

▼ 中国队球员刘雨希(左)在2026年国际足联U17女足世界杯E组第三轮对阵美国队比赛中射门。

图据新华社客户端

泸州双胞胎姐妹 闪耀U17女足世界杯赛场



与美国队一战，中国队球员庆祝进球。

图据新华社客户端

近日,2026国际足联U17女足世界杯在摩洛哥打响。在北京时间10月26日凌晨E组中国队对阵美国队的最后一轮争夺中,小将刘雨希连下两城,帮助中国队3:2获胜,三战全胜积9分,以小组第一身份晋级16强。

两人天赋早早展露

终场哨响,中国女足队员们相拥庆祝,土生土长的泸州人、双胞胎姐妹刘雨辰、刘雨希的温情互动亮眼。姐妹俩紧紧相拥,庆贺这场来之不易的胜利。远在泸州的启蒙教练、泸州市龙马潭区新民小学老师黄继建,也全程关注着两位爱徒的世界杯赛场表现。

新民小学是这对姐妹花足球梦想的起点。目睹刘雨希在世界杯赛场完成高

难度的“彩虹过人”破门,黄继建并不意外。他说,这一精彩发挥并非偶然,是刘雨希长期刻苦训练、敢于临场突破的成果。锻炼姐妹俩基本功、打磨赛场胆识的核心平台,正是学校常态化开展的“班级联赛”。

新民小学于2015年创建“全国青少年校园足球学校”。黄继建说:“学校也是泸州市女子足球后备人才培训基地,每年会定期组织开展校园‘班级联赛’活动,设置颠球比赛、足球‘一对一’挑战赛等游戏,实现以赛促学、以赛促练的目的。”

“班级联赛”让普通学生站上赛场实战历练,也让刘雨辰、刘雨希早早展露足球天赋,踏出逐梦绿茵的第一步。

黄继建回忆,姐妹俩在读二年级时被学校发掘,展现出过人的足球特质,不

惧身体对抗、敢于施展技术动作,双胞胎的天然默契更是让她们的赛场配合相得益彰。光鲜成绩的背后,是长年累月的坚持。从校园班级联赛起步,姐妹俩始终坚守热爱,克服伤病困扰、适应封闭集训与异地备战的节奏,彼此陪伴、相互鼓励,在日复一日的训练中稳步成长。

家人多年默默支持

凭借不懈努力,姐妹二人完成阶梯式成长,从校队一路跻身龙马潭区队、泸州市队、四川省队,最终入选中国U17女足国家队,创下泸州籍运动员携手征战U17女足世界杯的历史。

赛场绽放的底气,离不开家人多年的默默守护与支持。为备战赛事,姐妹俩常年封闭集训,与家人聚少离多。但母亲罗利从不苛求比赛胜负,每每通话只叮嘱她们专注赛场、保护身体、享受足球,用包容的陪伴为两个孩子筑牢后盾。

“虽然姐妹俩这次在世界杯上表现惊艳,但她们年纪尚小,职业生涯前路漫长,希望大家不要过度赞誉,给她们更宽松的成长空间。”罗利说。在她看来,突如其来的关注是荣誉也是负担,只希望女儿们不忘初心,正视不足、踏实前行。

对于两个女儿的未来,罗利始终抱着通透开放的心态,从未施加“必须踢出名堂”的压力。罗利说:“只要姐妹俩热爱足球、愿意坚持,家人便会一直全力支持。”在她眼中,足球淬炼出的坚韧、自律、拼搏与协作能力,是孩子一生的宝贵财富。

29日,中国队将与法国队争夺八强席位。其余三场比赛分别是尼日利亚队对阵墨西哥队、日本队对阵肯尼亚队、西班牙队对阵美国队。

川观新闻记者 陈宇 综合新华社

名古屋亚运会跳水比赛收获一金一银

自贡妹儿陈佳:20岁才进国家队,只想比好当下

9月27日,陈佳与陈艺文搭档夺得爱知·名古屋亚运会跳水项目女子双人3米板金牌,中国跳水队在该项目上实现亚运会七连冠。9月30日的女子单人3米板决赛,陈佳以10.6分之差摘得银牌。

