

報刊名稱：晴報

日期：2023年4月17日(星期一)



## 手腳不協調少女 幾經苦練勝強手 心臟病童 磨練意志 自揭傷疤入羽球校隊

發佈時間: 2023/04/17

羽毛球高空騰飛，揮灑的不僅是汗水，更是少年人向夢想振翅的決心。出身西貢區「羽毛球名校」順德聯誼總會梁潔華小學的周俊昇，患先天心臟病，但無懼體格輸蝕，加入球隊時更自揭手術傷疤，獲教練大讚心理質素強，是比賽奇才；手腳不協調的林沁儀，幾經苦練打敗強手，因成績優秀及球技精湛，更獲垂青入讀心儀中學。

順德聯誼總會梁潔華小學 1999 年正式創立羽毛球校隊，由前國家隊運動員鍾海玉領軍，20 多年來稱霸西貢區，從未跌出校際團體賽三甲，更培育出港隊成員范嘉茵及呂樂樂。校長尹少琴指，早年羽毛球屬興趣班性質，學生未必有目標堅持，故特意到港隊「拜師」，除鍾海玉教練，其妹鍾海翠及弟弟亦先後入校任教。校隊不僅培訓精英，只要有決心，學生縱先天條件不足亦可參與，「學校秉持一人一體藝，冀學生發展終身興趣，獎牌只是『副產品』。」

### 個子雖小 心理質素高

患先天心臟病的小六生周俊昇，受同校羽毛球隊出身、現職羽毛球教練的表哥啟發，銳意加入球隊，「我小時候做過心臟手術，傷口已唔痛，覺得和常人無分別。」他個子雖小，但扣殺起來，球球有力，教練亦讚他心理質素高，比賽佔盡優勢，「不少同學會怯場，作賽時僅發揮一半實力。俊昇平時或練得 70%，上場時卻 100% 輸出。」鍾海翠憶述，當年

俊昇為入隊，曾拉起衣服展示其胸前手術傷疤，問她可否加入，鍾海玉原擔心他體能不濟而拒絕，「但見他有決心，也願意幫他。」

林沁儀憶述，當年需跳繩練體能，惟她手腳不協調，縱被家長督促在兩下跳足3小時，亦僅成功跳了30次「雙飛」，練習時「不但練到喊，教練都教到喊。」惟她相信教練指導，苦練下出賽亦多次打敗強手。羽毛球表現突出，加上學業優秀，獲心儀的協恩中學取錄。

鍾海玉指，部分加入球隊的學生家庭背景複雜，更可藉此磨練其意志，「羽毛球訓練艱辛，放學後要練波到晚上，捱得過都是人上人。」

記者：脫芷晴

美術：顏玉玲



▲（陳永康攝）

資料來源：

<https://skypost.ulifestyle.com.hk/article/3506308/%E6%89%8B%E8%85%B3%E4%B8%8D%E5%8D%94%E8%AA%BF%E5%B0%91%E5%A5%B3%20%E5%B9%BE%E7%B6%93%E8%8B%A6%E7%B7%B4%E5%8B%9D%E5%BC%B7%E6%89%8B%20%E5%BF%83%E8%87%9F%E7%97%85%E7%AB%A5%E7%A3%A8%E7%B7%B4%E6%84%8F%E5%BF%97%20%E8%87%AA%E6%8F%AD%E5%82%B7%E7%96%A4%E5%85%A5%E7%BE%BD%E7%90%83%E6%A0%A1%E9%9A%8A>