



■1984年洛杉矶奥运会领奖台上的周继红。

她,是中国第一位跳水奥运冠军

她,缔造了“跳水梦之队”的传奇,执掌中国跳水队27年,率队拿到300多枚金牌

她,力排众议带全红婵出征东京奥运会

周继红退休 谁有望接任?

1984年替补参赛摘得金牌

1971年,6岁的周继红进入武汉业余体校练习体操。有了这个项目的基础,当12岁的她改练跳水时,凭借过人的天赋和努力不断攀升,并在4年后进入中国跳水国家队。

1983年,周继红摘得世界杯女子跳台冠军。只是由于表现不够稳定,原本她并没有入选1984年洛杉矶奥运会的参赛名单。不过,命运就是有很多巧合,队友的意外受伤,使得周继红替补进入奥运阵容。为了缓解大赛的压力,她每

天通过绣花来调节自己,并不断暗示“我能行”。

当年8月10日,19岁的周继红表现堪称完美,她以435.51分摘得洛杉矶奥运会女子10米跳台冠军,这是中国跳水队在奥运赛场的第一枚金牌。正是这枚金牌,为日后的“跳水梦之队”打下坚实基础。

1986年,周继红因伤退役,同年9月进入北京大学英语系学习。1990年,周继红在毕业后担任国家跳水队教练员。

铁腕治军铸就“梦之队”辉煌

1998年,中国跳水队重建,33岁的周继红出任领队。由于当时采用领队负责制,周继红实际上就是跳水队的总教练。从此时起,中国跳水便正式进入了“周继红时代”。

从2000年悉尼奥运会的5金5银,到2024年巴黎奥运会包揽8金,周继红掌舵的中国跳水队,用46枚奥运金牌向全世界宣告,中国跳水的“梦之

队”称谓真的当之无愧。

27年来,中国跳水队人才辈出,郭晶晶、田亮、胡佳、何姿、吴敏霞、何冲、林跃、曹缘、谢思埸、陈艾森、王宗源、全红婵、陈芋汐等名将不断涌现,他们取得的成绩,离不开周继红的培养和栽培。

作为中国体育界任职时间最长的国家队统帅,周继红用铁腕治军的方式,塑造了这支队伍。周继红说:“国家跳水队这么多大腕,如果没有严格的管理措施,根本没法管理。一旦放松,队伍的凝聚力和战斗力会迅速崩塌。”

国际泳联首位女性副主席

除了管理中国跳水队之外,周继红还广泛参与到各类国际跳水事务中,为跳水运动在全球的发展贡献自己的力量。

1997年,在周继红成为国家游泳队领队之前,她就成为了国际泳联运动员委员会委员。此后,周继红先后当选跳水技术委员会委员、跳水技术委员会副主席、运动员委员会主席、国际泳联执委。2021年,56岁的周继红当选国际泳联副主席,这是该组织历史上的首位女

性副主席。

对中国跳水来说,周继红在国际泳联的任职,使中国跳水在规则制定和技术标准讨论中拥有了直接参与权。例如,她曾推动国际泳联调整裁判评分机制,减少主观因素对比赛结果的影响,这可以更好地保证跳水比赛的公平性。在周继红的带动下,郭晶晶、李娜等人在退役后都作为技术官员继续活跃在跳水界。去年的巴黎奥运会上,郭晶晶和李娜就担任轮值裁判长。

争议

纪律严明 田亮曾被周继红开除

周继红的管理以纪律严明著称,对于纪律与服从的要求,在周继红这里几乎没有讨论的空间,任何人违反队规都会被严肃处理。在跳水队,甚至流传着“周继红打个喷嚏,泳池都要起浪花”的说法。

周继红铁腕管理的最典型案例就是“开除田亮”。2005年1月,田亮因频繁参与商业活动、私自签约经纪公司且长期未归队训练,被周继红以“违反队规”为由清退出国家跳水队,引发舆论哗然。对此,田亮的粉丝指责其“打压功臣”,而支持者则认为周继红维护了队伍纪律。即便争议不断,周继红始终强调:“队伍的团结和纪律高于个人利益。”正是在周继红的强硬态度下,田亮就此画上了国家队生涯的句号。

后来在回顾这段往事时,周继红表示她从后悔开除田亮。“在那样的时期,我也是没有办法,必须要这么处理,我知道田亮的粉丝难以接受,但我不得不这么做,”周继红认为,成绩绝非一切的护身符,“如果有了成绩就膨胀、想干嘛就干嘛,那么还能成为一个优秀的集体吗?能继续不断地提高吗?”

周继红的铁腕管理为跳水队奠定了“金牌流水线”的根基。2021年,周继红力排众议带只有14岁的全红婵出征东京奥运会,并为其安排陈若琳作为教练,助力其拿到金牌。而在全红婵拿到东京奥运会10米台金牌之后,周继红又说出了“全红婵可能一个月后什么都不是”的言论,用这种方式劝诫全红婵不能骄傲自满。在周继红的指点下,全红婵已然成为中国跳水队的新一代中流砥柱。

展望

后周继红时代 中国跳水队谁来掌舵

2021年东京奥运会上,中国跳水队拿到了7枚金牌。彼时,周继红便表示,她的目标是在巴黎奥运会上包揽跳水比赛的全部金牌。去年夏天,跳水队实现了周继红的目标,取得了8金2银1铜的绝佳成绩。

今年2月,周继红便交出了跳水队的教鞭,但这个消息直到本周三才正式对外宣布。消息一出,外界也纷纷猜测跳水队的新掌门会是谁。有人猜测,郭晶晶、吴敏霞和熊倪是最有可能的人选,但也有人认为,周继红的爱徒陈若琳会成为周继红的接棒者。

不过,周继红的退休,也可能让中国跳水队改变管理模式。因为中国跳水队长期没有总教练,领队就是队伍的头号负责人,等于周继红是以行政人员的身份带队训练。在周继红退休后,中国跳水队也许会选择一名更符合现代化训练体系的人出任总教练,而不是再让某个人“行政训练一肩挑”。

声音

陈若琳(奥运冠军):可能是觉得没有目标了,觉得什么都拿过了缺少动力,最后还是周领队把我给骂醒了。

吴敏霞(奥运冠军):每当犹豫不决时,都是周领队给予我鼓励,如果不是她,我肯定熬不到四个奥运周期。

张朝阳(央视记者):东京奥运会之前,我觉得,游泳队里相信全红婵能拿冠军的,大概只有周领队一个人。

周继红

Zhou Jihong
籍贯:湖北武汉
生日:1965.1.11
身高:156cm
个人成绩:1984年洛杉矶奥运会10米台金牌

周继红时代中国跳水队奥运奖牌榜

时间 举办地 成绩

2000 悉尼 5金5银0铜

2004 雅典 6金2银1铜

2008 北京 7金1银3铜

2012 伦敦 6金3银1铜

2016 里约 7金2银1铜

2021 东京 7金5银0铜

2024 巴黎 8金2银1铜

■陈若琳教练与全红婵。