

陈芋汐当选世界泳联年度最佳女子跳水运动员

树立女子10米台全球标杆

奥运会2金2银，游泳世锦赛9金1银，跳水世界杯22金1银……对20岁的陈芋汐来说，能让她去继续期待的、与跳水选手身份相关的“第一次”已着实不多了。而就在2025年的尾声，在首度当选为世界泳联年度最佳女子跳水运动员后，陈芋汐成功地把这一空间继续压缩。

本版撰稿 本报记者 章丽倩

跳水统治力延续 解锁新的“第一次”

今年10月，世界泳联公布了2025年度的最佳男子、女子跳水运动员入围名单，并开启投票。而在两个多月后，这一悬念迎来揭晓答案的时刻：陈芋汐当选为2025年度世界泳联最佳女子跳水运动员，最佳男子跳水运动员的荣誉则属于卡西尔·鲁索（澳大利亚）。

尽管陈芋汐扬名已久，当下的洛杉矶周期已是她的第三个奥运周期，但说到获得世界泳联的该年度奖项，这却是陈芋汐的第一次。在从2015年至2025年的十届评选中（2020年因疫情暂停评选），如果说世界泳联年度最佳男子跳水运动员的荣誉角逐，还存在归属于中国选手还是外国选手悬念的话，那世界泳联年度最佳女子跳水运动员的荣誉，就是牢不可破的“中国专利”。

2015年至2021年（除未评选的2020年），都是施廷懋稳稳地获此殊荣。2022年和2023年，陈芋汐当选为世界泳联年度最佳女子跳水运动员，2024年，该荣誉光环花落全红婵，而等到2025年——陈芋汐迎来了属于自己的突破时刻。

2025赛季，无论是难得尝鲜的混合团体项目，还是作为主项的女子10米跳台的单人和双人项目，陈芋汐在跳水世界杯系列赛中七战全胜。其中，她在5月初于北京举行的跳水世界杯超级总决赛上，更是顶住了高频率出场的压力，一举赢得女子单人10

米跳台、女子双人10米跳台和混合团体三项冠军。

等到今年夏天的新加坡游泳世锦赛，陈芋汐再次三线作战。通过自身实力和与队友的配合，最终，她不仅包揽了女子单人10米跳台、女子双人10米跳台、混合团体这三个项目的冠军，将自己的游泳世锦赛金牌数量累加到“9”，还成为了首位世锦赛女子单人10米跳台“四冠王”。

世界泳联如此评价陈芋汐的2025赛季：中国跳水队的统治力体现地尤为明显。陈芋汐继续在女子10米台项目上树立全球标杆。

世界泳联的年度评选结果由公众投票和委员会投票相结合的方式产生。入围2025年度世界泳联最佳女子跳水运动员评选名单的选手共有五位，她们分别是来自中国的陈芋汐（跳台）和陈艺文（跳板），澳大利亚选手麦迪森·基尼（跳板），德国运动员保利娜·普法伊夫（跳台）和来自意大利的基娅拉·佩拉卡尼（跳板）。

在此次年度最佳男子跳水运动员的五人入围名单中，王宗源、曹缘榜上有名，不过，最终在该项评选中胜出的是澳大利亚选手卡西尔·鲁索。这是鲁索第二次获此荣誉，上一回是2023年，他在2023年和2025年的最亮眼表现，都是赢得了该年度游泳世锦赛男子单人10米跳台的冠军，并且今年他夺冠时还刷新了自己的职业最高分。



2025年7月31日，新加坡2025游泳世锦赛跳水女子10米跳台冠军中国选手陈芋汐在颁奖仪式后



实至名归少悬念 劳伦斯奖名单成提示

（游泳-加拿大）、阿丽娜·萨巴伦卡（网球-白俄罗斯）、西德尼·莱弗隆（田径-美国）、梅丽莎·伍登（田径-美国）、费斯·基普耶冈（田径-肯尼亚）、艾贾·威尔逊（篮球-美国）、艾塔娜·邦马蒂（足球-西班牙）、斯米蒂·曼丹娜（板球-印度）、波利娜·普雷沃（公路自行车-法国）和费德里卡·布里尼奥内（高山滑雪-意大利）。

