

# 凯旋

## 巴黎奥运会特别报道



7月26日,中国体育代表团在开幕式上。  
新华社记者 郭昱 摄



7月26日,中国体育代表团(右)在开幕式上。当日,第33届夏季奥林匹克运动会开幕式在法国巴黎举行。新华社记者 任正来 摄

# 巴黎奥运会 开幕

## 海南姑娘陈艺文 征战巴黎 竞逐“双冠”



陈艺文

7月27日凌晨,2024年巴黎奥运会开幕。海南姑娘、中国国家跳水队队员陈艺文首次出征奥运会,参加跳水女子双人3米板、女子单人3米跳板的冠军角逐,有望夺取“双冠”,期待绽放巴黎。

陈艺文,1999年出生于海口,2008年赴广东接受跳水训练,开启跳水生涯;2016年进入中国国家跳水队。通过顽强拼搏、日复一日地训练,陈艺文逐渐崭露头角,并多次斩获跳水世锦赛、世界杯冠军。

南国都市报记者 王洪旭  
实习生陈龙

### 争夺首金 “只要队友在身边就会很安心”

7月27日下午5点,陈艺文、昌雅妮将参加巴黎奥运会跳水女子双人3米板决赛。这是她们第一次奥运会,大家都期待着“温文尔雅”夺金,闪耀巴黎,为国争光。

“我们很期待!”陈艺文的父母虽然不能前往法国巴黎现场观看女儿比赛,但他们一直关注着赛程,并邀请了亲戚到海口家中,一起观看陈艺文的赛事直播。

在东京奥运会该项目冠军施廷懋/王涵退役后,陈艺文/昌雅妮搭档多次斩获世锦赛、世界杯冠军,成为中国女子3米板新的领军人物。

“我还是很相信我们两个人的,肯定会有一点点紧张,但只要队友在身边就会很安心。”出征巴黎前,陈艺文接受媒体采访时坦言会感到紧张,但非常相信两人的实力。

### 日复一日训练 “相信自己可以有更大成就”

走板、起跳、转体、入水……所有的动作一气呵成,出水后,陈艺文第一时间关注跳水池边的大屏回放,看自己的动作是否标准和到位。

2023年11月17日,南国都市报记

者前往北京,在国家体育总局训练局跳水馆见证了陈艺文艰苦训练的时光,并在其训练结束后对其进行了专访。

当时,陈艺文正在积极备战2023年全国跳水锦标赛(武汉站)暨巴黎奥运会、多哈世锦赛选拔赛,在争夺全国冠军的同时,还要全力争取代表国家队征战多哈世锦赛和巴黎奥运会的资格。

在武汉站的比赛中,陈艺文表现亮眼,夺得“双冠”。其中,在女子3米板决赛中,陈艺文以367.05分的成绩获得冠军;女子双人3米板决赛中,陈艺文和国家队队友昌雅妮以335.88分获得冠军。

清澈的跳水池,水面波纹荡漾,除了运动员入水激起的水花,还有专用于破坏水面张力和引导入水点的喷水。在那个室外气温有些寒冷的下午,跳水馆内温度30多度,湿度也挺大,站在跳水池边,仿佛置身于海南夏季的海滩,听着“刷刷刷”的水声,一会儿就汗流浹背,而这样环境正好适合运动员们训练。

陈艺文和队友们,一遍一遍地训练着,分别在1米跳板、3米跳板等位置训练不同的动作,教练员坐在跳水池边的椅子上,细心观察着运动员的每一次跳跃,并适时进行指导。

十六年来,陈艺文日复一日训练,让每一块肌肉都形成记忆。陈艺文坦言:“跳水挺枯燥的,每天都是同样的行程,几乎同样的训练计划,这么多年来主要

靠坚持,我相信自己,相信自己可以有更大的成就。”

### 调节心态 “跳出更好的自己”

站在跳板上与站在领奖台上,是不一样的感觉。陈艺文说:“我还是更喜欢站在领奖台上,但是站在跳板上,完成并享受整个比赛的过程,对我来说也有不一样的意义。”

在谈及如何备战巴黎奥运会时,陈艺文表示,首先是防伤防病,保持健康的身体才能更好地备战;其次,做好心态调节,迎战每一场大赛。

追光的人,终会光芒万丈。进入2024年,陈艺文的发挥稳定,又斩获多个冠军。今年6月,国家体育总局游泳运动管理中心公示2024年巴黎奥运会跳水队队员名单,陈艺文顺利入选。

对于如何应对巴黎奥运会比赛,陈艺文接受采访时表示,面对奥运会这样的大赛事肯定会很紧张,也会很激动,将用平常心去对待,稳定住自己的情绪,“跳出更好的自己,希望在技术上和分数上有所突破。”

“一往无前,勇敢追梦,巴黎圆梦!”“取得自己满意的成绩,享受成长过程的每一个瞬间”……在网络平台上,网友们纷纷给陈艺文送上祝福。