

# 北官冰球運動傑出運動員



換上冰球運動服裝，我準備受訓啦！

這是在冰球比賽中取得的獎牌，我一定會好好收藏起來留念。



3C 莫翹聰

冰球是一項緊張刺激，講求高度團隊精神的冰上運動。戴上頗有重量的頭盔、手套、護膝等裝備，再穿上溜冰鞋，單是要站穩，對初學者來說已是一件十分吃力的事。今日受訪的莫翹聰同學在冰球運動上有卓越的表現，他克服各種困難，向着自己的目標勇往直前，在不同的冰球運動比賽中脫穎而出，曾獲得不少獎項。小記者們專程訪問他，讓同學們了解更多他在體藝路程上學習的點滴。

小記者：莫翹聰同學，你在學習冰球運動的過程中有遇到挫折嗎？

莫翹聰：有的。雖然我是就讀三年級的男孩子，已經能夠在平地上奔跑如飛，但踏上了冰面，我也會像個牙牙學語的小寶寶一樣，有時也會站不穩，在冰面上滑倒，弄至四腳朝天。回憶起學習的第一堂，我對場地的溫度、各種裝備和滑行技巧並不適應，加上爸爸媽媽不在身旁，我面對仍顯得陌生的冰球與冰面，不禁有些恐懼，甚至想放棄。因為掌握不好平衡，滑了不久便頻頻跌倒，受挫的心理讓我有一刻想過放棄學習。

小記者：家人可有影響你們今天的成就？如有，如何影響？

莫翹聰：幸好父母不斷鼓勵我：「慢慢來，跌倒不要緊，我們願意陪你，你可滑得更遠。」最終我也克服了陰影，並增添了勇氣，儘管仍有跌倒，但也不再氣餒。隨着教練耐心的引導及扶持，我也逐漸茁壯了起來。我嘗試參加公開比賽，考驗自己的實力，更屢次獲得佳績，實在感謝父母及教練對我的付出、栽培及支持！

小記者：為甚麼你在這項運動方面有那麼出色的表現？是否經常要受訓？

莫翹聰：每個周末，我也要由香港北上到深圳受訓，長途跋涉的路程及長時間的反覆練習，我確實有時也感到辛苦及疲累。

小記者：在訓練與比賽過程中，你學懂些什麼？

莫翹聰：在訓練與比賽過程中，除了讓我體會到冰球運動的樂趣，還讓我學會了堅毅不屈的學習態度，我明白「今天一小步，明日一大步」，只要堅持及努力，成果會更豐盛。

聽了翹聰同學的話後，相信同學們明白到「台上一分鐘，台下十年功」的道理。在此，我們勉勵同學們加油，將自己的體藝潛能好好發揮。



# 出埃及記

GA 謝姿廷

聖誕假期期間，我參加了海外壁球交流計劃。我們要到埃及開羅國際體育場館(相等於香港體育學院)和其他運動員一起接受培訓和練習。這是我第一次衝出亞洲，心情既緊張又興奮呢!

到達埃及的翌日早上，我們參觀宏偉壯觀的金字塔。那是埃及著名的地標，每一塊石都蘊藏着幾千年的歷史。單單一塊石，就比我高出半個頭。下午，我們在體育館內進行體能訓練，大家都叫苦連天。那天，我發現埃及選手比我們更勝一籌的原因：他們每打一球都仿如「致命」一擊，他們的體能練習跟香港的相差甚遠，簡直是減肥和鍛煉腹肌的好方法呢!

接下來數天，我們在球場上不停地練習體能和球技，我開始感覺到自己進步神速。

最難忘的事是在聖誕節那天，我和隊友們在聞名於世的尼羅河畔共晉午餐。吃過午餐後，我們就一起玩耍。當時，我們玩了「真心話大冒險」，我竟然被抽中三次，其中一次我選了「大冒險」，結果被選出去跳舞，真是尷尬極了!

