**“江苏跑得最快的中学生”——****记金陵中学田径队李泽钢**

5月初，在摩洛哥举办的2018年世界中学生运动会上，我校高二（1）班的17岁男生李泽钢获得男子异程接力的亚军，与冠军队只差0.01秒。身为一级运动员的他，还受到了清华、北大等名校的关注。

1.8米的身高、挺拔的身姿，长期的户外训练把李泽钢晒得黑黑的。从南京出发，前往摩洛哥的马拉喀什参赛，李泽钢在经历了十多个小时飞行之后，还要闯过时差关，也没能在赛场上进行训练。即便如此，他仍拼尽全力。“这是一种对速度的追求，更快的速度，更高的梦想！”

所谓异程接力，就是每位接棒运动员跑的距离都不一样。分别是一棒100米，二棒200米，三棒300米，四棒400米。其中，三棒和四棒的压力最大，对于速度的要求也最高。此次比赛中，李泽钢被安排在了第三棒。接棒时，他们的队伍还排在小组第二，李泽钢接棒后，奋起直追，在弯道超过对手，保持小组第一的位次，将棒交给了队友手中。最终，他们和另一小组的第一巴西队，出现了同分。按照规定，将比赛成绩精确到0.01秒后，中国队取得了亚军。

除了参加异程接力外，李泽钢还参加了100米和200米的比赛，并获得了男子100米，200米的第四名。李泽钢的教练于世涛说，整个世界中学生运动会上，李泽钢一共跑了7枪。像这样的短跑项目，集中在两到三天中频繁进行，一个运动员参加4到5枪已是极限，而李泽钢凭借自己的毅力，跑了7枪，实在难能可贵。

百米短跑是对爆发力要求比较高的运动，李泽钢在初中时参加鼓楼区的一次田径比赛，被我校高水平田径运动队的于世涛教练一眼相中。那时的他没有经过系统专业的训练，但在赛场上展现出来的悟性、意志和爆发力，让于教练看出了他身上的潜力。此后，还在读初中的李泽钢每周来金陵中学训练一次。2016年，他进入了金陵中学读高中，在短短的一年里，他的100米、200米成绩均超过国家一级运动员标准，多次代表金中和南京市参加省级比赛，分别获100米、200米、4×100米接力赛等项目的省冠军。

于世涛教练不仅关注李泽钢的运动成绩，对他的文化学习要求也不放松。在于教练看来，文化素质高的运动员能更好地执行训练、饮食等计划，也能很好地休息，调节心理。目前，李泽钢已经是一名一级运动员，正在向健将级运动员努力。“我深有体会，有一定文化基础，悟性、理解、执行力、自律性都将有很大提升。运动员要求很高，饮食结构、运动、休息，都有要求，综合能力强，配合度就很高，很轻松，很愉快。”于教练说。

据介绍，今年暑假，李泽钢将去清华大学集训。



李泽钢在摩洛哥世界中学生运动会上留影

（来源：江苏新闻广播/沈杨 编辑/童婷婷）