

布魯日上季聯賽後上封王，重奪冠軍，士氣與信心大增。今季前曾拉隊到荷蘭集訓，今年3月才接掌球隊帥印的歷奇希恩，相比前任主帥的訓練方式，歷奇希恩刻意加強隊員的體能訓練，務求盡快谷起球員狀態去迎接新季，事實上，布魯日在荷蘭最後的友賽便與荷甲冠軍燕豪芬打和1:1，昨晨的最後熱身賽亦以3:0大炒英冠諾域治，可見球員狀態的確不俗。

當然，布魯日陣內都非全員可以候命，仍有部分國腳級隊員未及歸隊，其中雙閘位置將會起用隊中小將頂替。中場的迪古柏與史高拿斯已在近日歸隊報到，今場或可趕及披甲，提升中場組織與防守力。至於剛由聖基萊斯聯加盟的古斯達夫尼爾遜，已迅速融入球隊，在對諾域治之戰已開齋，由他與紐沙及雲拿根組成的進攻鐵三角，效果不俗，今場爭勝值得信賴。

對手「聖聯」上季在常規賽排第一，但到季後附加賽卻表現下滑，最後只得亞軍。爭冠失利，更大打擊是今夏兩大射手包括古斯達夫尼爾遜及阿莫拿先後離隊，球隊僅從亨克簽入艾夏積填補鋒線，火力大減下，即使季前球會賽遇弱旅表現尚可，今場打硬仗卻是凶多吉少。

曼聯訪格流 殘陣難靠

另外，明晚尚有曼聯今季第二場友賽，作客蘇格蘭門格拉斯哥流浪。「紅魔鬼」今場或會有麥湯米尼及奧拿拿等加入候命，但主力仍會是拉舒福特、美臣蒙特與卡斯米路等，始終仍待部分國腳級主力回歸，之後出發往美國才算是正式展開備戰。曼聯戰意有限，陣容不整，遇上已操起狀態的「格流」，難有勝望，假如讓波必捧對家。(NOW 640台周六11:00pm直播)

布魯日添火力 殺得聖起



迎接新球季 明演比超盃

歐國盃本周初結束，明日將會有首個歐洲主流聯賽國家展開新季賽事，搶開登場會有比利時的比超盃，由上季比甲冠軍布魯日在主場迎戰上屆比盃盟主聖基萊斯聯。客隊上季聯賽爭標功虧一簣，今夏更有兩大射手走人，實力削減，當中主將古斯達夫尼爾遜正是改投布魯日，此消彼長，今場當然是捧布魯日主W穩陣。(開賽時間：周六2:00am)



古斯達夫尼爾遜
布魯日前鋒

沙特羅美路
布魯日後衛

卡斯度蒙特斯
聖基萊斯聯中場

周末直播精選

周六 10:30am	勇士VS雷霆	NBA夏聯
NOW 642台		必勝指數:★
周六 6:00pm	神戶勝利船VS名古屋鯨魚	日職
myTV Super		必勝指數:★
周六 11:00pm	格拉斯哥流浪VS曼聯	熱身賽
NOW 640台		必勝指數:★★★
周六 11:30pm	維也納迅速VS AC米蘭	熱身賽
NOW 639台		必勝指數:★★
周日 2:00pm	上海桌球大師賽	決賽
NOW 637台		必勝指數:★★★★
周日 7:30pm	上海桌球大師賽	決賽
NOW 637台		必勝指數:★★★★
周日 9:55pm	卡迪夫城VS漢堡	熱身賽
NOW 639台		必勝指數:★

註:★假日好戲 ★★★大戰必撐 ★★★★★非聯不可

巴黎奧運日漸臨近，其中備受關注的中國游泳代表團已抵達法國備戰，可是根據國家泳隊營養師于良透露，大軍在法國10天，合共31名運動員接受了近200人次的興奮劑檢測，疑似暗示被針對。



張雨霏今年被抽中藥檢次數極多。資料圖片

于良在社媒發文：「來法國正好10天，這10天裏，我們31名運動員除了訓練，適應時差，還累計被ITA（國際檢測機構）查了接近200人次興奮劑，平均每天接近20人次，每人平均被查5至7次。」于良聲言其中一位負責的檢察官向他說：「你們確實查的太多，不過我們也沒辦法，都是上面給我們的檢查計劃。如果換轉是其他隊伍，他們早就受不了，然後到處投訴。」

