

報刊名稱：hk01

日期：2023年4月17日(星期一)

肢體不協調小學生憑毅力圓羽毛球夢 升中 成功入讀英中名校



撰文：翁曼琛

出版：2023-04-17 08:15 更新：2023-04-17 08:15

有否想過肢體不協調、患有先天心臟病的小學生也可以成為羽毛球校隊代表，甚至參加港隊青年軍訓練？順德聯誼總會梁潔華小學通過引入前中國羽毛球國家隊運動員鍾海玉及其妹妹鍾海翠擔任教練，為學生提供系統性培訓，成功培育2名有先天性疾病的學生加入羽毛球校隊，其中一人更因此成功入讀英中名校。





現時讀中三的梁潔華小學畢業生林沁儀患有肢體運動不協調，最初曾學習不同運動，最終發現自己喜歡打羽毛球，所以參加羽毛球校隊訓練。她表示，最深刻的一次訓練是在家人陪同下，連續跳繩3小時，才完成30次「雙飛跳」。

她自言羽毛球天賦不高，加上身邊朋友的技術比她好，令她經常有放棄打羽毛球的念頭，幸好有家人和教練的鼓勵，才繼續堅持下去，參加由羽毛球總會舉辦的青苗和青年軍培訓計劃。

她憶述，參加培訓計劃時，有教練認為她會因手腳不協調而難以進步，但幸得鍾海翠教練支持，鼓勵她「要堅定你的目標」，而堅持接受訓練，並於不同羽毛球比賽中屢獲佳績。小六升中時，更因成績優異以及羽毛球表現突出而獲英中名校協恩中學取錄，並成為校隊成員，未來希望為校爭光。

另一名患有先天心臟病的小六生周俊昇，本身對羽毛球沒有興趣，當初只是母親安排他參加羽毛球校隊，直至遇到一位願意指導他羽毛球技術的朋友，才慢慢燃起決練習的決心和熱誠。他又指，小時候曾接受心臟手術，但目前打羽毛球時亦能發揮正常水準。

「一人一體藝」建立終身興趣 堅毅意志最重要

校長尹少琴表示，自創校以來已推行「一人一體藝」計劃，助學生建立終身興趣，當時設有羽毛球興趣班，大部分學生卻以抱「玩玩吓」心態參加數個月就退出，直至邀得鍾教練指導校隊，學生在她所提供的專業意見和培訓下屢創佳績，區內校際羽毛球團體賽歷年均入選三甲，令學生更積極練習，而學校也投放資源支援羽毛球校隊發展。

鍾海玉指，學校於小一會挑選 20 名有羽毛球潛質的學生接受一個月訓練，從中挑選 12 人接受一年校內訓練。校隊成員升上小二後，會鼓勵他們參與羽毛球總會的青苗和青年軍培訓計劃，讓學生見識校外球員實力，以及進行單項訓練，期間學生需同時兼顧體育練習和學業，培養他們堅毅不屈的意志。

原文網址：肢體不協調小學生憑毅力圓羽毛球夢 升中成功入讀英中名校 | 香港 01
https://www.hk01.com/article/887717?utm_source=01articlecopy&utm_medium=referral