

# 家门口书写荣耀 为梦想继续奔跑

## 全国田径冠军赛，日照籍运动员宋家辉斩获一金一铜

张宏磊 彭彦伟 刘涛 日照报道

### 教练“三顾茅庐” 体育之路开启

宋家辉今年22岁，是日照市莒县峤山镇一名土生土长的农村孩子。初三那年，由于个子高，体格好，宋家辉被学校临时抽调练习了一周之后，参加全县的中学生运动会。

就是这次运动会，改变了宋家辉的人生轨迹。当时，他正在场边压腿放松的时候，莒县一中教练胡光现偶然从他身边经过，



比赛现场奔跑的宋家辉。  
刘晶 摄

### 多年刻苦训练 成功进入北大

这也许是宋家辉父母做得非常重要而又正确的决定。

宋家辉很争气，农村孩子听话老实、训练刻苦，别人休息的时候，他也在训练，完全听从教练安排。

经过一段时间训练，宋家辉很快出了成绩，之前想都不敢想的全国大赛不仅有资格参加，还取得了不错的名次，宋家辉父母也坚定了孩子走体育路子的信心。

俗话说“千里马常有，而伯乐不常有”，胡光现在宋家辉身上倾注了所有心血。

最难的一段日子，学校体育场地没办法用，胡光现就带着他在学校西边的河堤上训练。三个多月时间，每天清晨五六点钟，两个人的身影准时出现，风雨无阻，宋家辉吃住都在胡光现家里。

“很正常，我带过的学生几乎都在我家

6月30日晚，日照奎山体育中心，“日照康养职业学院杯”全国田径冠军赛暨全国田径大奖赛进入最后的比赛阶段。在男子4x400米接力决赛中，宋家辉和队友们代表山东队合力拿下一块金牌，并打破全国纪录。

加之在男子400米栏项目中收获的铜牌，本届赛事，在家门口作战的宋家辉取得一金一铜的好成绩。一名农村孩子，中学才开始练习体育，他靠着刻苦训练，一步一个脚印，一次又一次地站在了最高领奖台。

“当时看到这孩子个子高，腿长，体格好，练跨栏一定是个好苗子。”胡光现说。随即胡光现就让他站起来看了一下，问了问基本情况。

当时，胡光现就给宋家辉定位跨栏，因为胡光现对跨栏有着很深的研究，而且在他手底下，已经培养出两个非常优秀的跨栏选手，都被全国顶尖院校录取。“跨栏对身体条件要求高，基层练这个项目的苗子少，只要条件好，刻苦训练容易出成绩。”胡光现说。

刚开始，宋家辉的父母非常抵触，不同意孩子练体育。一辈子从事体育工作的胡光现，对好苗子、对千里马的渴求有种近乎“疯狂”的执着，为了劝

说宋家辉父母，他前后三次去他家，并邀请他父母来到学校观看他训练。

终于，宋家辉的父母被胡光现的诚意所感动，同意让他试试。

住过。”言辞中，胡光现从未感觉这是多大的事。功夫不负有心人，当宋家辉被北大录取后，两人多年的付出也获得了应有的回报。

上大学后，宋家辉和胡光现经常联系，这次比赛，胡光现来到现场为自己的爱徒加油助威。对于爱徒，胡光现说得更多的是靠他自己的努力，“关键还是他自己争气，听话，努力！”胡光现说。

### 父母一路支持 未来继续逐梦

在比赛现场，宋家辉的父母也从老家赶来为孩子加油助威。

说起孩子的体育之路，与之前的犹豫相比，老两口现在满脸的自豪，“这一切都得感谢胡教练，没有他，就没有孩子的今天。”宋家辉的母亲陈维珍说。

陈维珍表示：“当时胡教练说，别的孩子我不敢保证，这个孩子我一定给你们培养出来，送到一个好的大学。”

这是一个普通的农村家庭，陈维珍在家种地、照顾孩子，空闲时打点零工，对象开大车，家里还有一个妹妹。当时同意宋家辉练体育，也给并不富裕的家庭增加了不少负担，外出比赛都要自己承担路费。

印象最深的一次，是要去福建参加比

赛，“当时就不想让他去了，路费要四五千，出去参加比赛多了，一次不去也无所谓。”陈维珍说，虽然当时看出宋家辉想去，但懂事的他也没再说什么。直到去外公家问起来，外公坚持让去，宋家辉才得以成行。

体育一直是一条不平坦之路，每天枯燥乏味的训练，必须耐得住寂寞，陈维珍看在眼里疼在心里。刚开始练习的时候脚底经常起泡，宋家辉就自己用针挑破，简单处理后继续训练。“我们也心疼，但既然选择了就得坚持。”陈维珍说。