最後一天的練習完結後，我們要進行分組匯報，我們都針對這次學習的內容，以檢討如何改善香港的壁球訓練作為匯報重點。最終，我們完美的匯報表現獲得了教練高度的評價，大家都喜出望外。

將要離開埃及的時候，大家都依依不捨呢!我希望下次可以再到其他國家交流，擴闊自己的眼界。



## 一次難忘的意外

GA 龔逸彤

每當我經過那個公園，我都會想起那一次意外，至今難忘。

那天上午，媽媽帶我和仍坐在嬰兒車內的弟弟去公園遊玩。弟弟當時還小，不會走路，只能坐在嬰兒車上，所以我和媽媽推着嬰兒車帶弟弟到處逛逛。

當我仨走到一個斜坡時，媽媽一個不留神沒抓緊嬰兒車，弟弟的車子就滾下去了。瞬間，我和媽媽驚慌失措，只懂使勁地向前狂追，但我們還是追不到。眼見載着弟弟的嬰兒車快要撞上石柱，我和媽媽都被嚇壞了。幸好，一個途人經過看到，立即幫忙截停了嬰兒車，弟弟才逃過一劫。媽媽十分感激那位途人的相助。

經過這次意外後，媽媽和我都學會了一個道理：無論任何時候，做事都不能分心，否則一旦造成嚴重的過失，就恨錯難返。



**Pupils' Works  
for Appreciation**

4B Ip Pak Tou (11)

11 October, 2019 (Fri) Sunny

I had a marvelous day today! My schoolmates and I went to Tseung Kwan O Sports Ground by MTR. We arrived at eight o' clock. I was excited when I walked into the sports ground.

First, I sat in the spectator stands. A minute later, the competitions started. My friend, Wilson joined the 100m race. He won the gold medal. I was happy for him. Next, it was my turn! My classmates and I joined the mixed boys and girls running race. We won the gold medal, too.

After that, it was already the closing ceremony! Time flew so fast! Some of my classmates and I went down to the sports ground and sat on the track. Our principal, Miss Tang gave a speech. Just then, it was the prize-giving ceremony! Our class won the cheerlead competition. We were happy.

I had a fantastic day today because I played a lot of sports there. I hope I can go there again next year.

The Christmas Book

This book is about Christmas knowledge, everything from Christmas story to a card for Santa. Is 25 December, the day we celebrate the birth of Jesus actually the birthday date of baby Jesus? Who started decorating the "Christmas tree"? Pulling Christmas crackers and eating chocolate from the countdown calendar is my favourite but who invented those fun games? Last but not least is the yummy festival food & drinks and how to make them.

The reason I chose this book is that I really like Christmas, it brings a lot of good memories for me. The school Christmas party was great and it's so much fun to decorate the classroom and show off my magic tricks to the class I sang the Christmas carols and the melodies made me happy all day long. This book helps me to learn so much about Christmas and I can share stories, jokes, my homemade mince pie and Christmas crackers with my family and friends too!

I will certainly recommend this book to my fellow classmates and friends who love Christmas and it is exciting to share what I know and at the same time, my friends could also find answers to their Christmas questions. I really couldn't wait to feel the joy and happiness for this holiday season.



- ① 本校「學生報」有多少年歷史? A. 5年 B. 10年 C. 20年
- ② 本校新翼圖書館在哪一年落成? A. 2006年 B. 2010年 C. 2016年
- ③ 學校有多少個「跳飛機」? A. 3個 B. 6個 C. 9個

第92期北官知多啲答案

- ① 哪位老師的姓氏最少筆劃呢? 丁主任的姓氏最少, 只有兩劃。
- ② 哪兩位老師是在北角官立小學畢業的呢? 陳小蕪老師及郭錦邦老師是本校畢業生。
- ③ 學校有多少位男老師呢? 本校有13位男老師。

答案將於第94期公佈