

教育專線

兼顧運動與學業「兜大圈」終成白衣天使

「包山后」勉DSE考生：想試就去試

擁有一身健康「小麥肌」的龔子珊，既是新鮮出爐的「包山后」，同時也是一名準「白衣天使」。今年25歲的龔子珊即將從公開大學護理學課程畢業，五年漫長課程造就她成為一名專業人士，誰知背後所花的時間遠比別人多。她憶述中學時無心向學，在高級程度會考「攞炒」無法直升大學，只能轉折地報讀副學士課程，再轉讀護理學士，其間要做兼職教練賺錢支持自己的運動理想，但她並無因此亂了陣腳，繼續在自己的興趣範圍發光發熱。她勸勉應屆DSE考生，選擇前路，最重要是認清目標，再勇敢地邁步向前。「想試就去試，不要到老了才後悔！」

大公報記者 趙凱瑩

有人說運動是掃走負面情緒的最佳良藥，運動後身體產生大量「安多酚」，令龔子珊臉上展現燦爛的笑容，同時證明她是一名運動健將。龔子珊自小參加童軍，涉獵的運動包括排球、獨木舟、攀山、游泳等，更擁有船牌、車牌和電單車牌，上山下海樣樣皆能，她笑言：「只差空中未涉獵，未來希望學滑翔傘、飛行傘和跳傘。」

報讀副學士再入公大

運動健將以外，她還是一名學生，現就讀公大護理學課程五年級，即將畢業投身社會。回顧個人學業生涯，她形容自己成績向來平庸，當年會考考獲17分成功升學，心存僥幸認為「CE都過到，A-Level實得啦！」正因為掉以輕心，後來發現成績跟不上，即使臨考試前發奮做卷，成績仍不足以讓她升讀大學，只好報讀副學士課程。

選科期間，她想起已故爸爸是警察，情意結驅使下選讀刑事司法及執法課程，希望未來投身警界。畢業後因為一心想做督察，故必須取得學士學位，「當時想揀一科應用到又幫到人的科目，所以選擇了護士」。為什麼不做全職運動員？「有說過全職運動員這條路，但放眼將來，運動員搵錢不多，所以還是作為興趣，自由發展」。

過去五年龔子珊安守學生本分，讀書、考試、實習一一完成，偶爾參與不同比賽，又做兼職支持自己的興趣；但要平衡各方面，難免需要取捨，關鍵在於衡量輕重。例如實習和比賽撞期，她會視乎比賽的規模，若不算大型又每年都有，就會專心做實習，「始終讀護士時間長，若因為錯過實習要加多一年，自己會衡量是否值得，如果值得當然會去比賽，若果不是太重要，就會安守學生的本分」。

認清目標免行冤枉路

褪去運動服，收起運動場上的莽撞，換上學護制服，帶着面對生命的尊重和謹慎，龔子珊搖身一變成為「白衣天使」。面對即將步入的職場，雖然選擇的路與初衷截然不同，但她並無後悔，反而在過程中更確信自己的選擇是對的。「媽媽曾經講過，如果早點發奮就不用如此辛苦，我都有覺得自己走得比別人遠，但現在一切都過去了，就不要太執著，但都想提醒年輕人，想清楚自己想做什麼，就不用行冤枉路」。



▲▼新鮮出爐的「包山后」龔子珊熱愛運動



►龔子珊就讀公大護理學課程五年級，即將畢業投身社會公開大學提供

龔子珊小資料

年齡：25歲

學歷：聖母書院、香港大學專業進修學院保良局何鴻燊社區書院應用社會科學副學士（刑事司法及執法）、香港公開大學護理學榮譽學士（普通科）

運動成績：

- 2014年香港大專運動攀登賽女子初級組季軍
- 2015年攀冰難度賽排名世界62位、速度賽第21位
- 2018年FWD MAX衝破極限挑戰賽2018女子組第二名
- 2019年「搶包山」女子組「包山后」

