

back to school 活力校園

「閃耀之星」獎學金得主之一余詠欣

每天苦練冀跳進國際芭蕾舞團

特稿

由資優教育基金成立的2011年「閃耀之星」才華拓展獎學金計劃，早前挑選出24位在不同領域獲優秀表現的高小學生。其中來自單親家庭的小六生余詠欣，雖然較一般小孩遲學習芭蕾舞，但她憑着堅毅不屈的精神、不斷磨練舞技，現已達「專業級第一級」水準，並獲選為「閃耀之星」得獎者，將來更有機會代表香港到瑞士作賽。

撰文：鍾燕冠

加倍練習追進度

就讀慈幼葉漢千禧小學六年級的余詠欣，雖來自單親家庭，但未有打沉她追求夢想的意志。8歲時受到媽媽的鼓勵開始學習芭蕾舞，詠欣說：「媽咪鼓勵我學跳舞，所以去試下，芭蕾舞姿態優美，學了後便喜歡上。」

可是以詠欣八歲才開始學習芭蕾舞，算是較遲。一般小孩在六歲時開始學習芭蕾舞，因為拉鬆筋骨會較易。但詠欣是在三年級下學期時才插班，其他學生早已在上學期時，盡量拉鬆筋骨。為了追上進度，詠欣加倍用功，平日在家裡也練上兩個小時，幸好得到母親的打氣和支持，令她疲勞盡失，「我平時要在家裡練習壓腿、抬腳，遇到些難做的動作便要下點苦功，幸好有媽咪的支持，這會輕鬆得多，讓我堅持下去。」

伯樂嚴格訓練千里馬

詠欣有媽咪這個龐大後盾外，也多得伯樂的提拔才能如願以償。這位伯樂便是她的舞蹈教練鄺國強，他形容認識詠欣是「緣分」，「詠欣本來不是我的班，我只是在一次觀課時遇上她，覺得她柔軟度很好，而且當時她好肯定對我說希望長大後能成為芭蕾舞家，我被這份對藝術的執著及對芭蕾舞的熱誠所感動，因此主動要求擔任她的教練。」

鄺國強曾於青年鋼琴家李雲迪就讀的深圳藝術學校任教芭蕾舞，培育不少內地青年舞蹈家加入國際芭蕾舞團。他指詠欣是少有在香港遇到的優秀舞蹈員，「在香港很少遇到潛質這麼好的學生，所以好希望她會成為第一個代表香港到瑞士作賽、考入國際芭蕾舞團的人。」



▲余詠欣（左二）獲得「閃耀之星」獎學金；左三為她的母親，左四為她的伯樂教練鄺國強

他運用藝術學校的一套嚴格訓練詠欣，「詠欣的訓練計劃是每星期上課6小時，並要求她每星期在家練習5小時。」此外，運用力學，如作用力及反作用力的關係教授她控腿功夫，令她腳尖落地時能雄渾有勁。有教練的督促和指導，詠欣進步神速，首次考試已達「Distinction」（卓越）等級，現在更已達「專業級第一級」水準，超於同齡小朋友的水平。

雖然詠欣成績優越，但她不會因為獎勵而沾沾自喜，仍然堅持每日練習。詠欣勤奮地苦練，終在去年第39屆全港公開舞蹈比賽中奪得金獎殊榮，還獲大型演出機會，如去年在「香港芭蕾舞團」演出的《胡桃夾子》中擔演一角。她表示，「不想平日的努力白費，希望參加多些比賽和演出，鍛煉跳舞技巧，能於17歲到瑞士作賽、考入國際芭蕾舞團！」（「閃耀之星」·下）

戀戀情深

免費報的陷阱

弟弟家中有就讀高中的女兒，我問他家中訂閱什麼報紙，他說：「哪需要訂閱什麼報紙，香港免費報多的是！」弟弟是留學生，畢業於美國名牌大學，算是高級知識分子，又做石油產品經銷生意、沒有經濟問題，尚且只讀免費報紙；市民大眾為慳幾元，又貪免費和減價券，當然歡迎免費報紙的派發。

