

2025年9月5日 星期五 责编 余菲菲 投稿邮箱 aqwbyzsk@126.com

11岁朱一鸣：汗水浇铸双冠之路

轮滑鞋上的追风少年

□ 全媒体记者 程呈 通讯员 薛晓勇



朱一鸣比赛风采，照片由其母亲提供。

当同龄人还在玩耍嬉戏，他已将清晨的街道当作训练场；当奖牌挂满胸前，他磨破的护膝下是超越年龄的坚韧……怀宁11岁少年朱一鸣，用轮滑滑出别样童年，走出安庆，冲出安徽，滑向全国赛场。

热爱点燃轮上梦想

今年安徽省青少年“未来之星”阳光体育大会上，安庆小将们闪耀全场。怀宁县独秀小学的朱一鸣在轮滑项目中尽显王者风范，他脚踩轮滑鞋，轻松将自由式轮滑双鱼速度过桩和单脚速度过桩双项冠军收入囊中。

朱一鸣与轮滑的缘分始于幼儿园大班。母亲为了让他强身健体，带他体验了轮滑运动。当小小的他第一次穿着轮滑鞋颤巍巍地站起来，感受到脚下轮子滚动带来的速度感时，一种纯粹的快乐在他心中生根发芽。

这份最初的新奇，很快转化成了炽热的爱。朱一鸣常央求着母亲带他去广场、空地，穿着轮滑鞋自由追风。

敏锐地察觉到儿子这份不寻常的热爱与潜力，小学二年级时，母亲殷天然开始支持朱一鸣进行系统的专业训练。这意味着无忧无虑的“边玩边学”时光结束了，取而代之的是日复一日的艰苦锤炼。

每到周末，当同学们奔向游乐场、电视机前，朱一鸣总是准时出现在训练场上，训练馆的地板上浸透了他的汗水。

短短四五秒时间内要滑过20个桩，并且不撞倒一个桩“零失误”，速度过桩，胜负在毫厘之间。每一个微小的不足，都需要成百上千次的重复来修正。为了快0.1秒、稳一个桩，朱一鸣成百上千次打磨起跑、调整角度、强化核心。枯燥的

重复背后，是对“更快、更稳、更流畅”的极致追求。

轮滑场与文化课的双优生

正是这份远超前人的付出与坚持，让朱一鸣的轮滑技艺突飞猛进。自2022年起，他便开启了在安徽省内同龄组轮滑赛事的“冠军收割模式”。从6秒进步到4秒，他一次次刷新自己的个人最好成绩。

令人惊叹的是，这位在赛场上风驰电掣的“追风少年”，在学业上同样是一颗耀眼的星。他的文化课成绩始终稳定在班级前三名，如何平衡紧张的训练与繁重的学业，朱一鸣有着自己的“秘诀”。

“轮滑教会了我最重要的事，就是专注和高效。”朱一鸣说，训练的时候他不想别的，百分百投入，学习的时候也一样。长时间的体育训练，不仅没有影响他的学业，反而锻造了他远超同龄人的抗压能力、时间管理能力和顽强的意志品质。遇到难题不轻言放弃，遇到挫折也不会被轻易打倒。母亲评价道：“轮滑让他身上有超越年龄的沉稳和毅力，这在学习和运动中都给了他巨大的帮助。”

双冠加身，省内称雄并非终点。今年暑假，朱一鸣在母亲陪同下前往浙江，进行了为期两个月的高强度集训，目标直指下半年即将到来的两场全国性轮滑大赛。

“全国的高手更多，竞争会更激烈。”谈及未来更大的挑战，11岁的朱一鸣眼中没有畏惧，只有坚定的光芒。“我的偶像是浙江丽水轮滑运动员、全国冠军陈帅，目标是向他看齐，稳定自己的成绩并逐步提升。”

轮滑训练场上，始终有一个挥汗如雨、不知疲倦的小小身影。那双陪伴他征战四方的轮滑鞋，沾满了家乡的尘土，又将印上异乡的汗水。这位从安庆怀宁滑出的追风少年，必将在更大的舞台上，滑出属于他的速度与精彩！

如何培养孩子兴趣特长？

身处如今这个多元化的时代，孩子们在选择兴趣爱好时面临着五花八门的选择。他们可能对各种活动都表现出一定的兴趣，但究竟哪些才是他们真正热爱的，哪些又只是短暂的好奇呢？作为家长，可以通过掌握一些方法和技巧，帮助孩子找到并发展自己的兴趣与特长。

■ 提供学习资源

首先，家长要给孩子提供必要的学习资源。例如孩子很喜欢画画，那么家长可以为他们购买绘画工具和教材、报兴趣班、带他们参观画展等，帮助孩子提升相关技能。

■ 设立目标并及时鼓励

其次，家长可以与孩子一起设定一些具体、可衡量的小目标，例如学会完成一幅画作、弹奏一首曲子等。

每当孩子达到一个小目标时，家长都要及时给予肯定和表扬，从而增强他们的自信心和成就感。

■ 创造展示和交流的机会

最后，当孩子的技能达到一定的水平时，家长要为孩子创造展示和交流的机会。例如带孩子参加各类比赛、展览或演出等活动，让他们在实践中锻炼自己的能力，拓宽视野。

这些经历不仅能提升孩子的自信心和表达能力，还能帮助他们结识更多志同道合的朋友，共同进步。

帮助孩子找到自己的兴趣和特长是一个长期且富有挑战的过程，家长要有足够的耐心和智慧去引导孩子发掘自己的潜能和热爱。

通过参考以上的方法和技巧，相信每个孩子都能在成长的道路上找到属于自己的那片星空。

综合澎湃新闻、临安妇联等报道