高一第一年训练，宋家辉还吃住在学校，高二后，听从了胡光现的建议，陈维珍前去陪读，“胡教练说孩子需要补充营养，不能只吃食堂的饭。”陈维珍说。

当拿到北大录取通知书的那一刻，陈维珍夫妇难以置信之余，还是倍感自豪，现在每当提到孩子，脸上总是洋溢着幸福的笑容。

采访中宋家辉说，本次大赛虽然取得一金一铜，但对比赛还是略有遗憾，“在家门口参赛，本想打破个人最好成绩，但没发挥好。”宋家辉说。

接下来，宋家辉也闲不住，他即将投入到全国锦标赛的备战中，他希望能取得更好的成绩，从而参加奥运会为国争光。令人高兴的是，目前宋家辉已获得保研资格，他还将在自己的田径路上继续追梦。



6月30日，全国田径大奖赛总决赛结束后，宋家辉与家人合影。刘涛 摄

编辑：彭传刚 美编：杨晓健 组版：颜莉

#### 挂失声明

◆马宁山东农业大学成人高等教育毕业证：104345200506901632遗失。  
◆郭霞，警官证号3712424挂失。

#### 精品资讯 订版电话：(0531) 85196204

◆收购房屋  
◆求购15864536825  
◆高价收购老钱币·邮票·字画·老酒·像章·纪念章·小人书·银元·金币等15662781688  
◆空调移修  
◆空调充氟185863908

#### 金寿养老每月1900元

经二路383（省立医院北），蓝翔路59号 15662769662  
电梯，空调，暖气，卫生间，淋浴，网络，电视，棋牌，阅览，医务室，卡拉OK。早餐：鸡蛋，汤粥。中、晚餐两荤两素，汤粥。主食：馒头、米饭、水饺、馄饨、蒸包、面条等。聘医生，护士。

#### 朝霞家庭式养老院

有森林、菜地、大院。有暖气，免费接送。每人每月最低2600元，不能自理最低2800元。  
不足一个月，按天计费。  
电话：13615311338  
(65路公交车济南仲宫刘家庄站，村委会对面。)

#### 金龄健康·山东济南养老服务

●国企品质，公办机构。  
●全国养老服务先进单位、全国敬老文明号、济南市五星级养老机构。  
●康养专区推出部分特价房，享养专区床位费低至8.5折，普惠专区2700元/月起，医护专区床位费9折优惠。

电话：0531-82805587/82805588

地址：济南市市中区望岳路3668号

#### 济南高新区颐养中心（山东健康济南颐养）

·省属国企16地市布局，与高薪管委会合作共营，公办机构 500张床位  
·医养结合，长护医保定点，与高新区医院两院一体  
·中医理疗 康复护理 认知症诊疗照护 医生巡诊  
普惠专区2000元/月起 康养专区部分房型享5折优惠 七天试住  
电话：0531-58256866 (预约免费接送参观)  
地址：高新区科航路1001号（高新区医院院内）

#### 高价收购名家字画

电话：18866867078

地址：舜耕路6-1号（泉城公园东门北50米路东）大雅堂美术馆

#### 先行众创空间招商

成熟工业厂区，优越营商环境，惠企政策对接，管家贴心服务。  
济南起步区成熟工业园区现有厂房150m<sup>2</sup>、230m<sup>2</sup>、260m<sup>2</sup>、700m<sup>2</sup>、800m<sup>2</sup>4个、1100m<sup>2</sup>空地，1800m<sup>2</sup>、1960m<sup>2</sup>、2500m<sup>2</sup>2个、2760m<sup>2</sup>、3300m<sup>2</sup>、3700m<sup>2</sup>、4500m<sup>2</sup>、5500m<sup>2</sup>和7300m<sup>2</sup>等不同规格。招商招租，可整可分，寻求合作伙伴。

◆经四路万达广场B座1808室300m<sup>2</sup>办公出租出售  
◆龙湖华庭6号楼2单元3201室135m<sup>2</sup>学区房商住两用出租出售  
◆龙湖华庭6号楼2单元3202室110m<sup>2</sup>学区房商住两用出租出售  
◆龙湖华庭10号楼1单元1301室147m<sup>2</sup>精装学区房商住两用出租出售  
专业团队运营，提供全方位标准化服务，免费共享接待商务区，免费代办各类经营手续，提供相关帮扶补贴，欢迎垂询。

垂询热线：13805408666 王经理（微信同号）



#### 悠然亭颐养中心（医养结合 双院一体）

市中、兴隆、钢城、青岛、滨州、东营、白沙 7店联动  
五星养老 国家试点 医保定点 医疗护理 康复理疗 7天试住

地址：市中区·二环西路高架桥下·腊山路16-3号 电话：88819955

#### 国企品质·医养结合护理中心·三甲医院

#### 槿椿颐养中心·4950元/月起开园特惠

名额有限 先到先得

0531-59515666

地址：历下区·奥体西路与花园东路交会处北行200米路东