童軍成就：2015年度模範童軍



做童軍學會凡事有準備

龔子珊七歲半參加童軍，當中一個銘言至今仍銘記於心。「童軍教會我凡事要準備，事前做好計劃，即使面對緊急情況都不會手足無措」。龔子珊性格外向，起初看到哥哥參加童軍，經常參與露營、宿營，覺得十分有趣，其後亦加入成為一員，踏上童軍之路。

在童軍的訓練期間，最讓她印象深刻是準備，「準備兩個字可能好簡單，但對我有好大影響」。她憶述訓練期間經常要做報告書和計劃書，過程中會有後備方案、緊急方案，以防突發事情發生都可以準備好。例如今次搶包山比賽，她早於比賽前三至四個月已開始加強訓練，針對自己弱點做重點訓練，為比賽做足準備。

除了教會她做人處事，童軍更讓她踏上攀山之路。17歲那年，童軍舉辦了一個行雪山活動，熱愛行山的龔子珊第一時間參加，並選拔成功隨團到加拿大登山，「這個活動為我人生帶來很大轉變，往後我熱衷於攀山，更到不同地方山脈探索，令我發現人生如果唔去試，了一定會後悔。」

目標攀上世界第一高峰

年紀輕輕的龔子珊踏過無數的山脈，面對無法掌控的大自然，讓她明白順其自然、不強求才是「王道」。走遍各地的她還有一個目標，「我希望五至六年內可以踏上喜馬拉雅山的聖母峰」。

山上環境變幻莫測，即使身經百戰，大自然要你停下，你也只能服從。龔子珊憶述一次與團友在汶川地震後，到四川為當地小學生進行素質訓練，其後決定挑戰四姑娘山，一行人在風和日麗下出發，豈料傍晚卻颳起大風雪並持續至翌日，身旁的朋友更開始出現高山反應，最終只能全團撤退。「有些事是注定的，行山好講天氣和環境，當你無法決定和控制的時候就應該順其自然，與其夾硬上，如下次做好準備再戰」。

笑言媽媽多買兩份保險

她的終極目標是世界第一高峰——喜馬拉雅山的聖母峰。「係好危險，但我知道如果年輕唔去做，老咗就更加唔會做」。龔子珊熱愛的運動都極具危險性，稍有鬆懈隨時送命，「我覺得是注定的，天要你死就要死，但相比起病死，我寧願在珠峰上凍死，總比每日辛勞工作回家直至退休，因為辛苦而病死更有意義」。她笑言媽媽因為擔心她，更特登多買兩份保險。

港區人大代表調研組訪「海南大數據」

【大公報訊】記者文軒瓊海報道：港區全國人大代表專題調研組昨日繼續在海南的調研行程，先後在海口的海南省數據大廳及瓊海的博鰲超級中醫院等多地進行調研。有代表認為，海南在大數據應用及中醫藥發展等方面，可與香港互相借鑒、優勢互補。

港應努力轉變 善用大數據

走進位於海南省政府會展樓一樓的省政務數據大廳，迎面就是一塊巨幅顯示幕，上面各種數據正不斷切換，這裏堪稱「海南的大腦」，全省各部門各領域558個資訊系統的政務數據，就在此彙集、共用，暢通運行。大數據的應用引起眾多代表的興趣。

調研組成員、深圳前海管理局香港事務首席聯絡官洪為民表示，香港在處理政務數據之時，存在「政務孤島」的現象，即各部門之間數據並不互通，甚至連數據模式都不同，但海南不僅實現了部門之間數據互通，而且擁有大量民間機構所提供的數據，對該省各地的旅遊乃至防災情況都實現了實時監控。他認為，香港的不足源於對隱私的高度保護，以及企業不願

