

“神秘之师”惊人一跳

金国香为朝鲜夺得喀山世锦赛首金

击水喀山

金国香是谁？上届冠军司雅杰还没回过神来，16岁的朝鲜姑娘金国香已完成10米跳台上的最后一跳，难度系数为3.2的5253B（向后翻腾两周半转体一周半屈体），征服了现场所有人，裁判给出了惊人的91.20分。紧随其后出场的司雅杰和任茜，骤然“压力山大”，而将金牌拱手让出。

小将横空出世

金国香的这枚金牌，对朝鲜队而言非比寻常。站在最高领奖台上，望着国旗冉冉升起，她吟唱起朝鲜国歌，热泪盈眶。一名喀山大学的中国志愿者感慨，“这泪水让我想起了当年朝鲜男足郑大世令人动容的画面。”赛后，她告诉记者，“我回国后，全国人民都会来迎接我、祝贺我。”

朝鲜跳水队是一支神秘之师。金国香的横空出世令人另眼相看，这是她职业生涯第一次参加国际赛事，在喀山，金国香同搭档已经获得了一枚女双10米台铜牌。

训练仅有四年

16岁的金国香坦言，自己从12

岁开始接受跳水训练，每天练5小时。她还透露，作为高中生，她每天都上文化课。

仅仅接受4年专业训练，就能在首次世界大赛中站上最高领奖台，这的确令人刮目相看。更何况，眼前的她，黑黑瘦瘦，个子1.50米还不到，比边上14岁的银牌得主任茜还矮半个头。发布会结束后，无论是俄罗斯、意大利还是其他国家的记者，都对她有些疑惑。

偶像是陈若琳

金国香坦言，自己的偶像是陈若琳，但没想到这次偶像没有参赛。她的下一个目标是在里约奥运会上续写奇迹，“如果下一次陈若琳参赛，我一定会竭尽全力。”

中国跳水“梦之队”再丢一金，成为喀山世锦赛的大冷门。中国队领队周继红赛后显得比较平静，“这和我赛前预测的一样。女子10米台是一个黑马频出的项目，我原本就预测这枚金牌不好拿。”此外，该项目的淘汰率非常高，运动员更新换代的速度非常快。不知道，金国香未来是否会成为中国女子10米台的长期对手。

特派记者 陶邢莹
(本报喀山今日电)



■金国香夺冠后喜极而泣

本版图片 新华社

戴利昨登世锦赛冠军台

不靠颜值拼实力

昨天，戴利和女队友登上世锦赛混合全能决赛的最高领奖台，他在10米跳台上的优异表现，不得不使人联想到两天后的男子单人10米台比赛，戴利是冠军最有力的争夺者。

戴利是个神童，13岁时他是欧锦赛最年轻的冠军，14岁时是英国队最年轻的奥运选手，15岁时已成为英国历史上最年轻的世界冠军。伦敦奥运会，戴利获得了一枚宝贵的铜牌。但在英国人看来，这枚铜牌堪比金牌，因为谁都知道，要击败中国人几乎是不可能完成的任务。

为了里约奥运，戴利向中国运动员看齐，也成了“跳水机器”。每周，他要上11堂陆上训练课和11



堂水上训练课，还要接受一次芭蕾训练。早饭只吃蛋白、菠菜，午餐是鸡肉，晚餐是三文鱼和蔬菜。每天都是一样的食谱。他的体脂比只有6%，一般正常的健康男人维持在14%到18%。“最大的牺牲，是我失去了自由，我远离朋友，远离酒精，当大家还在泡吧社交时，我22点前必须入睡。”这是戴利的训练状态。

现在的戴利，训练刻苦认真，他的下一个目标是在10米台单人项目上击败中国运动员。如果说，6年前戴利登上世锦赛最高领奖台时还懵懵懂懂，那么6年后的他已经很清楚，自己跳水生涯最需要的是什么——靠的不是颜值，而是实力。

特派记者 陶邢莹
(本报喀山今日电)

唯有刻苦才会成功

喀山喀水

中国跳水梦之队三金旁落，成为本届喀山世锦赛最大新闻。

记得刚开赛时，“中国队拿冠军很容易”的标题，出现在官网。而最近几天，从意大利30岁老将卡格诺托，到英国神童戴利，再到朝鲜新人金国香，他们的大幅照片，登上了当地报纸的头版头条。

在施廷懋同吴敏霞搭档获得女子双人3米板冠军后，有外国记者问施廷懋，为什么中国队拿冠军很容易？施廷懋答：“每天早上从6点到晚上7点，我们一天训练13个小时。”在这篇“中国队拿冠军很容易”的文章中，施廷懋的回答成了中国队夺冠的秘密。次日，陈若琳夺得女子双人10米台冠军，外国记者又问她，“你还有没有私人时间？”久经沙场的陈若琳——道来自己的业余生活，“看电影、逛