但細觀那些報紙，圖多字少、對所有詳細議題都交代不清楚，許多時斷章取義，甚至鄙劣到歪曲事實去製造吸引讀者、鼓動群眾的效果。就如報道特首候選人的有關人口政策的辯論，《爽報》的報道是對有關兩人清晰闡述的人口政策議題中種種觀點和建議一字不提，因為這些平心靜氣的智慧討論不合這種報章的口胃，它是要激情煽情、吸引注意、引起激論，愈詳情洵愈好。

人心沉淪，愛講壞話、愛聽謠言，加上現今社會自由大過天、言論要自由，任何人都可以愛怎樣說就怎樣說。罵你一聲「香港人是狗！」掀起罵戰、立即名震天下，為製造了民族仇恨、國民分裂而沾沾自喜，這種人說這些話、做這些事，可以懲罰他嗎？當然不能，否則，他更振振有詞說受政治迫害、沒言論自由。傳媒報道新聞斷章取義、歪曲事實、煽動仇恨、製造社會不安；副刊充滿淫穢圖文，蠱惑人心、荼毒青少年，可以禁制它嗎？當然不能，否則傳媒會振振有詞說受政治迫害、沒新聞自由，裝成受害者、製造輿論，博取無知市民的同情和支持。

傳媒報壞不報好、報憂不報喜，方法是文字扭曲、加強仇恨怨憤、吸引注意共鳴。圖片更勝文字，對支持者拍個陽光照，博讀者好感；對不支持者則在背光位拍出個陰暗臉，引導讀者厭惡。畫面上，對爭執場面重複播放、對彼此責罵言論加強加醋，還要設立渠道請讀者回應，並且沈著言留惡語，製造誤會重重、衝突不斷，燃燒仇恨之火。

就要擁護派仇梁、擁護派反唐；民主派、建制派對立；民仇官仇商；基層仇富、富者仇貧；港人內地人互仇；同事間互仇互鬥；朋友間互仇出賣，甚至連家人也可以互仇互斬！香港人在傳媒的教導下，還有什麼不可以惡搞、仇恨埋怨的？還怎能避免民智低落、人心沉淪？

在中國日漸開放，香港經濟上又需要遊客支持之際，兩地文化碰撞難免引起衝突摩擦。只要傳媒誤導變成，渲染一下、促銷幾分，再加上網絡的推波助瀾、謾罵批鬥，什麼仇恨心理都能瞬間膨脹。

在這民族極端團結謀求回歸統一的時代，傳媒更應該發揮正面的積極作用。

家長學校要小心為孩子選擇報紙，不要選購居心叵測、陰謀破壞、荼毒人心的報紙，尤其是免費報，不要伸手便要、拿回家中污染孩子。市民接受得愈多，它們便愈能蠱惑人心、愈有條件吸引商品買廣告、愈能向政府施壓！

當你伸手去接這份免費報時，你已成為幫兇，失去選擇閱讀對象的自由。別墮入免費報的陷阱！

孫慧玲

學校動向

賽馬會官立中學陸運會前校長重繹龜兔賽跑

2011年12月12日及14日這兩天陽光普照、天氣清涼，在這美好的日子，賽馬會官立中學假九龍仔公園運動場舉行第49周年陸運會。這兩天運動員都施展渾身解數，全情投入參與各項比賽。

閉幕禮由學校前任校長陳柯瑞芳擔任主禮嘉賓。陳前校長與大家分享了她的退休後專注照顧家庭及做義工的生活。為了鼓勵同學多做運動，她又重新演繹了龜兔賽跑的故事：一般人以為兔子因為認定自己一定會勝出而感到驕傲，所以在領先時睡覺，其實牠不是在睡覺，而是前段跑得太快，在劇烈運動之後需要休息，為龜則一直在做帶氣運動，故可持久進行。她鼓勵同學選擇適合自己的帶氣運動，只要持之以恆，必定可以強身健體。

