

广东健儿闪耀巴黎

陈艺文:挣扎过后,坚定向前

巴黎奥运女子3米板,第三跳她的压力最大

在2024巴黎奥运会跳水女子3米板决赛中,今年25岁的广东选手陈艺文以376.00的总分夺冠,实现了中国队该项目的奥运十连冠,加上此前和队友昌雅妮夺得女子双人3米板金牌,陈艺文首次参加奥运会便夺得两枚金牌,夺冠后回到广东,陈艺文在广东省二沙体育训练中心的跳水馆接受了羊城晚报记者采访,讲述了她和跳水运动千丝万缕的情缘。

乐跳水。”陈艺文回忆道。

2021年全运会,陈艺文在女子3米板项目中击败王涵夺冠。进入巴黎奥运周期,陈艺文持续成长,不断收获单人与双人项目冠军。2022年世锦赛,陈艺文站上3米板的最高领奖台,2023年世锦赛,陈艺文蝉联了冠军。和金牌一起到来的,便是延续荣耀的重任,变成中国跳水队女子3米板项目的领军人物后,陈艺文的内心开始焦虑:“没有完全适应这个身份的转变,我的内心可以说非常挣扎,一度想过不干嘛,毕竟以当时的心态很难想象自己可以撑下去。”

感觉很多人在盯着自己,陈艺文的内心特别疲惫:“感觉所有人都在关注自己,所以想赢怕输,整天都很焦虑,在心理上被折磨。”陈艺文深知竞技体育道路的艰难:“跳水就是这样,全套5个动作我已经练习了10年,但每个阶段都有不同问题,补了这个洞,新问题又出来了。”

2022年底因为伤病,陈艺文回到了广东队进行康复。直面自己的负面情绪后,陈艺文坚定了走下去的决心。

临时决定,一拍即合

相信很多观众对巴黎奥运会陈艺文夺得女子3米板金牌的那一幕印象深刻,在颁奖典礼陈艺文跃上最高领奖台时,高举双手,做出迎接全场欢呼的姿势,亚军澳大利亚选手基尼和季军昌雅妮在两边摆出了欢迎的手势,三人相视而笑,场面温馨,令人难忘。陈艺文告诉记者:“其实那个动作并不是提前设计好的,是颁奖前三个人临时决定的。”三人一拍即合,在颁奖仪式上完成了这一庆祝动作。

温馨逗趣的背后,很少有人知道,其实在单人比赛中,陈艺文的压力很大:“我的单人决赛前一天,王宗源在比赛的第五跳出现失误,这让我有一点警惕。我们是同一个教练,我对他非常熟悉,

陈艺文
羊城晚报记者 钟振彬 摄

陈艺文(中)、昌雅妮(右)和基尼(左)在领奖台上 新华社发

他可能是太过紧张,没有完全放开。这让我去思考,提醒自己不能保守,必须放手去拼。”

在单人决赛中,队友昌雅妮出现失误,排名暂时落后,这枚金牌的压力全部落到陈艺文的肩上。“在过去的单人比赛中,如果我们其中一方出现失误,那另一个人一定要扛起争金的重任。所

以当时昌雅妮的失误让我紧张了一下,压力都是无形的。我的第三跳压力最大。”再次回忆比赛的细节,陈艺文如释重负。

展望明年的十五运会,陈艺文希望自己能更进一步:“上一届我是双人铜牌。希望自己这次能够有更好的突破。”

羊城晚报记者 龙希

随着珠江啤酒·2024广东省男子篮球联赛球王赛在近期正式落下帷幕,广东省男子篮球联赛正式走过了发展的第十个年头。2015年5月,首届广东省联赛在东莞市开幕,广东也成为国内首个拥有主客场赛制的省级业余篮球联赛的省份。

在广东省联赛圆满走过十年征程之际,作为广东省联赛10年发展变迁的亲历者和见证者,广东省篮球协会副秘书长、裁委会主任陈新键教授最大的感触是:如今广东省联赛的热度是全体广东篮球人共同努力的结果,也是在广东所有篮球爱好者共同呵护下成长起来的优秀平台。

