

在一次次入水的水花中、一次次拥抱的笑容里从“跟跑”走向“领跑” 中国跳水，不是“天生”强大

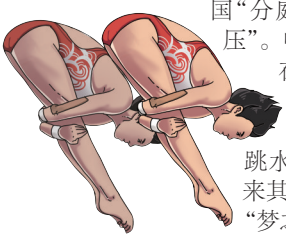
曹缘、谢思埸、杨昊、练俊杰、王宗源、全红婵、陈芋汐、陈艺文……第十五届全国运动会跳水赛场群星璀璨。“拿着全运会的门票，看了奥运级别的比赛。”网友的这句点评，十分到位。

在很多年轻观众甚至是小跳水队员看来，中国跳水好像“天生”强大，似乎跳水就该像中国运动员这样去跳。但事实并非如此，自中国队1984年重返夏季奥运会后，美国队和中国队就以不同流派并存于世界跳 waters。

2025



1992



1992年的巴塞罗那奥运会上，新华社体育记者就曾发稿思考过这样一个问题：世界跳水的两大流派何时融合？

如今，这个问题已被时间赋予答案。

1988年汉城奥运会女子3米板冠军、初代“跳水女皇”高敏记得，国际上曾举办过苏美中德四国跳水对抗赛，从那时跳水界的四国“分庭抗礼”，到如今中国队的“实力碾压”。中国跳水达到了难度和美感的统一，在国际跳水舞台上，也完成了从“跟跑”到“领跑”的转变。

昔日跳水名将、十五运会广东跳水队领队凌海婵也深刻感受到，多年来其他国家和地区的运动员对中国跳水“梦之队”的仰望，让她倍感骄傲和自豪。

A 时间是最好的答案

这种由技术到气质的全面超越，离不开数十年体系化的积累。本届全运会跳水赛场边，教练员几乎人手一台平板电脑，完整录下自己队员的每一跳，选手每次上岸后都能第一时间回看自己的动作细节，发现不足。

许多受访教练员表示，随着国家综合实力提升和科技进步，我国在技术分析、运动医学、康复医学等多领域皆有突破，训练方法、运动理念也更加先进科学，这为跳水乃至更多项目的发展进步，提供了强大支撑。

赛场内外、领奖台上、跳水池边，老将们带伤坚持的拼搏精神、“老带新”组合的无私传承、“10后”新星的无畏、对手之间的真诚祝福、场上场下的团结氛围，让记者数

度动容。中国跳水所传承的，正是这些无声的精神力量。

当然，竞技体育任何一项比拼都不只是运动员的角力。十五运会每场跳水赛前，都会语音播报裁判信息，时常能听到“国际级裁判”的头衔。在里约奥运会女子双人10米台冠军刘蕙瑕看来，中国跳水的国际地位，离不开一代代跳水人各种形式的努力和付出。

中国首位跳水奥运冠军周继红在2021年当选国际泳联副主席，成为该组织历史上首位女性副主席；奥运冠军郭晶晶、李娜在巴黎奥运会期间担任跳水项目轮值裁判长；“奥运五冠王”陈若琳退役后进入了国际泳联跳水技术委员会，多次在国际大赛中担任裁判长……

B 让自信引领世界

的中国方案。中国教练和技术专家活跃在多个国家（和地区）和国际组织中，他们不仅传授经验，也积极参与规则制定和项目推广。可以说，中国跳水的领先，不只是赢在赛场，更在于为全球体育治理贡献了智慧与力量。

这一贡献，也让中国体育在奥林匹克舞台上展现出新的角色——既是竞技层面的领跑者，也是体育治理和理念传播的积极参与者。从跳水项目的持续领先到体育科技、训练体系的全球共享，中国体育正在以更加开放、自信的姿态，为奥林匹克运动的可持续

续发展注入新的动力。

当被问及如今怎么看待世界跳水格局，远在墨西哥的马进用微信向记者回复道：“中国跳水正在引领着世界水平往前走。现在个别项目也有挑战者向金牌发起冲击，体育的魅力就是在不断竞争中，走向‘更快、更高、更强——更团结’。”

中国跳水的故事，在一次次入水的水花中、一次次拥抱的笑容里，被世界讲述，被时代传扬。

新华社广州11月12日电

1988



跳水也成为中国连接世界的桥梁。

中国教练马进在墨西哥执教22年，为墨西哥跳水注入了先进理念和技术，被誉为墨西哥跳水界的“教母”，让跳水项目成为中墨体育合作的典范。

在高敏看来，我国高水平教练赴海外任教，他们培养出的运动员获得国际认可，也提升了中国跳水的全球影响力。

如今，中国跳水的影响早已超越奖牌本身。无论是训练理念、裁判标准，还是青训体系的建设，都在为世界跳水运动提供可借鉴

栏目矩阵 | 社会热点 环球人物 天下大观 案里案外 往事春秋 史海揭秘 人文地理 一起追剧 轶闻趣史 健康指南 养生保健 生活权益 老年生活 烟火人间 文博天地

读友报

陪您细说时光 慢品生活



欢迎订阅

2026年度《读友报》

邮局征订热线：11185

订户咨询热线：0931-8151656



扫码订阅

邮发代号：53-95