經過兩天激烈的比賽，今年的全場總冠軍由綠社奪得。4B王瑛禧同學創出佳績，在男乙100米賽跑以11.42秒刷新了大會紀錄。至於壓軸的師生家長親子接力賽，則由凌漢輝老師、關惠妍老師、何貴華老師及家長組成的隊伍奪得冠軍。

最後，在一片歡呼喝采聲中，校旗緩緩降下，今屆的陸運會亦圓滿結束。



▲主禮嘉賓陳柯瑞芳（右一）與得獎同學

明愛粉嶺陳震夏中學 歌聲頌師恩別具意義

明愛粉嶺陳震夏中學向來致力推動和實踐關愛文化，連續多年獲得關愛校園獎，2008至2009年度更獲「卓越關愛校園」中學組大獎，2009至2011年兩度獲超卓學校策劃獎。今年度於2011年12月下旬舉辦了一連串推廣關愛的活動，包括為小六生而設的「樂遊震夏學習天」及2011「傳心傳意傳關愛」行動啟動禮暨「童聲妙韻頌師恩@北區」。



▲藉着是次音樂比賽，參賽學生親自娓娓道出感謝父母和師長的情景，令人感動

「傳心傳意傳關愛」啟動禮別具意義，目的乃是要團結北區學校及區內人士將關愛精神傳揚開去。當天邀得北區小學校長會主席關李榮、北區區議員葉耀丞等作主禮嘉賓，參與盛會的人士有區內各小學師生、家長和各大安老院社的長者，四百多人濟濟一堂，十分熱鬧。關李榮致辭時讚揚學校舉辦的「傳心傳意傳關愛」，他指出有關活動得到學校師生及各界人士的響應和支持，去年已將區內各參加者製作的愛心禮物贈贈區內長者及區內同胞，成果令人欣喜。

至於「童聲妙韻頌師恩@北區」是北區的中學第二次為同區小學舉辦的音樂比賽，以「頌師恩」為主題很有意思，又提高了北區小學生對音樂的興趣及加強了校際音樂藝術的交流；尤其是參賽的小學生都藉着是次音樂比賽，親自娓娓道出感謝父母和師長的情景，令人感動。參加音樂比賽的共有7間小學，反應相當熱烈，報名參賽的項目高達19組項目。

至於在「樂遊震夏學習天」參觀學校的小學生約有二百多人，氣氛熱烈；參觀者都認為獲得一次難忘和有意義的中學生生活體驗。

聖公會蔡功譜中學運動會 為目標奮鬥才是冠軍

聖公會蔡功譜中學於去年12月5及6日假座九龍斧山道運動場舉行一連兩天的第25屆田徑運動大會。除各項競賽外，學校更設有「30周年校慶歡樂跑」項目，家長、老師、學生、舊生一起競賽，場面熱鬧壯觀，為兩日激烈的競勝比賽添了不少溫馨、歡樂的氣氛。

校長李群娣在開幕禮致詞，提及單車運動員黃蘊瑤在受傷劇痛下仍不放棄、堅忍的體育精神，最終為她贏得「亞洲英雄」美譽。她勉勵同學無論運動或人生都應秉承着崇高的體育精神，盡力克服困難、不要氣餒，最終必走上光明大道。

兩日的比賽一如以往爭持激烈，各社健兒施展渾身解數希望奪標，他們的拚搏精神贏得觀眾熱烈的掌聲。運動會邀請浸會大學體育學系教授張小燕蒞臨主禮及頒獎。張教授在勉辭中以劉翔的故事勉勵同學：劉翔最初學習跳高，但成績欠佳，改嘗試跨欄運動，雖然別人亦會懷疑他的決定及能力，但他仍努力向目標奮鬥，並贏得中國第一面奧運田徑金牌。他的路途非從此一帆風順，2008年北京奧運因受傷無緣衛冕，但他並沒有放棄，反而從失敗中重新站起，在2009年全運會再奪金牌。張教授最後指出，真正的勝利者並不一定要贏取金牌，而是要訂定目標、全力奮鬥，這才是真正的冠軍、人生路上的勝利者。

