

# 中国艺术体操： 把“美”练成实力

本报记者 刘 晓

近日，2026年艺术体操世界挑战杯北京站在国家体育馆落下帷幕。主场作战的中国艺术体操队收获4金4银，交出了亮眼的成绩单。

巴黎奥运会上，中国艺术体操队在集体项目中实现历史性突破，首夺奥运会金牌。进入洛杉矶奥运周期后，队伍面临阵容调整和规则变化，更多年轻队员走到台前。检验成套、磨合阵容、查找问题、展示风采……通过本次比赛，中国艺术体操队完成了一次重要的阶段性检验。



中国队在集体项目3圈2棒决赛中。

新华社记者 谢 晗摄

## 新阵容，延续竞争力

艺术体操世界挑战杯是世界体操联合会赛事体系中的重要国际赛事。本届比赛，中国队在集体项目中表现突出，先后夺得集体全能、5球项目和3圈2棒三个项目的冠军。

成绩背后，是新阵容的持续磨合。巴黎奥运会夺冠后，中国队集体项目阵容发生调整，郭崎琪、黄张嘉洋、郝婷3位老将退役，“留守”的王澜静、丁欣怡与蒲彦竹、张馨艺、刘妙婷、赵婉竹等队员组成新组合。

随着阵容的调整，巴黎奥运会时队中年龄最小的王澜静，如今已成为新组合里的“老队员”。谈及角色变化，王澜静说：“现在上来的4位队友虽然说是新人，但其实我们都是同龄人，彼此之间很容易沟通。在角色转换的过程中会遇到不同的成长问题，但也会一直努力有新的突破。”

对年轻队员来说，与奥运冠军队友合作也是学习的过程。张馨艺说，王澜静、丁欣怡经验比较丰富，“包括在赛场上的判断、处理问题的方式等，都是我继续提高的地方”。

事实上，这套新阵容并非初露锋芒。2025年世锦赛上，中国队收获一金一铜；进入2026赛季，又在世界杯索菲亚站夺得5球单项金牌，并在塔什干站包揽集体项目三金。

奥运冠军的荣耀已成过去。新的周期中，队伍需要重新适应新的成套、新的对手和新的竞赛节奏。洛杉矶奥运会周期，集体项目器械组合由5圈、3带2球改为5球、3圈2棒，再加上新评分规则的实施，中国队需要在难度、完成质量和艺术表现之间找到新的平衡。

丁欣怡说，奥运夺冠已经过去很久，现在更多要着眼当下，为今年的世锦赛和下一届奥运会资格做好准备。王澜静也表示，今年最大的目标就是争取拿到洛杉矶奥运会的门票。

今年8月，艺术体操世锦赛将在德国法兰克福举行。按照规则，集体项目全能资格赛排名前3的国家/地区奥委会，将直接获得洛杉矶奥运会集体项目席位。

## 新面孔，有上佳表现

艺术体操被称为“毯上芭蕾”，融合了音乐、舞蹈、器械，展现身体之美。同时，这也是一项对细节要求极高的竞技运动，一个抛接的落点、一次转体的质量、一组配合的节奏，都可能影响最终得分。

在个人项目中，15岁的王淇是本站比赛中国队的重要收获。刚刚升入成年组的她在比赛中夺得个人全能冠军，并在4个单项中全部获得银牌。首次参加成年组比赛，王淇感受

到更高水平竞争带来的压力。“成年组是更高的一个台阶，大家竞争非常激烈，需要准备更高难度和高质量的节目。”她说。

赛场上的王淇，也展现出鲜活的一面，在比赛结束后多次亲吻器械。她说，每次比完赛，如果成功完成，自己会很开心，“器械就像自己的伙伴一样”。

巴黎奥运会上，王子露曾帮助中国艺术体操在个人项目上实现突破。本站比赛，王子露受到身体状况影响，获得个人全能第四名，后因身体不适退出单项决赛。

艺术体操的“美”并不是简单的外在呈现，它来自长期训练形成的身体控制，来自队员之间反复磨合出的默契，也来自在紧张比赛中完成细节的能力。

赵婉竹说，集体比赛两个项目的细节不一样，每个人的出手也不一样，“每一套动作、每一个细节都会有不同的问题”。她说，队伍平时会针对这些问题进行大量训练，也会不断复盘和总结，逐渐形成比较稳定的成套表现。