意與政府交換數據等，但大數據是世界潮流的大勢所趨，香港應努力轉變，同時培養更多數據人才，以面對未來的需要。

調研組一行下午乘車抵達瓊海市博鰲樂城國際醫療旅遊先行區，並在該區博鰲超級中醫院等多地進行調研。

調研組今早將赴博鰲亞洲論壇會址調研，隨後將前往三亞的鳳凰島國際郵輪港等地進行調研工作。



▲一眾港區人大代表參觀海南省數據大廳

「外交之友夏令營」旁聽例行記者會
港生喜見外交官氣勢幽默兼備

【大公報訊】記者詹漢基北京報道：電視上的中國外交官神情嚴肅，面對記者尖銳提問時從容不迫、不卑不亢，讓平民百姓有高不可攀的感覺。為讓年輕人了解國家外交事務，並了解外交官鏡頭後的一面，外交部駐港特派員公署主辦的第九屆「香港大學生外交之友夏令營」，昨日安排50名香港大專院校學生，旁聽外交部例行記者會，更與外交部新聞司司長、外交部發言人陸慷對話，揭開中國外交官的「神秘面紗」。

與陸慷深度對話

陸慷昨日主持外交部例行記者會後，隨即與50名香港大專生聚首一堂。對於能與港生見面，陸慷表示非常高興，與在場學生開懷暢談，樂於向大家分享工作上的有趣事情及心路歷程。同時港生也化身「小记者」，向陸慷請教外交方面的知識。陸慷的專業與識見，讓港生深感佩服，贏得熱烈掌聲。

就讀中文大學全球研究一年級的李宛庭表示，在旁聽記者會的時候，雖然現場氣氛莊重，卻沒想像中



▲李宛庭大讚陸慷「能夠壓場」

那麼嚴肅死板。陸慷回答多位記者提問時淡定自若，李宛庭直言感到陸慷的「氣勢」，大讚「能夠壓場！」但最讓她喜出望外的，是看見鏡頭背後的陸慷。陸慷與學生交流時會耐心聆聽，並予以回饋，「原來外交部發言人也是非常親民的！」

就讀嶺南大學會計及風險管理三年級的黃麗表示，非常榮幸能親眼看見陸慷，從他不疾不徐、談吐有致的說話方式，深深感受到外交部發言人應有的風範；但更難得的是與陸慷進行深度對話，認識他電視背後的一面，「原來陸司長也是個幽默風趣的人！」他續指，這次經驗異常珍貴，不僅能夠從陸慷身上學到如何面對和思考問題，更能從他堅定的眼神中，學會待人處世的應有態度。

就讀香港中文大學日本研究學系四年級的陳智恒認為，與陸慷對話的機會非常難得，對自己甚有啟發性。陳智恒表示，這次對話提醒了大家，在留意外交事務方面的新聞或消息時，不要只留意單一消息，需要從不同方面和角度進行思考。

教大開啓時間囊 解封歷史賀校慶

【大公報訊】記者唐曉明報道：香港教育大學為慶祝成立25周年，昨日舉行時間囊開啓儀式，解封多件於上世紀九十年代封存的歷史物品，包括當年提及成立教院的教學統籌委員會（教統會）第五號報告書。創校校董會主席葉錫安於儀式中親自將當年撰寫給2019年校董會主席的信，交與現任主席馬時亨。

預視教院將獲正名大學

當年的教院在1996年5月28日埋下時間囊，囊內物品見證教大在各方面發展與變遷，包括教院在九十年代興建時的校舍工程發展總圖、創校課程概覽、1995年畢業生名冊、《香港教育學院條例》等。

當年擔任教統會主席、負責第五號報告書的楊紫芝曾出席封存儀式，她昨日亦有出席開封儀式。第五號報告書建議將羅富國教育學院、葛量洪教育學院、柏立基教育學院、香港工商師範學院及語文教育學院合併成為「香港教育學院」，對香港教育影響深遠。

歷史物品中，亦包括一封由教院創校校董會主席葉錫安撰寫予2019年校董會主席的信，信中提及當年教院的使命和願景，及預見當時的教育學院將獲正名為香港教育大學，並開辦教育碩士及博士課程。葉錫安昨日亦有到場，親手將當年自己埋下的信件交與馬時亨。馬時亨致辭時表示，教大自正名後，在張仁良校長領導下，在本地和國際方面均獲認同，他又感謝各方對大學的支持。



▲教大舉行時間囊開啓儀式，由左起：時間囊開啓校長（學術）李建成、儀式主持：張仁良、馬時亨、葉錫安、楊紫芝