根據統計，以名將張雨霏、覃海洋及李冰潔等為首的中國游泳隊員，的確較其餘國家泳手受到檢測次數為多，當中覃海洋便有46次最多，張雨霏則是43次緊隨其後。

被針對？中國泳隊10日藥檢近200人次

誰是接班人



龍門客棧

郭子龍 資深體育人

英格蘭足球代表隊教練修夫基呈辭，英國體育傳媒立即啟動另一個議題，誰是下一任主帥。

現任U21英格蘭教頭卡斯利，是其中一個可考慮的選擇。去年英軍在歐洲青年錦標賽，在決賽憑利物浦中場居迪斯鍾斯一箭定江山擊敗西班牙，於格魯吉亞成功第三度奪標，正是卡斯利帶領。值得一提的是，修夫基未成為三獅軍團主帥前，於2013至2016年間，也是這支U21代表隊主帥。

非英籍名帥是否可以考慮？曼城的哥迪奧拿是其中一人。這位53歲西班牙人與「藍月亮」的合約，直至2025年夏天。無論在曼城或過往的拜仁慕尼黑，甚至更久遠的巴塞隆拿，哥帥都有顯赫成就，轉任

國家隊主帥或只得不足兩年時間帶隊衝擊世界盃，又是他真正的意願嗎？

離開利物浦的高普也是被傳任英軍主帥的對象。這位57歲德國人，最近與美國國家隊扯上關係，但關鍵在高普還想放一個悠長假期，抑或「三獅兵團」這任務可以吸引他嗎？另一德國人杜曹、阿根廷的普捷天奴甚至葡萄牙的摩連奴，都在傳言名單之上。

無論誰是接班人，修夫基過去8年的102場比賽，包括兩次歐洲國家盃亞軍，都打下了扎實的根基，這支英格蘭是具備活力、天賦、創造力的隊伍。兩年後的美墨加世界盃決賽周，「三獅兵團」始終仍充滿希望，特別是比寧咸、科頓、薩卡、彭馬、明奴，將會更成熟。

態度最重要



師說新語

我不是好學生，小時候派卷日老師用心解釋每道題目，我一條都沒聽進腦袋。當時我根本不在意解說，我只想快快知道分數。是合格，或不合格，直接給我看便可以，不要折磨要我等候。記得當時心臟跳得快要從胸口跑出來，根本不能集中聆聽老師的試卷解說。幼稚的我參不透解卷跟學業的關係，看過分數後就合上試卷，沒想過要檢視試卷答案，也不懂計劃改進學業的計劃方案。

當天自己討厭的事，今天亦發生在學生身上。我不想學生步我的後塵，派卷前愛講幾句鼓勵話，再個別引導學生的奔跑方向，希望學生不像我愚蠢，只會看分數。我告訴學生，試卷猶如一面鏡子，能反映自己的不善。像照鏡一樣，當看到鏡中的自己頭髮亂了，嘴邊有食物碎屑，我

們不會詐作不見，轉身就跑；又像看醫生，為身體健康我們會跟從醫生的診後建議。照過分數這面鏡子，最好還是抹抹嘴弄弄頭髮，抓緊分數背後的意義。

我常把這句話掛在嘴邊：「使用舊的學習方法，只會出現舊的結果。」每份習作都有功能，不要只想把功課做完，應多想怎樣把功課做好，令學習的功能充分發揮。「原子習慣」近年我們都聽得很膩，卻是恒久致遠的道理。分數是高低背後總有原因，想進步就要檢視是什麼帶來低分，並以有效的新方法取代舊方法學習。看見分數不如理想的一刻是最痛的，可是傷口會被時間撫平。看到分數一刻立志要改，過幾天可能還是很想奮發，再過幾個星期，可能傷痛都已經拋諸腦後，學習態度打回原形。分數高低不重要，我只關心學生的學習態度。

王煒東

大埔舊墟公立學校(寶湖道)訓輔主任