

跑道之上，跳绳飞舞

栗晨阳（机电 2402，本科生）

“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金”，每一次跳跃，都是向自我的挑战。在晓明研究室第一届跳绳锦标赛上，杨辉小腿虽受伤但仍未停步。汗洒绳间，以坚持为锚，这种坚持不懈的毅力，不惧疼痛的勇气，是他开班两周来最大的收获。



照片 1 负伤跳绳的杨辉

跬步不休，终抵千里

刘佳淇（电气 2406，本科生）

跑过每一天的晨跑，上午跑和下午跑，我积累了从未想象过的公里数。我坚信，只要认真培养自己这份“步履未停”的恒心，持续耕耘，纵使未来征途漫漫、荆棘遍布，也定能跨越山海，在终点处遇见那个历经淬炼而愈发沉静、强大的自己。跑步时每一步都不会白跑，每一份坚持也终将有回响。



照片 2 全速冲刺的同学们

破阻前行，逐光向学

王家蕾（数科 2403，本科生）

在暑假培训期间，摸索是每日必备的修行。培训生们在代码报错时反复核对参数、对着流程图一遍遍推演逻辑，直到某个节点突然通透。试验中每一次调试的卡顿，都是靠近真相的信号。那些在调试中磨出的耐心，在阻塞中炼出的韧性，连同讲师们传递的严谨与谦逊，都成了比知识本身更重要的收获。相信经过一个多月的打磨与沉淀，我们将成就更强大的自己。



照片 3 专注考核的培训生们

暑期培训的 Q 与 A

Q1：研究室的考核次数密集吗？为什么要这样安排呢？

A1：密集。这样安排可以使同学们及时发现自己的不足之处，也可以给讲师们一个很好的信息反馈，去调整教学安排。

Q2：研究室是怎样保证培训生有一个很好的身体素质去进行培训的？

A2：（1）要求培训生每天早上 6：00 开始，进行 40min 的晨练；

（2）定期对培训生进行体制考核，考核的方式有跳绳，800m/1000m 长跑以及莱格尔跑等；

（3）保证培训生充足的睡眠，要求每个培训生晚 10：00 休息。一个人只有拥有了强健的体魄，才能更好、更远地发展。