10月19日,在训练间隙,来自四川的自贡妹儿陈佳接受了华西都市报、封面新闻记者采访。说起夺冠,她没有太多激动的表达,没有太多情绪起伏,只是淡淡地从亚运会选拔赛时那个“不满意的自己”讲起,再谈到备战后期,慢慢把状态找回来的自己。

“心里没底”上赛场

陈佳回忆,亚运会选拔赛时她的状态并不好,虽然入选了参赛阵容,但没有跳出训练中的正常水平。备战前半段,训练和成绩都不稳定,她也很焦虑,“心里没底,就这么去参加亚运会了。”备战后期,教练和她一起逐项查找问题、研究解决办法,她的状态才慢慢调整过来。

女子双人3米板决赛被安排在上午,不同于以往大赛决赛多在下午的惯例。“上午大家的调动差一些,双人配合没有问题,但我在动作处理上差了一些。”陈佳说,在后面的单人预赛中,她一跳一跳地去调整。

双人3米板决赛,陈艺文、陈佳五套动作全部排名第一,最终以328.56分夺冠。

双人赛场上的搭档,很快成为单人赛场上的对手。9月30日的单人决赛,陈



9月27日,名古屋亚运会女子双人3米板冠军中国选手陈佳(左)/陈艺文在颁奖仪式后合影。新华社记者 伍志尊 摄

佳前三跳领先,但第四跳仅得到60分,被陈艺文反超。最后一跳,她拿到全场最高分,但最终仍与金牌失之交臂。

在省队的10年

陈佳2004年出生于自贡。她第一次真正记住“水”,不是因为跳水。

三四岁时,她在老家玩耍,掉进一处水沟,身边没有大人,幸亏一位路过的阿姨将她捞起。父亲陈玉全得知后,决定让她学会游泳自救。后来,在自贡市跳水运动学校,启蒙教练李斗看中了她,建议她练跳水。陈玉全回忆,女儿的身体条件在众多选手中并不出众,但肯下“笨功夫”,每天反复练习跳跃、翻腾和入水。

自贡走出过不少跳水名将。陈佳说,小时候听得最多的是“跳水女皇”高敏的故事:“我2008年开始练跳水,那时

候高敏已经退役了,但她的传说还在流传。”2012年伦敦奥运会,陈佳和队友在食堂围着电视看另外一位四川名将胡亚丹比赛,陈佳坐在人群里想:要是有一天,电视里的人是我,也有一堆人坐在电视机前看我,会是什么感觉?

与许多年少成名的跳水运动员不同,陈佳进入国家队的时间较晚。2014年,她被输送到四川省队,这一练就是10年。直到2024年10月,陈佳才进入国家队,这一年她20岁。她说,随着年龄增长,自己的想法也在变化,“先是想努力,然后想放弃,再想努力、想放弃,到后面,是接受。”

省队教练的鞭策和父母的鼓励,一次次把陈佳拉回训练场。跳水本身带来的成就感,也让她舍不得离开。“站在训练场或是比赛场上,今天训练得很好,或者这场比赛跳得很好,那种成就感很

棒。”陈佳说,很享受这种感受。

进入国家队后,陈佳进步很快。2025年4月,她连续在世界杯墨西哥站、加拿大站夺得女子单人3米板冠军;一个月后,在北京国家游泳中心“水立方”进行的世界杯总决赛上,她最后一跳拿下全场最高分夺冠,3站比赛全部登顶。更重要的是,她结束了高敏1992年巴塞罗那奥运会夺冠之后,四川女子三米板33年无世界冠军的空白期,为四川跳水项目续写了新的篇章。

只想比好当下

状态好时,跳水运动员会有一种“怎么跳怎么有”的感觉。陈佳形容,有时一天的动作从走板到空中翻腾都很顺,“但是第二天就没有感觉了。”这种不确定性,她早已习惯。竞技体育最真实的一面,不是每天都能“怎么比怎么有”,而是感觉不好的时候,还得继续站上去。

眼下,冬训已经开始,陈佳首先要恢复动作。明年还有多站选拔赛、世界杯和世锦赛等着她。再往后看,是2028年的洛杉矶奥运会。谈到两年后的奥运会,她的回答很淡然:“现在暂时不会想两年后的奥运会,只想比好当下的比赛,一步一步来。”当下的安排,她列得很清楚:“最先想练好的,是最基础的东西,入水、基本功;再就是把心态调整好。”

华西都市报·封面新闻记者 车家竹