



扫码关注南国学堂

2026年10月30日 星期五 责编/陈大平 美编/李思思

倪艺珈在比赛中。(本版图片均为受访者提供)

玩出来的冠军!

三亚“10后”少女斩获多项全国OP帆船桂冠

开栏语

椰风拂过自贸港的成长热土,《少年派》今日与你相见。这里有少年逐梦赛场的飒爽身影,有身边榜样的暖心微光,更有每一位海南学子向上生长的鲜活故事。我们邀你一起发现身边闪光,把青春的脚步,踩成自贸港最动人的成长足迹。

「10后」帆船少女倪艺珈



一场邂逅,兴趣慢慢长成热爱

倪艺珈走上帆船这条路,并非从小立下远大志向。

生长在海边的她,初次接触帆船,只是夏令营里一次偶然的体验。小学二年级,学校开设帆船双优班,母亲高莉初衷只是希望孩子在大海之滨,从事与海洋有关的运动,便报了名,从未设想女儿会踏上竞技赛场。

真正的转变,发生在一次次赛事的颁奖台下。

“她嘴上不说羡慕,但每次颁奖,眼睛就紧巴巴地盯住领奖台上的小选手们,渴望自己也能登台领奖。”高莉回忆,刚参加比赛的头两年,倪艺珈的OP帆船成绩并不亮眼,长期处在中游水平。

为了补齐差距,每一堂训练课,倪艺珈都格外专注,尽心领会教练传授的新动作,转向、控船、绕标的每一个动作都力求标准完美;晚间复盘总结时,她的笔记写得满满当当,反复观看训练视频,寻找自己的技术漏洞。

盛夏烈日把皮肤晒得一层层蜕皮,冬日下海海水刺骨冰冷,海水泡烂了手掌、脚掌,无论冬夏,一有训练和比赛,都会随身携带许多药膏。常年训练,吃苦已是常态,这些,她都默默咬牙扛下。

功夫不负有心人。2023年的一场全国赛事上,倪艺珈斩获季军。第一次站上领奖台,真切的成就感扑面而来。这份最初的玩乐兴趣,逐渐沉淀成心底的热爱。

南京玄风帆船俱乐部主教练陈峰对倪艺珈十分了解,她大多利用寒、暑假和小长假集训,2025年征战16场国内外赛事,都由自己带队。在他看来,不服输、肯坚持,是倪艺珈身上最难得的特质。

“不少比赛开局她并不占优势,但她从不轻言放弃,时刻观察风摆、风区变

化,不断追赶超越对手,多次冲进赛前三,甚至拿下冠军。”陈峰说。

直面风浪,在博弈之中淬炼心性

无数个日夜的海上打磨,让倪艺珈习得一身驭帆本领,可大海,并不总是温柔。

小学三年级上学期,倪艺珈刚刚学习帆船半年,迎来了人生的第一场帆船赛事。彼时,海面突发极端大风天气,帆船意外倾覆,年幼的她无力扶正船体,只能独自漂浮海面等待救援,最后被救援船拖回岸边。

在此后的很长一段时间里,“大风”成了倪艺珈的软肋。只要教练随口一句“今天风比较大”,她就会瞬间僵在原地,默默落泪。

破局,来自赛场上一次又一次的自我证明。

在山东举办的一场学青会赛中,倪艺珈在预赛中表现平平,但在决赛的三轮对决中,三次率先冲过终点。

“赛场没有永远的顺风,人生没有固定的坦途,不到最后一秒,万事皆有可能。”一次次扬帆航行,倪艺珈慢慢读懂帆船运动的真谛。

2025年,倪艺珈迎来竞技水平的集中突破。她先后拿下全国帆船锦标赛、全国帆船冠军赛女子OP级甲组亚军,全国青少年帆船联赛多个分站赛冠军,并最终夺得全国青少年帆船联赛OP级女子组总决赛冠军,登顶中国青少年小水手积分榜女子少年组榜首。

凭借过硬实力,倪艺珈成功入选国家队,并在一场场国际赛场上,代表中国少年乘风破浪、展现风采。

看淡输赢,山海书桌皆为征途

浪里白条间,倪艺珈也渐渐读懂竞技的深意。

今年4月,在家乡三亚举办的第六届亚

沙会,成为她成长路上特殊的一课。在至关重要的最后一轮比拼中,倪艺珈因一处细微操作失误,最终与奖牌擦肩而过。

回到家中,倪艺珈反复回看比赛录像,反复拆解复盘失误。“我不怕输,但不能在同一个地方再摔一次。”倪艺珈说,奖牌固然珍贵,但更珍贵的,是全力以赴奔赴的过程本身。

心境开阔,海上航行也更加从容。国内OP级大大小小的赛事,远赴海外的国际角逐,她——走过,用一场场航行书写滚烫青春。

今年8月,倪艺珈获评全国“新时代好少年”称号。面对这份沉甸甸的荣誉,她依旧淡然平和。“这是一份肯定,更是鞭策,不是终点,而是新的起点。”倪艺珈说,她不愿被荣誉标签束缚,只想踏踏实实做好当下。

常年集训、奔赴赛场,缺课成了常态。当同学们端坐教室,她漂泊于山海之间;当同龄人享受闲暇,她要抓住一切碎片追赶学业。课间片刻、睡前灯下、赶路的高铁飞机,都成了她的小小课堂。靠着这份坚持,她成绩始终亮眼,多次获评多门学科之星。

金秋九月,倪艺珈迈入初三,站在成长的关键路口,她有着清晰笃定的规划。和许许多多帆船运动员一样,她心中藏着一个长远的梦想,期盼未来站上国际顶级赛场为国争光。“但我也知道,远大理想,终究要落在脚下的每一步。”倪艺珈说,接下来,她会更多精力放回学习。帆船不会停下,学业更要深耕。

海风吹拂少年面庞,前路漫漫。无论浪起扬帆,还是摊开书页,她都希望,一步一步,成为更好的自己。

蓝海之上,风从来没有固定的方向。

前一秒海面水波安然,转瞬便暗流翻涌、风向陡变。14岁的上海外国语大学三亚附属中学学生倪艺珈稳坐船头,压舷、调帆、找风、择线,整套动作沉静利落,没有半分迟疑。

数年逐浪赛场,她在OP级赛事中斩获多项全国冠军。今年8月,倪艺珈荣获中央文明办等单位联合授予的全国“新时代好少年”荣誉称号。

以帆为翼,踏浪而行。本期《少年派》,让我们走近这位在浪花中成长的逐梦女孩,看她如何迎风驭帆、乘风破浪。

南国都市报记者 胡丽齐