

2分10秒48创个人女子200米混合泳最差成绩 胖了五公斤 得了第四名 “小叶子”怎么了? 都是身体发育惹祸!

一败 压力太大

作为上海世锦赛和伦敦奥运会双料冠军,叶诗文在200米混合泳决赛上曾经创造过奇迹。当年只有15岁的叶诗文,在上海世锦赛上,前150米仅列第五的情况下,凭借最后50米的惊天逆袭,连续超越世界纪录保持者美国的库尔科斯、澳大利亚的莱斯等4位名将夺冠,令世界为之惊叹。而在去年的伦敦,叶诗文再度上演传奇,接连打破奥运会纪录,以2分07秒57夺冠。

当年震惊世界的小叶子,现在到哪儿去了?

在昨晨的比赛中,叶诗文仅游出了2分10秒48,这一结果比她在半决赛的成绩还要差。在半决赛上,叶诗文游出了2分09秒12,以这个成绩拿到一枚奖牌不成问题,然而,进入决赛,小叶子反倒退步了。

也许,匈牙利名将霍斯祖给叶诗文造成了巨大的心理压力。在预赛上,霍斯祖就名列第一;进入半决赛,霍斯祖游出2分08秒59,成绩仍比小叶子出色,排在首位。霍斯祖的良好状态,极大影响到了小叶子的状态,她一下子找不到感觉了。

“可能赛前太紧张了,从中午开始就

特别紧张。”叶诗文赛后说,“我一直都睡不着,压力太大了。一直都在想比赛的过程,已经在我脑子里过了无数遍。”

持续不断的焦虑让叶诗文的状态一下子一落千丈,“从仰泳开始,我就没有自信了。因为今天跳下去感觉特别不好,而我这个人又特别注重感觉。如果感觉好的话信心才会比较足一点,如果感觉不好就没有太多自信了”。

没有了自信的叶诗文在下水后的心气儿也出现了问题,赛后,她说的那句话正反映了当时的心态:“今天的水好凉啊!”

二败 猛女太多

给小叶子造成巨大压力的霍斯祖是来自匈牙利的老对手,由于在伦敦奥运会颗粒无收,正处当打之年的霍斯祖此番来到巴塞罗那,突然爆发,强势夺金。

昨天比赛最后50米自由泳是叶诗文的强项,虽然她尽力追赶,但还是先

落后差距过大,最后奋勇升至第四名。霍斯祖一路领先率先破壁,考斯特拿到银牌,铜牌被西班牙选手梅里亚获得,成绩是2分09秒45。而小叶子仅取得了第四名,这一成绩距离她蝉联冠军的梦想相差甚远,这也是她成名后参加世界大赛决赛的最差战绩。

霍斯祖凭借此役,重返女子200米混合泳巅峰。去年,霍斯祖曾经荣膺短池世界杯奖金王,在短池世锦赛上,她又获得100混和200蝶的冠军。

8月4日,霍斯祖将再度出击女子400米混合泳,对小叶子来说,她仍是一个巨大的威胁。

三败 状态太差

很多运动员在奥运周期结束后,都会患上“后奥运综合征”。比如当年在雅典奥运会后大红大紫的田亮,因为违纪被国家队开除;孙杨则在奥运会后,和师傅矛盾恶化,师徒反目;就连博尔特和菲尔普斯也在创造奇迹后,一度迷失自我,运动成绩明显下滑。

如今看来,叶诗文虽然没有出现上述如此强烈的反差,但是在奥运光环的笼罩下,小叶子的成绩已经出现了明显的下滑。按照小叶子自己的说法,“体重增加了,状态差了,现在只能恢复到奥运会七成的水平”。

“奥运会那时候,自己是比较巅峰的

状态,所以比得还不错。”叶诗文说,“现在的水平,我感觉只是当时的七八成。也可能是因为奥运会拿冠军之后,自己给自己的压力太大。”

伦敦奥运会后,只有16岁的叶诗文彻底成名了,她不得不应付各种活动,训练强度下降,系统训练受到一定的影响,再加上进入身体发育期,体重增加了5公斤。“胖了大概5公斤,我也不清楚为什么会这样,可能正好在发育期吧,又去了一趟国外。但其实还行,平时训练中没有什么影响。”叶诗文说,“今天的结果(第四名),挺遗憾的,但我也尽力了。我赛前想的是不管最后游第几

都好,只要自己尽力就可以了。”

当年,很多人在菲尔普斯状态一落千丈的时候,质疑他能否在世锦赛、奥运会上再创辉煌,菲尔普斯做出明智的选择。对叶诗文来说,又何尝不是如此?面对外界的质疑,最好的办法就是在8月4日,400米混合泳重新证明自己的实力,正如她自己说的那样,“我对自己有信心!”

昨晨,在巴塞罗那世锦赛的女子200米混合泳决赛中,叶诗文游出了最差成绩,仅名列第四,无缘奖牌。2分10秒48的成绩,甚至比她在半决赛(2分09秒12)还慢了1秒36。

是巴塞罗那的猛女太多,还是叶诗文不在状态?是奥运后的备战出现了问题,还是心理压力太大?17岁的叶诗文怎么突然发蔫了呢?

一年来,叶诗文遇到了身体发育的挑战:“胖了大概5公斤,我也不清楚为什么会这样,可能正好在发育期吧。”

自我总结

叶诗文:对不起教练 奥运会后长体重

赛后叶诗文坦言,对于结果,她有点失望。“虽然今天挺遗憾的,但是我自己尽力了,没想过是这个结果。我赛前就想,不管成绩多少,尽力就好。说实话,我是个非常相信自己感觉的人,感觉好时信心特别足,感觉不好就没有自信。我一下水就感觉不对,从仰泳开始就没有自信了,信心越来越差。”她说。

17岁的叶诗文正值身体发育期,她坦言体重的增加对自己造成不小的影响。“我在奥运会后身体发育,体重长了5公斤,虽然平时训练还好,但总是不如以前轻松。我现在的状态大概是奥运会时的七八成。”她说。

教练徐国义也没有责怪小叶子,而是对她说:“你不能太极端,太依赖自己的感觉。其实只要正常发挥水平,你就应该能够拿下的。不过没关系,这回你的压力转移到对手身上了,可以睡个踏实觉了。下一场比赛再努力吧。”

罗雪娟也在采访时表示,叶诗文还年轻,不必要求她每战必胜。 据《新闻晚报》