劳伦斯世界体育奖和世界泳联的年度评选虽无直接关联，但就进入候选范围的难度来说，前者无疑更加“千军万马过独木桥”。新一届劳伦斯世界体育奖的评选工作已于12月启动，目前正处于从建议名单向正式提名名单过渡的环节，在之前已公布的年度最佳女运动员的建议名单中，陈芋汐是双重独苗——既是中国独苗，也是跳水项目的独苗。

实际上，即便把新一届劳伦斯世界体育奖的六个奖项板块都算上，能进入后续评选“射程范围”的跳水选手也仅陈芋汐一位。所以说，她能在更加垂类的世界泳联的年度评选中拿到最佳女子跳水运动员奖，这真是实至名归，没多大悬念。

在此次劳伦斯世界体育奖年度最佳女运动员奖的建议名单中，共有12人上榜，除陈芋汐外她们分别是凯蒂·莱德基（游泳-美国）、萨默·麦金托什

（游泳-加拿大）、阿丽娜·萨巴伦卡（网球-白俄罗斯）、西德尼·莱弗隆（田径-美国）、梅丽莎·伍登（田径-美国）、费斯·基普耶冈（田径-肯尼亚）、艾贾·威尔逊（篮球-美国）、艾塔娜·邦马蒂（足球-西班牙）、斯米蒂·曼丹娜（板球-印度）、波利娜·普雷沃（公路自行车-法国）和费德里卡·布里尼奥内（高山滑雪-意大利）。

劳伦斯世界体育奖把陈芋汐列入建议名单的理由是：“20岁的陈芋汐在新加坡游泳世锦赛斩获女子10米跳台金牌，并与搭档掌敏洁携手赢得女子双人10米台的冠军，同时这也是她在世锦赛该项目中的四连冠。随后，她在11月的全运会上包揽单人10米跳台和双人10米台两枚金牌。今年4月，陈芋汐在跳水世界杯墨西哥站和加拿大站连续收获金牌，展现了强大的竞争力。”

开“锁” 拥抱“短计划”

当洛杉矶奥运会于2028年7月开幕时，届时人们会在跳水赛场上再见到陈芋汐的身影吗？经过巴黎奥运会后这一一年多的调整，如今的陈芋汐已经有了更加开放的心态。

“会有展望，但同时不会把目光放得太长。首先争取明年的亚运会，然后逐步努力前进，至于能真正迈进到哪里，我觉得每一天都是挑战和坚持。”在参加完粤港澳全运会后，陈芋汐曾如此分享过自己的洛杉矶周期备战计划。这与她参加完巴黎奥运会后的真实心境已有了明显变化，“巴黎奥运会后我就没有再想过还能站上10米跳台了，那种压力让我想逃。”

陈芋汐在2025赛季中的表现非常出彩，她赢得了较往年更多的荣誉：国际赛场上，从游泳世锦赛到跳水世界杯，只要参赛都是金牌；而在国内的全运会赛场上，她也终于实现了对女子10米跳台单人和双人项目的包揽。

20岁的年纪之于女子跳台选手，其实已过了以往印象中的“黄金期”，但是——陈芋汐不想让年龄因素成为枷锁。“年龄确实带给我一些伤病，恢复也会变慢，我本来就不属于恢复速度特别快的运动员，但同时它也带给我经验，带给我成长的底气。所以，我

现在并不想把年龄作为一个限制……更多的还是想告诉自己，我可以的，我可以再坚持一下。”

粤港澳全运会的时候，陈芋汐戴着一对特别定制的钥匙造型的耳环参加了多场活动，那是一份来自家人的生日礼物。“这是我姐姐在奥运会后送我的生日礼物，象征着这把钥匙能打开我给自己上的‘锁’。从身体、心灵和思想各方面来说，我认为现在都已打开。”

之于包括陈芋汐在内的中国跳水的第一梯队，他们2026赛季的国际征程预计会从明年2月下旬的跳水世界杯加拿大蒙特利尔站开始。如无意外，陈芋汐届时仍将是中国跳水队在女子10米跳台上的主心骨，而剩下的悬念应该就在于——她的双人项目搭档会是谁？

2025赛季，从国际赛场到全运会，与陈芋汐合作双人项目的都是比她年长一岁的掌敏洁。此前，掌敏洁一直保持着跳台和跳板“双修”的状态，这一方面是为她争取到了更多参赛机会，但另一方面，来自伤病和恢复的压力也随之增加。是老将组合继续坚持，还是会有所新秀来创造新的可能呢？这会是下赛季女子10米跳台上的一大看点。

