

6年
47个冠军入选全国「新时代好少年」
宁波乒乒小将崔锦澄

2024年全国“新时代好少年”先进事迹名单刚刚出炉，宁波乒乒小将崔锦澄榜上有名。

崔锦澄今年14岁，是鄞州区钟公庙第二初级中学（应麟书院）初二学生，国家一级运动员。

他5岁开始打乒乓球，获多位国家级乒乓球教练青睐。8岁斩获全国少儿乒乓球比赛男单冠军，累计获全国、全省47个赛事冠军，连续7年蝉联浙江省赛冠军。

这两天，崔锦澄正在吉林参加第24届中国中学生乒乓球锦标赛，这是全国规模最大、水平最高的校园青少年乒乓球赛事，在青少年学生中有着广泛的知名度和影响力。

这次，他参加的是单打、混双、团体赛项目比赛。

截至目前，全市共有“新时代好少年”国家级3人、省级27人，入选人数全省领先。

1 每天2小时泡在训练场

崔锦澄5岁开始接触乒乓球，他的童年时光，很大一部分是在球馆度过的。

崔锦澄的母亲是一名业余乒乓球选手，她打球时，崔锦澄经常帮忙捡球，他的启蒙就这样开始了。

2015年12月，崔锦澄在宁波市训练基地和队员打了一场球，被时任中国女子乒乓球队主教练的陆元盛一眼看中。

起初，父母并没有对此事上心。

“你儿子是个好苗子，好好坚持！”曾带出过4个世界乒乓球冠军的汤志贤教练对崔锦澄赞不绝口，就连偶然来宁波指导的中国香港男子乒乓球队主教练刘国栋都向他抛来了橄榄枝。

2016年，父母把崔锦澄送进钟公庙中心小学，开启了高强度训练之路。

那几年，他基本上每天泡在球馆，一天训练10个小时。体能训练到腿软，手掌磨出血泡，这些早就成了家常便饭。

相比天赋，崔锦澄更是一个努力型选手。

无论严寒酷暑，崔锦澄总是第一个抵达训练场，最后一个离开，严格完成每日的训练任务。出门时，他随身带球拍，走到哪里练到哪里。

因为训练强度大，崔锦澄经常呕吐。训练时，球台旁时常备着垃圾桶。

“一个简单的动作就要练习成千上万次，一天10小时的高强度训练，有时候练着练着就吐了，吐完就继续练。”说起这些，母亲满是心疼。

虽然年龄小，但崔锦澄是个肯吃苦的孩子。

有一次训练前，他因跌落沙发导致耳朵出血，爷爷要带他去医院，他却坚持先训练。结果等到医院时，直接缝了4针，连医生都惊叹孩子的忍耐力。

因为要训练，崔锦澄少了很多同龄人该有的快乐。不碰碳酸饮料，不出远门，甚至连吃肯德基，一年也只有一次。

“过年休息7天，看了7场电影，睡了5天懒觉，享用了4次超级大餐，吃了1次肯德基。欠你一整年的快乐，用这短短几天尽量弥补，很久没看到你脸上如此灿烂的笑脸。宁可亏欠你一个不快乐的童年，也不愿看到你有一个遗憾的未来。”这是父亲崔朝峰2017年2月发的一条朋友圈。

2 参赛6年，拿下47个冠军

“只有努力，才是天赋最完美的诠释！”崔锦澄的偶像是马龙，他时常把偶像的这句话挂在嘴边。

因为这份热爱，他拼尽全力。

从2015年到2018年，崔锦澄的生活几乎是在训练场度过的。

一次次发球机的训练，一场场体能测试，日复一日的积累，他“蛰伏”三年等待一鸣惊人的机会。

2018年3月，他第一次站上全国少儿乒乓球精英邀请赛的舞台，与队友们一起获得团体冠军，那年他只有8岁。同年8月，他参加“向阳杯”全国少儿乒乓球比赛，斩获第一个男子单打全国冠军。

站上领奖台，他感受到了前所未有的成就感。

2023年，在临海举行的第22届全国中学生乒乓球锦标赛中，13岁的崔锦澄首次以初中生身份参与全国性赛事，他们团队也是全场平均年龄最小的代表队。

参赛第一天，他刚到临海水土不服，上吐下泻，但他带病坚持上场。

作为球队核心，当崔锦澄所在的队伍与上届冠军衡水中学实验学校队大比分打成2:2时，面对个头大、力量强、经验丰富的对手，他稳扎稳打，一球一球拼搏，终于拿下比赛，并最终夺得初中组男子团体亚军，创造了浙江省在该项目比赛中的历史最好成绩。

今年3月24日，他蝉联浙江省中小学生乒乓球冠军赛男子单打第一名。

从2018年参加比赛到现在，他已经拿下了47个比赛冠军，连续7年蝉联浙江省冠军，这背后的艰辛可想而知。

“参加乒乓球赛的选手中，有30%左右是专业选手，一个个都是训练有素的‘劲敌’。上初中后，学业压力大，培训时间大大缩减。和专业选手同台竞争，教体结合的选手面临的难度可想而知，但他却一次次扛下了比赛。”教练王玖亮从5年前开始训练崔锦澄，一路见证了孩子的成长。



崔锦澄 受访者供图

3 他是冠军，而且「文武双全」

不放弃学业，走教体结合的路子，这是父母很早就给崔锦澄定下的方向。

他有个目标，就是有一天能敲开国内最高学府的大门。

在很多人的潜意识中，体育生的学习成绩往往不尽如人意，但崔锦澄却是“文武双全”，多次荣获校长特别奖、校一等奖学金。

这些成绩背后，是比别人更多的努力。

“他很拼，有时候训练回来很晚了，一个人默默学到深夜。”“哪怕是出去比赛，训练之余，他都惦记着网课。”“不是学习，就是训练，这些年吃过的苦只有他自己知道。”在很多人眼里，他的拼劲不仅仅表现在体育比赛中，学习同样如此。

在小学阶段，因为忙着训练，崔锦澄成绩平平。上中学后，成绩一度落后。

“你除了打乒乓球，还会做什么？”当身边出现这样质疑的声音，崔锦澄并没有急着为自己辩解，而是选择默默努力，用努力实现逆袭。“从全班下游爬到了全校前30名的成绩，我想证明给大家看，我不光能打球，学习也不会差。”

进入初中后，崔锦澄几乎每天都是“白加黑”模式，白天学习，夜间训练。特别是临近比赛，只能“挤时间”学习。有时刚走出考场，转身就要投入到紧张的比赛之中。

即使是寒暑假，他也不敢怠慢。每天上午去球馆训练，下午安排学习，晚上接着训练。

如今，乒乓球的种子早在崔锦澄心中生根发芽，一块块奖牌、一个个奖杯、一张张证书，见证着他的拼搏与泪水。他以国乒队长马龙“不服输的精神”作为人生信条，坚定了未来的运动梦想，要为国争光！

记者 薛曹盛