街，我还喜欢画画，正在学习素描。每周有4个晚上要上文化课。”语气轻松自如。

也难为中国跳水梦之队了，昔日成绩太过辉煌，外媒的问题有时充满一种莫名的敌意。而今，中国队丢了三枚金牌，外媒显得无比兴奋。

可事实是，那几位从中国队身上抢走金牌的，无不通过刻苦训练而取得好成绩。最典型的要属戴利，远离社交圈，不敢吃快餐……伦敦奥运时他还说中国队是“跳水机器”，而现在自己已进入刻苦模式。

世上没有唾手可得的冠军，不刻苦训练、不执著追求，怎会苦尽甘来？连俄罗斯花游女皇都说，“即使我们领先别人一大截，但我们依旧每天训练10小时，这是我们成功的秘诀。”

脚踏实地，勇攀高峰，这才是体育精神的诠释。

陶邢莹

更正

因工作疏漏，本报昨日A22版《以微笑示人 用眼神交流》一文中配图文字有误，应为“藤木麻佑子与爱徒孙文雅”。特此致歉！

本报文体新闻中心



扫一扫添加新民体育微信公众账号

暑假来临 切勿让近视成为孩子人生的“绊脚石”

新民传媒携手相关机构为广大读者送上爱眼科普活动

◆叶晓雯

近年来，我国青少年近视患者日益增多，且呈低龄化趋势发展。一旦患上近视，迄今为止国际上尚没有一种方法可以根治，孩子的近视度数还会以每年50-150度的速度增长。而林林总总的近视矫治产品，却让家长和学生在近视矫治的误区中越陷越深，花了许多冤枉钱不说，还延误了最佳矫治时间，最终让孩子终生与眼镜为伴。

青少年近视该不该戴眼镜 成年后手术是否行得通？

对于已经近视的孩子，不管戴不戴眼镜，近视度数都会增加。为什么戴上眼镜，近视度数还是会加深呢？近视是看远能力低下，戴上眼镜矫正，能提升看远的能力，但同时，看近的时候却产生了过度的调节，比不戴眼镜更费力了。因此，长时间戴近视眼镜，过度调节也会使近视度数不断加深。

还有一部分家长把希望都寄托在孩子长大后手术治疗上，这也是错误的观念。如果不将孩子的近视度数控制住，任凭度数增加，会导致角膜曲率增长，不仅延误了近视干预的最佳时期，并且一成为高度近视，就会出现各种眼底病变，这是手术也无法解决的，甚至因为相关并发症，连手术的机会也都失去了。

了解近视眼 科学治近视

科学证明，近视是由于长期近距离用眼而造成的，人眼在看近时的调节紧张与集合转动是形成近视的主要原因。普通眼镜虽然满足了近视患者的日常生活，但学生在配戴近视镜读书时反倒加重了调节与集合，从而不得不每年更换更高度数的眼镜。

很多家长迷信于部分仪器与训练，因难以长期坚持，其效果又容易被再次长时间用眼疲劳所抵消的不足。结果是仪器买了一大堆，度数依然年年增长。

还有部分家长将希望寄托在激光手术上，殊不知激光手术只适用于18岁以上视力稳定2年的近视人群。即使成年后年龄条件达到了，但随着度数的增长，高度近视产生的并发症以及角膜的变化，很多人已经不能够手术或术后难以达到理想的效果。

关爱青少年视力健康 我们在行动！

每年寒暑假都是孩子近视度数增长最快的时期，很多学生沉迷于电子产品，一个假期下来度数就增长100多度。暑假来临，家长切勿错过为孩子矫治近视的最佳时间。为此，新民传媒携手相关机构送上“关爱视力健康·点亮心灵之窗”爱眼、护眼科普活动，本市8-18岁近视学生及家长均可报名参加。前50名报名的孩子可获得价值168元的“智能视力防护仪”一台，所有评估项目不收费。

活动信息

活动主题：了解近视眼 科学治近视

活动内容：智能坐姿矫正器及《预防近视卫生健康知识手册》免费领取、免费9项专业评估、非手术矫治技术展示、专业一对一视力评估指导

适应人群：8-18岁，近视度数1000度以内，散光300度以内

报名方式：拨打新民健康热线021-52921348，或编辑短信“矫正+姓名+联系方式”发送至18001960966

报名截止日期：2015年8月5日（周日）17:00

特别提醒：参加活动学生必须由家长陪同