

# 勝利中收穫自信 挫折中汲取養分 選手笑看成敗 挑戰極限



## 徵稿啟事

北京冬奧 徵文比賽  
歡迎繼續來稿

「港生看冬奧」反響熱烈，雖然賽事結束，但徵文活動仍將繼續，截稿日期為2月28日。

我們將在刊用稿件中選出一、二、三等獎多名，以及優秀獎若干，所有來稿者都將獲發證書。

來稿字數在一千字以內，體裁不限。歡迎大、中、小學生投稿，來稿請寫上真實姓名、就讀學校和年級、聯繫電話及郵寄地址。

### 投稿方式

電郵: tkpschools@gmail.com  
WhatsApp: 6819 1090  
郵寄: 香港仔田灣海旁道七號興偉中心29樓大公報教育組，信封請註明「港生看冬奧徵文」

## 港生看冬奧



掃一掃，看圖文

北京冬奧會的各项比賽如火如荼，各代表隊運動員在賽場上突破自我、挑戰極限。他們當中，不少人與我同齡，也有相當一部分還不到20歲。2月8日那天，我透過電視直播，看到18歲的中國選手谷愛凌淡定自信，伴隨着「向左偏軸轉體1620」的穩穩落地聲，她站上了冬奧會自由式滑雪大跳台女子項目的最高領獎台。那一刻，我的心似被她展現的青春力量深深震撼和感召，不禁思考：作為一名在校大學生，我該如何提高自己青春的成色？

青春，當報效祖國。不論是在短道速滑項目上摘金奪銀的任子威和李文龍，還是在單板滑雪男子坡面障礙技巧項目上書寫中國冬奧歷史的蘇翊鳴，他們都在為國爭光中實現了人生價值，展現了當代年輕人的速度、激情和力量。他們給了我深刻的啟示：不論是內地的運動健將，還是香港的當代青年，只有把握時代賦予的機遇，把理想和奮鬥與祖國的發展、國家的榮譽緊密相聯，才能獲得更深沉的發展動

學校: 香港中文大學  
金融碩士研究生

姓名: 蘇穎超

## 正青春, 正春天

力, 也才能讓自身的青春乃至整个人生, 更有底氣、價值和分量。

青春, 當提升實力。如我一樣風華正茂的青春少年, 之所以能在世界冰雪舞台上, 完成了冬奧會「填補空白」的使命, 為中國體育運動發展寫下嶄新的歷史, 正是在於他們的勤學苦練和卓越實力。作為一名在校大學生, 我應該勤於學業, 善於思考, 把自己的發展與未來定位於大灣區, 放眼於廣袤的內地空間結合起來, 尤其是在自己所學專業的基礎上, 努力將科技創新的最新成果加以應用, 致力於解決

大灣區金融網絡互聯互通的「最後一公里」難點和痛點問題, 為香港的發展、「一國兩制」事業, 做出應有的貢獻。

青春, 當笑對挫敗。奧運賽場上, 運動員今日的成功無不是戰勝了無數昔日種種挫敗與困難, 從勝利中收穫更多自信, 從挫折中汲取成長的養分, 競技體育的起伏, 考驗着每位選手向上攀登的勇氣和意志。賽場上的每一次突破都在為傳承積蓄能量, 都印刻着他們對夢想的不懈追求。對於包括我在內的香港青年來說, 在實現理想的過程中, 也會遇到這樣或那樣的困難和挫敗, 也要面臨種種的挑戰。但我們要學習奧運健兒笑對挫敗的精神和心態, 帶着韌性一步步實現青春的價值。特別是在當下, 香港青年更要帶頭響應政府號召, 團結一心恪守防疫要求, 為城市走出疫情困境出一分力。

陽和啟蛰, 品物皆春, 北京冬奧會, 讓無數中國青年品味一個豐盈美好的春天; 乳虎嘯谷, 萬象更新, 香江兩岸, 眾多香港青年正帶着夢想豪氣, 走向未來。



▲蘇穎超是滑雪運動愛好者, 曾多次到訪瑞士、德國等國知名滑雪場。

姓名: 高碧瑩 (Peggy)  
職業: ISI花式溜冰教練

## 運動員是「外星人」

作為ISI花式溜冰教練, 我當然觀看了冬奧比賽, 而且一路看一路緊張, 同時都有很多感想表達。好似早幾天結束的一個溜冰的團體賽, 看到原來很多國家的水平提升了很多, 而表現都好穩定, 大家都做得好好, 賽事精彩之餘, 亦讓我很緊張。

日前, 欣賞男單的決賽, 拿第一名的運動員簡直讓大家覺得他是「外星人」, 超越人類的極限, 其實這個long programme時間更長, 體能要好fit, 技術上又要好好, 演繹方式又要好好, 加上本身動作編排都有一個高分數拿得到。

作為ISI花式溜冰教練, 如果可以再次上堂的話, 我都想和自己學生說「每一個運動都會有狀態好或者不好的時候, 很多因素令到你的表現有所影響, 盡量做到自己最好, 不要因為外在的事情, 如別人的批評影響到自己的心理素質, 而令到自己做得不好。」不過我知道這些都需要磨練, 如果我教我的學生, 我都希望他們可以參加多一點比賽, 不單單是溜冰技術的進步, 比賽後希望他們有所成長, 可能是如何處理壓力, 腦筋懂得如何靈活一點, 有一些動作miss了, 會知道如何「執生」, 如何處理餘下的動作。

中國運動員金博洋, 雖然最後他是拿第九名次, 但他的表現非常之好, 會見到他已經做了他要做的事, 演繹上已經很好。我覺得, 金博洋已盡力做到自己要做的事已經很滿意。



▲高碧瑩認為很多國家的滑冰水平提升了很多, 北京冬奧賽事十分精彩。

年級: 中二  
學校: 庇理羅士女子中學

姓名: 韓夢陽

## 充滿愛與拚搏的北京冬奧

美詮釋了我們一起向未來!

