

北京跳水全运制霸

□ 王太闹

张家齐一“跳”惊人

在这次全运会上，北京跳水队最闪耀的明星当属13岁的小将张家齐。在与掌敏洁配对夺得女子双人10米台后，小家齐又在女子单人10米跳台决赛中展现出超强的实力，以427.45分、领先第二名31.3分的优势夺金，可谓一“跳”惊人。作为中国跳水梦之队的重点培养对象，小家齐将肩负起在2020年东京奥运会为中国跳台创造佳绩的重任。

据北京跳水队领队余俭介绍，张家齐小时候曾在少儿跳水俱乐部训练，2011年入选北京队，2014年就跻身一线队。去年，张家齐开始参加全国比赛，很快就以“黑马”的姿态获得了全国冠军赛女子单人10米跳台冠军。凭借着出色表现，她于去年底入选了国家队。经过在国家队的一番“精雕细琢”，她的技术稳定性提高了不少。今年的全国冠军赛，她再度力压奥运冠军任茜、世锦赛冠军司雅杰等名将，成功卫冕。

今年，首次登上全运会赛场，张家齐的表现依旧出色。在8月22日进行的女子双人10米跳台决赛中，她与同为13岁的上海小将掌敏洁搭档，一举击败该项目世锦赛冠军司雅杰/任茜而获得冠军，拿到自己的首枚全运会金牌。仅休息了一天，张家齐又参加了女子单人10米跳台比赛。在半决赛中，她就以第一名的身份晋级决赛。决赛中，她第一跳便占据头名位置。最后一个动作，她跳出了92.80的全场最高分。最终轻松斩获本届全运会第二枚金牌。

“拿到冠军很兴奋，很开心。这枚金牌意味着几年的辛苦没有白费。”张家齐在赛后接受采访时说话



第13届全运会在天津激战正酣，北京体育代表团在开赛首周就捷报频传。在这一枚枚金牌中，北京跳水队的贡献最大，斩获4金3铜，可谓全运制霸。登上冠军领奖台的不仅有奥运冠军林跃、曹缘，也有初露锋芒的“00后”小将张家齐等，显示出了北京跳水的强大实力和充实的后备力量。



仍像个孩子，“这场比赛，距离我的最好成绩还差一点，今天我第四跳的动作水花有点扑出来了，其他动作没问题。”

对于能够在全运会上击败去年里约奥运会冠军任茜等名将，张家齐认为，这是因为自己年龄小，身体尚未发育，所以水花压得比较好，比较占优势。当然，她也明白，这次全运会只是她职业生涯大赛的开始，后面还有更多世界大赛等待她去挑战。“全运会赢了，不代表我以后都能赢。今后还有好多场比赛，我要做的就是跳好自己的动作，跳出最好的自己，不管其他的事。”张家齐说。

北京跳水崛起绝非偶然

8月28日，全运会跳水比赛全部结束，北京跳水队凭借老中青三代运动员的出色表现，斩获4金3铜。其实，跳水在过去并非北京代表团的优势项目，相比广东、上海等省市，实力有明显差距。

不过，从2008年北京奥运会开始，中国跳水队夺得奥运冠军的选手中，次次都有北京运动员的身影。北京市体育局局长孙学才在张家齐拿到女子单人10米台冠军后直言：“北京跳水队是北京竞技体育的又一支梦之队。”北京跳水队领队余俭坦言，北京跳水的崛起绝非偶然，这是全队不拘一格选拔人才、重视青少年后备力量的培养和运动员、教练员共同努力的结果。

北京跳水队近年来的崛起要从两次夺得奥运会冠军的林跃开始说起。这名26岁的“老将”来自广东潮州，10岁来到北京，先在清华跳水队训练，后来被北京队看中，于2004年注册成为北京运动员。除了两枚奥运会金牌之外，他还在2009年的山东全运会、2013年的辽宁全运会和本届全运会上，获得多枚金牌，堪称北京跳水队的领军人物。

在老大哥林跃的带领下，奥运会男子跳板冠军曹缘也开始了快速成长。曹缘算是北京跳水队从小培养出的出色运动员，他最初在北京体育馆路的一家跳水俱乐部训练，

后被北京队教练选中。

余俭透露，北京跳水队近几年的选材都是从跳水俱乐部开始的，也会去分散在全市范围内的体操俱乐部去发掘和选拔有天赋的运动员改行练习跳水，因为这两个运动有很大的相通性。这次在天津全运会上绽放光芒的张家齐最初就曾短暂练习过体操，后开始改练跳水，取得了意想不到的好成绩。

在选拔出有潜质的好苗子的情况下，北京跳水队坚持对优秀运动员因材施教，确保他们以最佳的身体和心理状态出战比赛。

拿林跃来说，这次在天津，他一人夺得1金2铜（金牌为男子个人全能，铜牌为男子双人10米台以及男子团体）。作为一名已在运动生涯末期的全运会“四朝元老”，林跃还能保持如此高水平的竞技状态，其恩师王霄松功不可没。王霄松是林跃当年在清华跳水队时的教练，对林跃的身体状态非常了解，因此在训练中采用适度的训练量，确保老将不会受伤。师徒二人相互信任，默契配合，让林跃的运动巅峰保持得更长。

22岁的曹缘则是个悟性强、天赋高、心地单纯的大男孩，对很多事情的认知不像同龄人那么复杂。为了帮助他调整赛时心理，北京市体育科学研究所做了不少辅助工作，科研所的老师经常为他进行心理疏导，进行面对面交流，确保曹缘能克服心理波动，发挥出训练水平。

13岁的张家齐去年首次亮相全国比赛，便在全国冠军赛中以黑马姿态获得女子单人10米跳台金牌，今年又蝉联冠军，并于去年年底入选了国家队。年少成名的她很快有了骄傲自满的苗头。为了让小家齐继续将精力放在日常训练中，北京队安排寇萌萌教练每天紧盯张家齐，从技术和精神两个方面入手，帮助张家齐健康成长。

在老中青三代跳水运动员的努力下，北京跳水队走上了一条迅速崛起的快速路。全运会只是检验日常训练成果的舞台，未来，期待更多来自北京的跳水名将在奥运会和世锦赛的舞台上绽放光芒。