

以韧为刃 逐光而行

——十项全能全国冠军苗凯的逆袭传奇

文/图 夏旭光 王遨宇

7月21日,济宁体育中心,在第24届全国大学生田径锦标赛男子十项全能赛场上,聊城大学2023级体育教育专业学生苗凯,以总分6730分的成绩斩获男子十项全能全国冠军,领先第二名近300分,达到国家一级运动员标准。

这是聊城大学建校以来首枚全国大学生田径锦标赛金牌,也是学校竞技体育的历史性突破。当苗凯站上最高领奖台时,没有人想到,这位冠军在三年前还只是一个以中等专业分数考入大学的普通体育生。

起步晚从不是枷锁,长久的坚持才是逆袭最大的底气。苗凯的故事,恰是聊城大学建校50多年来“不骄不躁、扎根鲁西、后来居上”的生动缩影。8月4日,记者进行了采访。

体育精神

一个人的坚持 一群人的信仰

苗凯的冠军之路,从零开始。

零基础起步,14岁习武,高三复读时才转项田径,以并不突出的成绩考入聊城大学。大二时他向多支省队递交试训申请全部被拒,两次备战全国大学生田径锦标赛均因伤病退赛。

跨栏技术薄弱,他每天提前一小时加练;1500米是致命弱项,常常练到保安熄灯提醒才离开;铅球训练造成小臂劳损,跑跳练习引发膝关节磨损,每到阴雨天旧伤便隐隐作痛——1131天的独自苦练,没有掌声与喝彩,只有晨光中的跑道、力量房里咬紧牙关的最后一组训练、深夜伏案复盘的训练笔记。面对省队的拒绝、外界的质疑,无数个疲惫的夜晚,他也曾问自己:还要坚持吗?答案是——坚持。全国



苗凯在日常训练中

大学生田径锦标赛是他冲击专业赛道最后的机会,“我没有退路,除了咬牙坚持,别无选择”。

苗凯不放弃、不认命的精神,在聊城大学并非孤例。聊城大学龙舟队,2002年从东昌湖畔“草根”起步,没有先天优势和资源,20余年靠着一桨一桨的苦练,累计斩获370余枚金牌,其中,在2025年世界龙舟锦标赛狂揽11金,在2026年亚洲大学生龙舟锦标赛代表中国队包揽9金。绿茵场上,聊大女足在2026年全国青少年校园足球四级联赛中,从29支全国顶尖高校强队中杀出重围,在风雨烈日下拼出了血性与韧性,斩获全国第六名。自2003年起,聊城大学累计发动20000余名学子报名西部计划,3634人奔赴祖国最需要的地方,形成了享誉全国的西部计划“聊大现象”。

从苗凯的孤身冲刺,到龙舟队桨叶翻飞、女足姑娘绿茵驰骋,再到志愿者在西部高原的默默坚守——一个人的坚持,最终汇聚成了一群人的信仰。正是这种“不问结果、只问耕耘”的沉潜,让聊大人在各自的“赛道”上,用同一种坚韧回应时代的召唤。

学科建设

从追赶者到攀登者

100米10.86秒、跳远6.56米、铅球13.53米……十项全能的赛场上,苗凯没有追求某一项的顶尖爆发,而是依靠十个项目的稳定输出均衡拿分,最终以领先第二名近300分的优势夺冠。

他不盲目跟跑、不走捷径,靠的是全面均衡的发展和日复一日的积累。

聊城大学的学科建设之路,同样如此。50多年前,学校从几排破旧平房起步,没有区位优势、没有顶级资源,但一代代聊大人咬定青山不放松,在日复一日的积累中积蓄力量。如今,工程学、计算机科学、材料科学、化学等7个学科入围ESI全球排名前1%,五个国家级科研平台落地生根。

数据的背后,是一场静悄悄的革命。学校以学部制改革打破学科壁垒,让资源沿着学术逻辑自由流动;将成果转化收益的95%划归团队,在职称评聘中强化社会服务权重——用制度创新激发内生动力,让每一位教师都成为

“逆袭”的参与者。

几代聊大人的夙愿,正在这场从追赶攀到攀登的跋涉中一步步变为现实。这是聊大战略定力的最好注脚:不盲从、不浮躁,聚焦优势、深耕特色,在看似重复的日常里蓄力前行,在年复一年的奋斗中静待花开。

国际视野

两洋两河 中国声音

被省队拒绝后,苗凯没有怨天尤人,而是选择了另一条路——潜心摸索、狠补短板。在老师的指导下,他对着视频一帧一帧抠动作;没有保障条件,为了不给父母增添负担,同时支撑自己耗资不菲的全能训练,他把训练日常拍成短视频,用微薄的收入补贴梦想与生活。

不是所有的路都有人铺好,起步晚、条件差,从来不是放弃的理由。

拥有国际视野的聊城大学,同样在“不被看好”中走出了自己的路。学校深耕“两洋两河”战略——太平洋岛国、大洋洲、大运河与黄河研究异军突起,享誉全国。中国—太平洋岛国应对气候变化合作中心等国家级平台落地聊大,成为我国气候外交的重要智库和桥梁。在太平洋岛国研究领域,聊城大学已成为国内具有影响力的学术重镇,相关学者多次受邀参加联合国气候变化大会,在国际舞台上贡献聊大智慧、发出中国声音。

没有区位优势,就深耕“两洋两河”;没有先天资源,就用制度创新激发内生动力。聊城大学用战略定力证明:不在核心区位、起步相对较晚,同样可以在细分领域做到不可替代——这是聊大的“十项全能”,每一项都从零起步,每一项都咬牙追赶,最终在综合赛场上赢得属于自己的位置。

对于未来,苗凯的目标清晰而坚定:站上全运会的赛场,与专业运动员同场竞技。苗凯在赛道上跑出了“不认命”的加速度,而聊城大学,正以同样的韧性与定力,在高等教育的赛道上完成属于自己的历史性跨越。起步晚,从来不是枷锁;长久的坚持,才是逆袭最大的底气。当千万人的光芒汇聚,照亮的便是一所大学的未来。千日蛰伏,青春一跃天地宽;五十载扎根,聊大从此后来居上。



苗凯站在领奖台上



第24届全国大学生田径锦标赛

The 24th National College Student Athletics Championship