## 新周期，从主场出发

本次比赛在国家体育馆举行。对中国艺术体操来说，这座场馆有着特殊意义。

2008年北京奥运会，中国艺术体操队曾在这里夺得集体全能银牌，实

现奥运奖牌突破。18年后，艺术体操国际赛事再次来到北京，中国队已经从当年的突破者，成长为集体项目的世界强队。

过去几个周期，从《霍元甲》《敦煌》到《凤鸣凌霄》，中国艺术体操不断尝试把中国传统文化元素转化为国际赛场上的艺术语言。本赛季，中国队的成套编排也延续了这一特点。集体项目中，一套以中国传统文化为底色，讲述李清照的故事；另一套则融合国际流行元素，展现更现代、更开放的艺术风格。

除了现役队员，几名退役冠军也以新的身份参与到本次赛事中。黄张嘉洋担任“赛事推广大使”和解说员。她说，过去作为运动员，更多关注的是训练和比赛；退役后再回到赛场，才看到一场国际赛事背后有大量组织、保障和服务工作，每一个环节都需要大家投入与用心。

郭崎琪同样参与了赛事推广。她说，艺术体操帮助孩子更自信、更外向，也能很好地锻炼形体和基本运动协调能力。无论未来是否走上专业道路，接触艺术体操本身都会给孩子带来积极影响。

北京站之后，中国队还将参加7月的世界杯米兰站和8月的世锦赛。进入新周期的中国艺术体操，正在把“美”的优势，继续转化为世界赛场上的竞争力。

## 世界杯观察

世界杯上从来不乏精彩。看台上的国旗、球衣上的纹饰、比赛用球的设计、球迷脸上的油彩……都会成为比赛的一部分。多年以后，我们未必记得一届赛事的全部过程，却可能记住某支球队的球衣颜色、看台上涌动的浪潮。

当然，世界杯留下的不只是视觉上的颜色。

世界杯有很多“亮色”的瞬间。它明亮、直接，让人相信足球世界里确实有童话存在。梅西还在刷新纪录，姆巴佩还在追赶历史……巨星的每一次进球，都像在给足球运动的时间轴继续增加刻度。

它也会让原本不在聚光灯下的球队被世界看见。第一次参加世界杯的佛得角，先后逼平西班牙和乌拉圭，40岁的门将沃齐尼亚成了这支球队最鲜明的面孔：职业生涯并不显赫，却守住了一个小国被看见的机会。他的母亲错过首秀、后来赶到现场的细节，更为这段故事增添了亲情的温度。

库拉索、刚果（金）、乌兹别克斯坦……那些过去从未或很少出现在世界杯故事里的名字，在这个舞台上留下了自己的篇章。弱队可以成为黑马，老将可以续写传奇，寂寂无名的人也有机会赢得全世界的注视。这些瞬间会留在我们的记忆里，塑造我们对足球的情感，也塑造我们对体育的理解。

当然，越是盛大的舞台，越不可能完全摆脱现实世界的阴影。

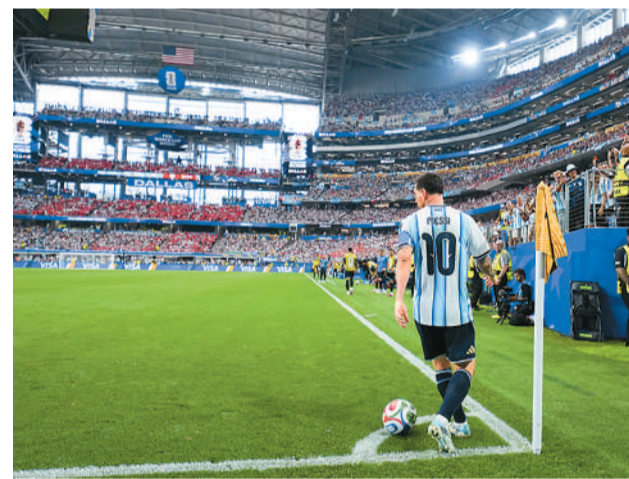
伊朗队在洛杉矶踢完与比利时队的比赛后，在更衣室里留下了一封手写信。信中感谢洛杉矶的接待，感谢伊朗球迷的支持，也写下了“和平、尊重与友谊”的愿望。由于签证和停留限制，伊朗队本届世界杯期间不得不频繁往返墨西哥和美国，部分随队人员和官员遭到拒签。球场上，队员们为出线拼尽全力，但在球场之外，战争、身份和争议，并不会因为一声哨响就暂时消失。

足球之所以动人，或许正因为它从来不只有一种色彩。

亮色，是那些被照亮的瞬间，是进球、纪录、奔跑；暗色，是那些无法被忽略的背景，是战争与政治，是伤痛与隔离，是体育无法单独解决、却又不断被体育带到公众面前的现实。它让我们为光亮欢呼，也提醒我们看见阴影。

