



媒體報導

日期: 2016年7月16日(星期六)
資料來源: 香港01 — 港聞
標題: 從英中到中中 少女堅持藝術體操之路
參考網址: [請按此](#)

香港01 港聞 / 主頁 新聞 立法會選舉 01觀點 熱門文章

港聞 >

從英中到中中 少女堅持藝術體操之路

發佈日期: 2016-07-16 22:01 最後更新日期: 2016-07-16 22:07 撰文: 實習記者 關祖明

標籤: 體育、體操 + 青年事務 +

- 社會充斥負能量，但仍有不少人活出正能量。17歲的香婉穎是香港體操代表隊的藝術體操運動員，醉心體操，卻因練習頻密，難兼顧學業，曾經留班，毅然由英文中學，轉校到一間中文中學後，重獲自信和學習熱情，現任學校體操與班助教，「以前我很想放棄學業，但是現在我有信心能入到大學！」

談吐華止優雅的香婉穎，在台上領過「正能量青年選舉」的青年組優異獎。她自小喜歡在家中爬上爬下，為了確保她懂「安全落地」，婉穎的媽媽讓她幼稚園時參加體操興趣班，卻發掘婉穎在體操的濃厚興趣，「我是由一開始接觸就愛上這項運動，體操給我的滿足感是獨一無二的。」

醉心體操 難兼顧學業

她8歲正式上體操訓練班，10歲已獲選加入港隊，每天放學後就去練習體操，晚上做功課溫習，每日僅睡兩、三小時。但在高壓的教育制度下，婉穎追不上英文中學的學習進度，全級排名每每敬陪末席，中一時曾經留級，幸得到媽媽支持她繼續走體操路，經協商下，婉穎於升讀中三的暑假時，決定轉校到一間中文中學繼續升學。轉校後，功課壓力沒以前繁重，她重拾學習熱情。

而她心牽體操，用於比賽、器材和教練費上使費，每兩個月已要3000至4000元，且經常沒有適當練習場地。幸有家人全力支持，婉穎對藝術體操熱忱不減，每周最少練習5天，每天3小時，希望成為藝術體操教練，推廣這項冷門運動，「我很想讓其他人也感受到我在體操中的快樂。」

少年迷上健身 成績幾級跳

而獲得「正能量青年選舉」少年組金獎的鍾衍君，是葵涌循道中學的中二生。去年某天放學後，巧遇學校健身學會在練習，他見友人落力舉重，不屑地問「冇冇咁難呀？」朋友回答：「你咁叻，你自己試下啦！」但他舉了幾下，就感覺手痛欲斷。

此經歷激發他參加健身學會，而健身除了令他得到強壯體態，他從中學會了堅持，並改變了他的讀書態度，當初「上課只會睡覺，下課就打遊戲機」，現時儘管不喜歡讀書，但都堅持花時間在讀書上，結果剛過去期末考，考得全級第12名。

他生於單親家庭，過去7年均在劏房渡過，需自己做家務照顧自己，「健身後才知道，原來健身代表一種不可放棄的態度。」以往經常獨自面對孤單，「以前我不懂愛身邊的人，有甚麼事只懂用暴力解決」，但現在學校認識到老師和同學後，學會了要溫柔對待人。

基督教家庭服務中心舉辦「第五屆正能量青年選舉頒獎禮」，在63間學校的312位學生中，挑選20位頒發正能量青年獎項，表揚他們的堅毅不屈。



香婉穎(右)慶幸得到媽媽全力支持她學習藝術體操。(關祖明攝)



15歲的鍾衍君已練得一身健碩身型，更從健身學會要堅持。(關祖明攝)



社會充斥負能量，但仍有不少人活出正能量。17歲的香曉穎是香港體操代表隊的藝術體操運動員，醉心體操，卻因練習頻密，難兼顧學業，曾經留班，毅然由英文中學，轉校到一間中文中學後，重獲自信和學習熱情，現任學校體操興趣班助教，「以前我很想放棄學業，但是現在我有信心能入到大學！」

談吐舉止優雅的香曉穎，在台上領過「正能量青年選舉」的青年組優異獎。她自小喜歡在家中爬上爬下，為了確保她懂「安全落地」，曉穎的媽媽讓她幼稚園時參加體操興趣班，卻發掘曉穎在體操的濃厚興趣，「我是由一開始接觸就愛上這項運動，體操給我的滿足感是獨一無二的。」

醉心體操 難兼顧學業

她8歲正式上體操訓練班，10歲已獲選加入港隊，每天放學後就去練習體操，晚上做功課溫習，每日僅睡兩、三小時。但在高壓的教育制度下，曉穎追不上英文中學的學習進度，全級排名每每敬陪末席，中一時曾經留級，幸得到媽媽支持她繼續走體操路，經協商下，曉穎於升讀中三的暑假時，決定轉校到一間中文中學繼續升學。轉校後，功課壓力沒以前繁重，她重拾學習熱情。

而她心牽體操，用於比賽、器材和教練費上使費，每兩個月已要3000至4000元，且經常沒有適當練習場地。幸有家人全力支持，曉穎對藝術體操熱忱不減，每周最少練習5天，每天3小時，希望成為藝術體操教練，推廣這項冷門運動，「我很想讓其他人也感受到我在體操中的快樂。」

少年迷上健身 成績幾級跳

而獲得「正能量青年選舉」少年組金獎的鍾衍君，是葵涌循道中學的中二生，去年某天放學後，巧遇學校健身學會在練習，他見友人落力舉重，不屑地問「有冇咁難呀？」朋友回答：「你咁叻，你自己試下啦！」但他舉了幾下，就感覺手痛欲斷。

此經歷激發他參加健身學會，而健身除了令他得到強壯體態，他從中學會了堅持，並改變了他的讀書態度，當初「上課只會睡覺，下課就打遊戲機」，現時儘管不喜歡讀書，但都堅持花時間在讀書上，結果剛過去期末考，考得全級第12名。

他生於單親家庭，過去7年均在劏房渡過，需自己做家務照顧自己，「健身後才知道，原來健身代表一種不可放棄的態度。」以往經常獨自面對孤單，「以前我不懂愛身邊的人，有甚麼事只懂用暴力解決」，但現在學校認識到老師和同學後，學會了要溫柔對待人。

基督教家庭服務中心舉辦「第五屆正能量青年選舉頒獎禮」，在63間學校的312位學生中，挑選20位頒發正能量青年獎項，表揚他們的堅毅不屈。

- 完 -