運動會全場總冠軍最後由紅社奪得，藍社則獲啦啦隊比賽冠軍；男甲鐵餅及男乙跳高成績均刷新大會紀錄。隨着各項賽事的頒獎禮進行後，運動大會亦正式圓滿結束。



▲紅社奪得今屆運動會的全場總冠軍，啦啦隊比賽冠軍則由藍社獲得

布告板

嶺大社區學院資訊及家長日

內容：學院課程介紹、升學諮詢、即場面試及獲發結果
對象：高三、舊制中五及中七、文憑課程、副學士先修課程、毅進計劃畢業生
日期：2月25日（星期六）
時間：下午2時至4時
地點：嶺南大學新教學大樓；嶺大持續進修學院尖沙咀教育中心
報名：http://www.ln.edu.hk/cc/others/news_content.php?id=820

闖闖新天地

親愛的您

梁式芝書院 1C 陳素鳳

親愛的您比晨曦還要早起，為您的摯愛準備早餐，是您，給了他們一天的動力，是您，給了他們支撐的能量。

親愛的您比烈日更為熾熱，為您的摯愛奔波忙碌，是您，使他們更努力工作，是您，使他們更積極學習。

親愛的您絕不比夕陽早下班，為您的摯愛準備晚餐，是您，讓他們能打發壓力，是您，讓他們變得更輕鬆。

您，是不可缺的，您是動力之源，您是歡樂小丑，您在您的摯愛心中，亦是最重要的。

英語百子櫃

早前談及熊市（Bear market）與牛市（Bull market），今期讓我們討論牛這種動物。

一般人會以Cow為「牛」的英文名稱，但正式應該為Cattle。Cow是生育過的雌牛，Bull就是公牛的意思；未曾生育的雌牛和小公牛則統稱為Calf（眾數是Calves）。

人類對牛的應用有多種，但同一頭牛多半只會視乎其品種而應用於一種用途。

例如為宰殺作食用（Human consumption）而飼養的牛叫Beef cattle；最後吃的牛肉當然是Beef，但小牛（Calf）的肉是Veal。取得牛奶而飼養的乳牛則稱為Milking cattle或Dairy cattle；因牛奶而成

勤勞的牛

的奶製品（Dairy products）如牛油（Butter）、乳酪（Yogurt）等，更是五花八門。牛皮（Cattle hides）能製成各種產品。牛身上的確樣樣是寶。

牛是勤勞的動物，人類在尚未有機器協助的年代，牛是下田耕作及拉動車的好幫手。這些專門被訓練作工的動物，叫Drafting animals或Working animals，現時在發展中國家（Developing countries）也有被委派作運動及娛樂用途的牛，如西班牙南部著名的鬥牛（Bullfighting）；但由於鬥牛涉及不人道行為，西班牙有些省份如今已禁止有關活動。

動物系列之十一 陳珮文

徵稿啟事

逢周一及周四的《活力校園》，歡迎學校及同學投稿：
· 講述學校威水史或活動情況的「學校動向」
· 點列式提示學校活動的「布告板」
· 學生佳作可投至「闖闖新天地」
· 「初學粵劇」讓同學分享粵劇的苦樂，需附一圖
投稿者請於稿件內附上個人資料（學校、電話及電郵），寄往香港北角健康東街39號何達大廈2期3樓大報「活力校園」，或電郵至ed@takungpao.com.hk。

另外，逢周三的《讀書樂》歡迎學生寫下閱讀心得，參加「香港學生讀書隨筆寫作比賽」，投稿（連個人資料）請電郵至tkp.reading@gmail.com