“以竞赛改革为抓手,以提高竞赛质量为导向,强化裁判队伍建设。”裁判队伍建设主要在“加强服务意识,规范管理程序,注重人才培养”等方面下功夫。

作为篮球竞赛的主体之一,裁判员的执裁质量直接影响竞赛平台的质量,广东省篮球协会秘书长刘克军此前就曾多次强调,裁判队伍建设是篮球重中之重的核心工作,广东省联赛的成功离不开裁判队伍。

在陈新键看来,一个优秀裁判除了必须具备出色的执裁能力,更重要的是加强服务意识。

“裁判员在场上做出的一切判罚都要为比赛能够顺利圆满服务,判罚必须有理有据。树立了服务的

意识和服务标准后,裁判员也不能忘记规则和规程赋予其‘比赛管理者’的职能,要合理合法地管理比赛,正确地指引比赛。”

十年间,总计有113名裁判员和技术代表,4236人次执裁了1059场比赛,他们十年如一日为省联赛的公平竞赛保驾护航。

他们强烈的服

务意识,积极主动、敢于担当、准确稳定的临场作风,确保了十年比赛“精彩、激烈、客观、有序”;他们在执裁质量和裁判公信力上赢得了省市各级领导、广大球迷和媒体的高度认可和信任。同时,通过省联赛的竞赛平台,促进裁判队伍的技术水平和综合能力的快速提高,也为全省各地市培养了大量骨干裁判,其中有33名裁判员从这里培养并晋升为国家级裁判。

在创办之初,省联赛就定

下基调——用专业思路办好业余比赛,这一思路体现在裁判工作中,就是“执行规则、树立正气、赢得尊重”的执裁理念。

“从第一届广东省联赛至今,裁判团队确立这一执裁理念从未变过,每一个上场的裁判员都在为践行这个理念贡献自己的智慧,在工作中坚持‘不偏、不找、不调、不错’的执裁原则,在广东省联赛这个竞赛平台里面展示自己的能力和水平,去赢得大家的信赖和尊重。我们的裁判员来自全省各地,在自己本职工作上都干得很出色,他们平时投身在各行各业为自己的事业奋斗,工作非常繁忙。但每次在组织召集时,他们克服各种困难,不计较个人得失,积极投身到裁判工作当中,为联赛更好发展不遗余力,竭尽所能,努力为观众们创造职业比赛氛围。我很感谢这个同心合力的团队,能跟这么一群优秀的人一起工作感到很荣幸!”陈新键说。

实际运作中,广东省联赛

裁判队伍的建设也有着严

格的准入和淘汰制度,用一句

概括,那便是“有推荐必选

拔、有选拔必淘汰、有淘汰必帮

扶”的裁判员晋升原则,“裁判

员的队伍必须始终保持活力,

我们在努力为年轻裁判提

供展示自己能力的机会的同

时,也促进了资深裁判员不断学

习跟上时代,广东省联赛的裁

判员队伍是老中青结合在一

起的,这样才能更好地为做好

服务。”陈新键说。

作为完整经历过10年发展

变迁的见证者,陈新键回忆起

10年前首届广东省联赛举办

的艰难依然历历在目,10年间

广东省联赛从业余慢慢变得规

范和专业的过程也让他感慨万

千。“一开始并不是每一个地市

都能在专业的场馆内进行比

赛,有一些城市的主场都是露天

的,在这些城市办比赛经常会遇

到下雨的情况,那时要赶紧想怎

么让比赛安全落地。如今我们每

一场比

赛都能在专业场馆内举行,每

一场比

赛的台前幕后都

有非常多的从业人员为之付

出,今年四强比赛还引进录像

回看设备,观众的体验感非常

强,联赛十年来的发展变化是

巨大的。”

在首届广东省联赛开始

时,陈新键曾说出豪言壮语:

“我们裁判员的水平要高出运

动队的水平两个层次,我们完



陈新键 羊城晚报记者 柳诚 摄

全有能力执裁、管理好比赛。”

