

大陸跳水金牌在志

在總教練「訓練中溶入競爭」的寶法下，被西方媒體認為是「東方特快車」的，陸跳隊以質量並進的方式，精益求精，有意讓世人刮目相看。

在西方媒體眼中，大陸跳水隊是「東方特快車」，短短幾年間從無到有，至今技擊國際頂峰，進步之速，令人訝異。永遠笑臉迎人的大陸跳水隊，是今年漢城奧運「最迷人」的隊伍，「最可怕」的對手，也是金牌志在必得的角逐者。奧運戰火即將點燃，大陸跳水隊如何備戰？

從六月十九日起，大陸奧運跳水隊就開拔到山東省體育中心，展開封閉式的系統訓練。

接近兩個月來，從陸上的模擬訓練到水上的實地訓練，從板台的規定動作到自選動作，從直體到轉體，跳水隊在教練團分頭把關下，作最嚴格的系統訓練。跳水隊總教練徐益民對訓練效果頗為滿意，他認為頂尖選手在動作質量上有改善，其他隊員的技術動作也有提高。訓練中溶入競爭本質，是徐益民的法寶。跳水隊在濟南的總部張貼兩張「大字報」，寫著：「紅旗選手評比條例」和「動作質量評比條例」。即使是星期的興趣訓練，也是以每組兩人，分組角逐，每一組成員分數相加，輸者受罰的方式來進行的。

迷人又可怕的對手！

許艷梅是大陸跳水隊的「金牌期望」。

徐益民很得意這套競爭訓練的成果，他說，如此既可提高隊員訓練的興趣，增強他們的榮譽感，又可使選手精益求精。

為了培養選手在比賽中抗干擾的心理平衡能力，模擬訓練時，徐益民甚至在旁邊叫邊用鐵條敲鐵杆，產生刺耳的噪音，「無所不用其極」加大干擾力量，希望使選手心浮氣躁，沈不住氣。這個方法旨在增強隊員抗拒外界干擾的能力，是一個「心理戰略」。

誰是大陸跳水隊拿金牌的「愛司」？十六歲的許艷梅是跳台跳水的贏家，她曾被美國游泳雜誌評為年度最佳跳水運動員；此外，十四歲的陳曉丹也能挑大樑，有這兩張王牌在手，大陸認為今年奧運的女子跳台跳水金牌，十拿九穩。跳板跳水上，高敏是另一個金牌期待。今年四月，她在三公尺跳板跳水上，成為第一位超越六百分的女選手，享譽國際，是漢城奧運最受矚目的奪牌明星。看來，今年的八八奧運，大陸跳水隊這輛東方特快車駛至漢城，是有意讓世人刮目相看了。

本報記者 陳麗卿