科技冬奧令人驚嘆不已。食堂沒有廚師和服務生, 做飯、炒菜、送餐都由機器人承包, 而且現點現炒, 高效安全; 啟用機器人防疫, 它們24小時不停地消毒, 提醒沒有戴口罩的人; 採用最新攝像技術, 能自動跟蹤拍攝, 配合航拍, 360度無死角。

值得一提的還有綠色奧運, 如把籃球館改成冰球館, 將製冰產生的餘熱用作運動員生活用的熱水。種種令我大開眼界的新鮮玩意——這些設備不但節省了人力、金錢, 更最大限度地避免了人與人之間的接觸。

此外, 在自由式滑雪比賽中為中國奪金的谷愛凌, 不論是性格還是言行上都給我很大感觸。僅僅18歲就拿到了運動員夢寐以求的奧運金牌, 相信她和其他運動員一樣, 付出了艱辛的努力, 但沒想到她竟也是不折不扣的學霸——據說她每日都有一個固定的時間表, 將時間分配得很好, 才能在繁忙訓練外保持學業的高水準。這個剛剛踏入成年的運動員, 在拿到冬奧金牌之前, 已考入名牌大學。對此, 她很自然地表示, 「畢竟我知道我不能靠滑雪活一輩子」。

谷愛凌把堅持不懈、不斷挑戰更快的體育精神發揮在學習事物的過程裏,



▲谷愛凌把挑戰更快更高的體育精神, 發揮在學習事物的過程中。

是一種震撼人心的毅力。此外, 現在青少年流行的美顏軟體谷愛凌卻不那麼熱衷, 她覺得把真實的自己展現在別人面前, 比修圖更能讓人眼前一亮。要知道, 她那自信的笑容和氣質已是美麗的代表。

谷愛凌是中國人和美國人的混血兒, 在這次為中國奪金後, 有些外國媒體對她惡意批判, 谷愛凌坦誠表達了對兩國支持的感謝, 說體育運動是一種團結的力量, 讓運動員們一起挑戰人類的極限, 而非用於分裂彼此。這個講話帶給我許多深思。我想, 面對複雜的國家關係, 以包容、理解的態度更有助於幫助不同國人的相處。

我也希望自己能懷揣促進團結、理解的初衷, 把感受到的愛和美好傳遞給更多人, 在長大的過程中, 努力促進不同國家、種族, 甚至不同信仰人群間的溝通、理解和尊重, 多做有助於打造包容、和諧共處的人類命運共同體的事。

姓名: 李文軒  
年級: 2D  
學校: 培僑中學



年級: 11B  
學校: Pui Kiu College

姓名: CHE Paco

## The Beijing Winter Olympics 2022

I remember my first Olympic Experience. It was the summer of 2012. I was eight years old, lazing around during the summer holiday, flicking through the TV channels. As I swapped through the many programs, one caught my eye - The London Olympic Games. The TV was broadcasting the men's 100m final. I remember hearing the breathlessness of the announcers and the roar of the crowds. As the gun sounded, a symphony of chaos ensued. I recall losing myself in the excitement of the moment. As Usain Bolt defended his 100m title with an Olympic record of 9.63, I wondered just how long it would be until my country would host the games again. Fast forward a decade, and the 2022 Beijing Winter Olympics is steadily underway. Still ever the avid sports lover, in the past week having the television on has become a part of life. Despite the pandemic somewhat dampening this special event, I still find myself

enchanted by the picturesque tracks the athletes ski on. Many mixed emotions arise with the twist and turns of each event. Beneath the masks, most wear smiles of gold. This year's Olympics has barely started and already a hundred memories worth cherishing has blossomed. It would be ostentatious of me to prattle on about the intricacies of the sports given my amateurish knowledge, however one aspect everyone can find resonance with is the athlete's emotions. All humans feel some emotion, just as everyone's sacrificed something for a greater goal. No matter how superhuman athletes may feel, when they triumph or when things don't go as planned, we who lounge at home feel a part of ourselves cheer and commiserate alongside them. It's rather bizarre to find myself celebrating for an individual I learned of but a day ago basking in glory a thousand miles away, but such is the beauty of the Olympics - for a

brief moment in time, the athletes' pride is our pride, and the athlete's loss is our loss. The Olympics connect us not just as spectators and athletes, but as humans. Especially in a year where we've all lost things both tangible and abstract to disease and pathogens, it's a touching reminder that despite being in solidarity, we can achieve unity. This Olympics also presents a much deeper sentiment, albeit a bit more selfishly. Ever since 1894, a total of 50 Olympic Games have been held. These host cities spread far and wide, ranging from 5 continents and 41 cities. However, among these esteemed countries lies the cream of the crop - those being countries that have hosted the Olympics twice. These include big names such as France, The United States, Japan, and the United Kingdom. Put simply, being able to host the Olympics is impressive; to be able to host it twice means widespread international

recognition. Already China has staked her presence with the 2008 Summer Olympics. With its many timeless moments, to call it a success would be an understatement. With the Winter Olympics, China has cemented her legacy as a major powerhouse. To see my country arise from befuddlement and poverty to a standing worthy of respect and pride makes this a rather sentimental moment, not just for me but for over 1.4 billion people who call this country home. And so, the winter games continue. Watching the screen, I feel kindred to my eight-year-old self, watching my first Olympics again. While the crowds are absent, the anticipation and excitement are not. The emotions, both pain, and pride, leave as deep an impact as before, perhaps even more. While superstition may be a fool's errand, for the sake of hope, here's to Beijing reaching new heights and bringing to all, the best possible Olympics.