但随着时间推移,这种差距变

得越来越小,到现在,陈新键觉

得运动队的整体水平已经追平

裁判员的水平,甚至有着要超

越的趋势。“从这个角度来说,

省联赛越办越好,也反过来促

进了广东省裁判队伍的建设

和发展。”这种改进不仅体现在场

上,在10年里,广东省篮协通过

省联赛的竞赛为抓手,促进了全

省21个篮协的正常运作,而高

水平裁判员无疑对地市篮球

协会发展、篮球运动的发展有

着重要作用。

陈新键回忆,从前全省的

高级别裁判员主要集中在珠

三角地区,在广东省联赛创办

初期,全省21个地市中只有8

个城市拥有国家级裁判员,广

东省篮协在出台相应的帮扶

办法后,经过几年努力,广东

省已经有15个地市有了国家

级裁判员,如今这一数字还在

持续增长,陈新键希望,在不

久的将来,广东的国家级裁判

可以实现对全省21个地市的

全覆盖。

当下,新媒体平台的发

展对裁判员的执裁能力提出了

更高的要求。在陈新键看来,

新媒体的发展尽管为裁判员

的工作带来一定压力,但也能

更好地促进裁判员的水平和能

力持续发展。”裁判员一直

都是在阳光下工作,临场准

确是我们的生命线,在省联赛执

裁过程中,广东裁判员将一直

贯彻公正客观的原则。群众

的眼睛是雪亮的,我们感谢社

会各界和参赛队伍信任我们、

包容我们,给了我们很好的执

裁环境;我们将不断提高业务

水平,更好地去服务比赛,服

务广东篮球。我们裁判团队

将在平凡的工作岗位中为广

东篮球的发展贡献裁判的力

量。”陈新键说。

羊城晚报记者 吕航

2024年9月25日/星期三/文娱体育部主编/责编 梁劲松 / 美编 陈日升 / 校对 刘博宇

《歌手2024》最大黑马携顶级松弛感行走歌坛

黄宣:我自己就是舞台!



《下一战歌手》中演绎新歌《Ghost Swing》

A “保持平常心,我做事情的内核不变”

说起黄宣,自然离不开《歌手2024》,这档现象级音乐综艺,让这位宝藏歌手走进更多人视野。

谈及《歌手2024》对自身生活和职业发展的影响,黄宣坦言,“影响当然有,比如我的演唱会门票秒杀售罄了。不过,其他的我觉得都是一样的。我现在蛮平常心的,不管是一千个人认识我,一千万个人认识我,还是一亿个人认识我,我在做的事情的本质是不变的,我的内核是不变的,我还是一样站在舞台上表演。不,我说错了,我根本不存在于什么舞台,因为我就是舞台!”

来到《下一战歌手》当标杆歌手,与登上《歌手2024》有何不同感受?

黄宣表示,心态上面当然是更加

B “私底下的我,比舞台上更疯狂”

除了独特的音乐风格,黄宣在《歌手2024》舞台上表现出来的松弛感,也让观众印象深刻。

掌握顶级松弛感的秘诀是什么?黄宣幽默又无厘头地表示:“首先,你先每天剥个头吧!”

黄宣在《歌手2024》里展现出的流利口条、周全的主持能力和答如流的应变能力,也让观众大呼惊喜,甚至认为他是串讲人的最佳人选之一。对此,黄宣表示自己真的没有刻意锻炼口才:“我的表达能力可能要感谢我妈妈,因为她是个老师。”

另外,不少歌迷好奇,黄宣私底下的状态是否和舞台上一样“打鸡血”?黄宣表示:“我私底下的状态其实比舞台上更疯!我身边的

好朋友都觉得舞台上的我已经是尽量在收敛了,真实状态拿出来恐怕更让大家觉得疯狂!我已经在收敛了,已经尽力而为了!”

接下来,黄宣在音乐上有什么大计划?

黄宣表示巡演之外,自己正在认真准备第三张专辑:“我有很多新的想法想要分享给大家,想要做一些融合的、新的音乐风格。我内心一直有想要跟大家分享音乐的渴望和热情。所以,不管大家最后喜欢这张新专辑也好,不喜欢也罢,我的投入和爱,我相信大家都

是会感受到的!”

不过