他竖起一个大拇指。生命在于运动，而运动又体现其精神。一个人最好的模样大抵就是运动者的模样，尽情挥洒尽情绽放。而我，也由衷地赞美这些可爱的运动员们。

有句话说：“所有跋涉都是为了抵达。”遥远的路途需要更坚定的步伐。

我总觉得人具有无穷的力量，尤其在运动的时候。英勇果敢、坚定无畏、散发光芒。可事实也确实是这样，我那些可爱的同学们，他们不怕困难，力夺桂冠的模样真的很酷、很帅，不是吗？

《无问西东》里说：“我想让你享受到人生的乐趣，我最怕你还没想好要怎么过这一生，时间就消逝了。”而我想说：我想让你享受到人生的乐趣，比如跑步篮球跳远铅球……如五千米跑道上的青春激扬。如此，生命里一切的温暖与感动，才变得有迹可循。

□ 高一（29）班　陈娟飞

征稿启事

请各位同学将通讯稿交于主席台。
另有好文章想要刊登的可以交到主席台或者
QQ:791341986、1723091690

运动小贴士

1、运动或比赛后，应做好放松活动，以尽快恢复体力和肌肉的力量。其方法是对身体各部分进行放松性的抖动、拍打，双人合作互相按摩等。

2. 运动前的饮食对训练或比赛的结果有绝对的影响，适当的营养可以提高训练的效率和比赛的成绩，不适当的饮食则会让你提早感觉疲劳，或是肠胃不适，无法表现出应有的水准。

3. 高纤维的食物比较容易造成肚子不舒服，因为它们需要比较长的时间消化，这些食物会使你在运动中感觉不舒服，就应该避免在运动前吃这些食物。

师生赛场风采



最好的瞬间就是你腾空而起，向上拼搏的样子



没有比脚更长的路，没有比人更高的山。
终点在呼唤，我必凌云比天高。



跑一步有一步的欢喜，幸福，在路上。
怕什么路途遥远！走一步有一步的风景，

你中有我，我中有你。
在一起，才是最大的幸福。





你们的荣誉，亦是我们的骄傲，
你们在赛场挥洒汗水，我们在背后为你铭记

但一群人才能走得更远。
一个人或许可以走得很快，



通讯札记

西风飒飒，健儿英姿挺拔如松；云青欲雨，学子士气启明升阳；
田径场上，你追我赶，欲与天公试比高；
征台来战，百舸争流，我主沉浮苍茫间。

——高三(1)班 通讯组

你栖于九月苍茫的洪流上，理想长于跑道一万丈。
你梦中胜利的远方白茫茫，希冀不惧脚步的惆怅。
秋凉浸染你单薄衣衫，土地亲吻你疾步脚掌。目光遥长，奔向远方。
三千米的乘风破浪，你头带着彩云，步伐响响。加油，向未来！

——高二（13）班 通讯组

赛场上有激情，赛场下亦有欢呼。
但谁又明了场外医务人员既焦急又期待的之味呢？
他们焦急，因健儿们难免受伤；
他们期待，因盼着伤员早康；
他们之味，因无人与之交谈。
我想倾诉的不只是他们，还有场上的裁判、场下志愿者、主席台下咨询处的同学。
奈何短纸情长，道不尽人间温情。
唯愿运动会快乐进行的同时，你们亦不要太过辛劳。

——高一（21）班 通讯组

赛程预告

10 月 24 日星期四 • 下午 14:00 开始

径赛项目

1. 高一组女子 200 米决赛
2. 高二组女子 200 米决赛
3. 高三组女子 200 米决赛
4. 高一组男子 200 米决赛
5. 高二组男子 200 米决赛
6. 高三组男子 200 米决赛
7. 教职工 200 米决赛
8. 高一组女子 3000 米预决赛
9. 高二组女子 3000 米预决赛
10. 高三组女子 3000 米预决赛
11. 高一组男子 3000 米预决赛
12. 高二组男子 3000 米预决赛
13. 高三组男子 3000 米预决赛
14. 高三年级 60 米板鞋混合接力预决赛

田赛项目

1. 高一女子立定三级跳远预决赛
2. 高一男子立定三级跳远预决赛
3. 高二女子实心球预决赛
4. 高二男子实心球预决赛
5. 高三女子铅球预决赛
6. 高三男子铅球预决赛
7. 高一女子跳远预决赛
8. 高一男子跳远预决赛