

在人生的『新发球局』 丁宁希望不留遗憾

新篇

与宣布退役时的情形相似，如今以校长身份重回先农坛体校，再次迈向人生新阶段的丁宁，也曾因未来的不确定性感到些许忐忑，但对体育的热爱，是她直面挑战的底气。

北京先农坛体校的前身是1956年成立的北京体育工作大队，这也是新中国历史上创建最早的高水平竞技体育人才训练基地之一。先农坛体校目前拥有乒乓球、体操、网球、田径、举重、女足、橄榄球共7个项目的运动队。第十五届全运会上，先农坛体校运动员为北京代表团夺得8枚金牌。

在丁宁看来，参与全运会这一大型综合性赛事，是她迅速进入角色的重要历练。“都说隔行如隔山，这次自己也有了切身体会。”丁宁说，“不同项目在细节的处理上还有不少差异。我需要思考的维度更广、内容更多，同时也要帮助运动员调整好心态，给予他们恰到好处的帮助与支持。”

本届全运会，除了马龙、肖若腾、杨家玉等老将在赛场上持续闪光，先农坛小将同样大放异彩，他们在乒乓球18岁以下男团、女团以及网球青年组男团、女团等项目中夺冠。

成绩的背后是北京青少年体育人才培养模式的日益成熟。近年来，北京市努力打造新型青训体系，从战略布局上加强“全生命周期”人才梯队建设，进一步探索“双优”训练模式，将优秀体育后备人才与优质教育资源紧密结合，构建多元化的人才选拔和培养机制。

“青少年运动员代表着未来，他们能够从老将身上学到经验、传承精神，同时又拥有无限活力。”丁宁说，“新周期当中，先农坛体校将继续完善各支队伍训练备战水平，向着更高目标迈进。”

在人生的“新发球局”，丁宁希望不留遗憾。

据新华社

由潍坊输送的运动员裴浩辰 斩获全国残特奥会冠军

本报讯（记者 李国栋）12月9日，全国第十二届残疾人运动会暨第九届特殊奥林匹克运动会乒乓球赛场传来捷报，由潍坊输送、代表山东队出战的残疾人运动员裴浩辰，与搭档王聪默契协作，在乒乓球MD13级别双打赛事中一路过关斩将，最终斩获冠军。

据了解，作为听力三级残疾人运动员，裴浩辰自13岁起接受系统乒乓球训练。从代表潍坊斩获省运会冠军，到跻身山东队征战全国赛场，这位“00后”选手多年来始终以超乎同龄人的坚韧意志突破身体局限。本次全国残特奥会，他顶住高强度对抗压力，凭借扎实的技术功底与沉稳的竞技心态，与搭档稳扎稳打，最终站上最高领奖台，生动诠释了“自强不息、奋勇争先”的残疾人体育精神，更展现出潍坊残疾健儿昂扬向上的精神风貌。

25年前，10岁的丁宁是北京市先农坛体育运动技术学校初来乍到的小球员；如今，她作为校长再次回到这个梦开始的地方。不久前在粤港澳大湾区落幕的第十五届全国运动会，是这位乒乓球“全满贯”得主首次以北京先农坛体校校长身份参与的大型赛事。近日，她在接受记者专访时表示：“追梦的道路上，每一步都算数。”

梦回

11月20日，全运会乒乓球男团决赛中，北京队以大比分3:1战胜上海队夺冠。37岁的老将马龙代表北京队先后出战男双和男单比赛，在为球队拿下自己在本届全运会上的最后一分后，他高举双臂，让球拍从手中自然滑落，尽情享受全场的欢呼。

看台上，丁宁现场见证了这一激动人心的时刻，也为老队友如愿夺得这枚期盼已久的全运会男团金牌兴奋不已。

“我和马龙在先农坛体校一起长大、并肩作战，他最后庆祝的瞬间也很触动我。”丁宁说，“马龙、王楚钦、黄友政这三位出战男团决赛的北京队选手，恰好代表着老中青三代。在马龙身上，我仿佛看到了一个时代的落幕，同时他又将这份对乒乓球的热爱和坚守传承了下去。”

全运会赛场的激烈争夺和动人瞬间，也将丁宁的思绪拉回到自己的球员时代。2005年至2017年，丁宁连续参加四届全运会，收获女单、混双、女团多项冠军，在被称为“神仙打架”的全运会乒乓球赛场上留下辉煌战绩。

“赛场见证了自己的汗水、泪水。现在回头看，每一刻都很珍贵，每段经历叠加起来，成就了现在的我。”她说。

2021年9月，丁宁在社交媒体宣布退役，并进入北京大学攻读体育专业硕士学位，她说：“未来，我要朝着新的梦想努力，去挑战新的可能。”

研究生毕业后，丁宁选择留校任教。她曾在北大邱德拔体育馆现场见证中国队夺得北京奥运会乒乓球女团冠军，如今她延续了自己与燕园的情缘。而此次出任先农坛体校校长，重回这个贯穿她职业生涯的母校，也让丁宁有一种梦回当年的感觉。

“无论是在北大还是在先农坛体校，走进校园，一切都历历在目，希望在这里续写新的故事。”她说。

扎根

在北大求学和任教的经历，让丁宁在乒乓球之外，从更宏观的视角加深了对体育的认识和理解。

“到北大读书一直是很向往的一件事，校园生活真的很美好。”丁宁说，“硕士期间的学习主要是把自己的实战经历和理论知识相结合，让我从运动员身份之外的维度理解体育。”

进入北大后的第一个学期，丁宁就担任了学校乒乓球课助教。她回忆道，以前在运动队的分组训练环节，教练会说“去找你们各自的训练对手”，而学校的任课老师会说“去找你们的搭档”。称呼不同的背后是重心的变化，校园体育的核心是项目推广普及，鼓励同学之间切磋球技，共同成长。

丁宁说：“强身健体、结交更多志同道合的朋友，是运动带给我们的第一层收获，而体育需要深度参与，才能更好地达到育人育心的目标。”

深度参与会带来哪些不一样的体验？丁宁说，胜负之间便是答案。

“体育能赋予我们迎难而上的拼搏勇气、不惧挑战的强大内心、决胜时刻的抗压能力，同时让我们感受到团结协作的集体荣誉感、奋勇争先的个人成就感。”丁宁说。

从大学校园回到体校，丁宁想把自身的经历和体会分享给更多年轻运动员，帮助他们更好地成长。“德才兼备、学训并重、全面发展的特点可以为运动员长远发展提供更多可能。”丁宁说，“年轻一代运动员应当展现新风貌，更加开朗、自信，眼界也更开阔。”

“如果说我在球员时代到达了竞技体育的金字塔尖，那么如今我在金字塔底座，扎根人才培养，努力在这片广阔的天地贡献自己的力量。”丁宁说。



丁宁(资料图)