## 世界杯的色彩

立 风



梅西在比赛中。

新华社记者 贾浩成摄

## 全国游泳冠军赛诞生多项纪录 中国游泳 游出新速度

孙龙飞 闫思齐

浙江杭州奥体中心游泳馆里，水花翻腾，欢呼声此起彼伏。近一周内，亚洲纪录、全国纪录、赛会纪录等好成绩接连在此诞生，书写着中国游泳的新速度。

6月21日，为期6天的2026年全国游泳冠军赛在杭州落幕。作为今年爱知一名古屋亚运会游泳项目的选拔赛之一，来自30支队伍的500余名游泳健儿展开激烈竞争，多名选手游出个人最佳成绩。

——刷新纪录，找到自己的节奏。

30岁的浙江队名将徐嘉余在男子50米仰泳决赛中游出23秒92，超过日本队运动员古贺淳也2009年创造的亚洲纪录，也成为亚洲首位在该项目游进24秒的运动员。

“这是一个里程碑，我突破了巅峰时期的自己。”曾蝉联男子100米仰泳世锦赛冠军的徐嘉余，是目前中国男子仰泳项目的领军人物。随着年龄增长，他减少低效训练，增加身体恢复时间，让训练更科学化、高质量。“外界期待和压力随成绩起伏，我还是得沉下心，保持低调，踏实前进。”徐嘉余说。

同晚，20岁的浙江队选手余依婷以2分06秒82的成绩刷新女子200米个人混合泳亚洲纪录，弥补了3年前杭州亚运会在同一片泳池里未能打破亚洲纪录的遗憾。“今天没想太多结果，更在意过程。”余依婷回顾，“赛前的热身准备、每个50米的分段，每一步都做得挺好。”

200米混合泳项目包含4种泳姿，要求速度与耐力兼备，考验运动员的综合能力。去年，该项目成为余依婷的“心魔”，紧绷的心态导致她迟迟没能提升成绩。今年，她改变思维和训练模式，用200米混合泳带动每个泳姿，很快取得成效，并在冠军赛提前实现了年度目标。“好成绩都是靠训练积累出来的。”余依婷说，“做好过程，结果不会差。”

男子蝶泳赛场，成绩同样令人振奋。天津队选手王长浩以23秒21刷新自己保持的男子50米蝶泳全国纪录。山东队选手徐放以50秒73打破了由李朱濠在2017年创造的男子100米蝶泳全国纪录。“中国男子蝶泳需要以更快的速度去追赶世界水平，希望有更多年轻人游出更好成绩。”李朱濠说。

——突破自我，追求卓越步履不停。

32岁的浙江队选手汪顺夺得男子200米、400米个人混合泳双冠，他用实力证明年龄并未限制自己。在主项200米个人混合泳上，汪顺今年给自己定下三步走目标，从3月的全

国锦标赛到此役，他不断提高，期待亚运会更进一步。

江苏队名将张雨霏夺得女子50米、100米蝶泳双冠，并打破女子50米赛会纪录。作为奥运冠军，她在新周期选择重新出发，今年更换了教练、尝试了新的训练方式，一切都在适应、磨合。她对自己的高标准和严格要求始终没变，她希望接近自己的最好成绩、突破最好成绩、达到世界前三水准。“漫漫前路，我会努力一步一步来。”张雨霏说。

——新星亮眼，梯队潜力尽显。

不满14岁的河北队小将于子迪近年来在国内外赛场崭露头角，这次在女子200米蝶泳、200米混合泳、400米自由泳、混合泳等个人项目中斩获3金1银，综合能力突出。男子200米仰泳决赛，18岁的北京队小将宋伯睿游出1分57秒50的个人最好成绩，以0.05秒的优势战胜徐嘉余站上最高领奖台。江苏队小将董志豪在男子100米蛙泳游出58秒57夺得冠军，大幅刷新个人最好成绩。山东队选手张展硕虽身体不适应依旧发挥亮眼，摘得男子200米、400米自由泳金牌，并在100米自由泳刷新个人最佳成绩。女子200米蛙泳决赛，00后、10后小将同场竞技，梯队潜力尽显。



## 水中精灵

近日，2026年世界泳联花样游泳世界杯超级总决赛在加拿大多伦多举行。

上图：女子双人自由自选决赛中，中国组合徐汇妍/林彦君获得金牌。

左图：集体技巧自选决赛中，中国队获得金牌。

李海涛摄(新华社发)