

今晨3時消息

何詩蓓再摘銅

【大公報訊】特派記者張銳巴黎報導：在巴黎奧運女子200米自由泳奪得銅牌的中國香港「女飛魚」何詩蓓，今天凌晨出戰女子100米自由泳決賽，最終她游出52秒33的成績，獲得銅牌。何詩蓓獲2銅後完成個人本屆奧運賽事，連同上屆2枚銀牌，累積獲2銀2銅共4枚奧運獎牌，令她延續自己所保持、歷來奪得最多奧運獎牌香港運動員的紀錄。瑞典的絲祖唐以52秒16奪金，美國的胡絲姬52秒29奪得銀牌。

何詩蓓賽後說，這次奧運歷程是否奪獎牌並非最重要，最重要是她知道自己已做到最好，享受整個過程。而最令她開心的是看到現場遠道而來的香港觀眾，所以要特別感謝他們的支持。

李家超祝賀締造佳績

行政長官李家超祝賀何詩蓓勇奪銅牌。李家超表示：「何詩蓓在今屆奧運會一直保持高水平表現，面對世界各地頂尖選手仍毫不畏懼，如今再下一城，締造佳績，我和全港市民都以她為榮。」



大公報

Ta Kung Pao

2024年8月1日 星期四

甲辰年六月廿七日 第43454號
今日出版二疊六張半 零售每份十元
香港特區政府指定刊例法律性廣告之有效刊物

何詩蓓在女子100米自由泳中奪得銅牌。
美聯社

劍神劍后魅力 全城掀學劍熱

家長：鍛煉孩子遇挫折不放棄



奧運熱話

巴黎奧運，中國香港隊捷報頻傳，劍擊運動員張家朗及江旻憓奪得金牌，更是全城轟動，成為無數家庭和學生的談話話題，「不放棄，拚搏到底」成為眾多家長教育子女的最熱詞彙。不僅如此，以奧運健兒為榜樣，全城正在掀起學習劍擊熱潮。有家長表示，帶孩子學劍擊，除了興趣之外，更是要讓孩子懂得如何面對輸贏，面對挫折，敢打善打逆境波，而且懂得領獎台上升國旗（區旗）、奏國歌的意義。「這是奧運給孩子們最大的收穫，能夠影響他們一生」。



掃一掃有片睇

大公報記者 唐雪婷、湯嘉平、蘇榮(文) 黃洋港、麥潤田(圖) 張凱文、盧剛昌(視頻)

港隊劍手張家朗，在巴黎奧運男子個人花劍項目成功衛冕，奪得金牌，江旻憓在女子重劍項目奪得金牌，令市民對劍擊運動產生極大興趣。據多間劍擊學校透露，近日收到許多課程諮詢和報名，有家長為子女查詢，也有成年人試堂，學習劍擊在香港成為一股熱潮。

亞洲劍擊訓練學院（香港）教練總監弘健威表示，劍擊運動員奪得金牌為香港社會帶來積極效應，不僅是體育界的衝擊，對廣大家長和小朋友都帶來正能量，相信會有更多小朋友加入到劍擊運動中。

據了解，香港大多數的劍擊學生都是從幼稚園到小學便開始進行培訓，中學生相對來說比較少。弘健威說，劍擊不僅是一項運動，它更是一種生活態度，可以鍛煉小朋友的品質，對其未來發展有幫助。

自小培養 越玩越有興趣

正在亞洲劍擊訓練學院（香港）學習劍擊的小朋友家長蔡俊傑表示，小朋友從幼稚園到小學就開始學習劍擊，到現在已經3年，開始時小朋友試玩不同的運動項目，當試到劍擊時，他越玩越有興趣，這樣他每個星期都有做運動，身體非常健康。另外學習劍擊過程中，這位小朋友亦參加了許多比賽，學會了如何面對比賽的輸贏，善於接受失敗，「永不放棄，繼續努力，這是人生中很重要的一件事。」

興趣是最大的老師，七歲的李曉弦學習了兩年劍擊，他表示，一直知道香港運動員劍擊好厲害，好有型，自己好想學，現在已經掌握了劍擊的基本功，父母也覺得學劍擊可以讓孩子得更有想法，更有自信，思維上也有進步，「最重要是有奧運榜樣作為目標，人就不一樣了」。

即將要升中五的16歲學生衛斯迪，他表示從四年班就開始練習劍擊，劍擊是一個很特別的運動，需要好多裝備，比如面罩、劍等，他認為學習劍擊可以提高體力，讓身體更加敏捷。

弘健威認為，「劍擊在好多方面都會幫到小朋友，提升他們專注能力，要他們獨立思考判斷，以及有應變能力，手脚協調和體能提升。比賽當中亦都要遵守紀律，學識規則，並且要識得尊重其他人。」他表示，劍擊對升學有幫助，香港有一些學校會偏向招收有運動技能的學生，比如劍擊技術等，可以代表學校去參加比賽，即小學升中學時，有些學校比較看重學生的競技成績，會得到更多的面試機會。另外在大學有學生運動員計劃，特別在體育方面具有非凡成就的準學生推出直接錄取計劃或優化現有入學管道。除此之外，在世界青少年競技錦標賽取得優秀成績的學生，亦都會獲得國外著名大學主動發出的入學邀請函。同時，他提醒家長們需要提前做好準備，在6年班升中的時候就需要提供學生相關資料。

時候就需要提供學生相關資料。

領悟升國旗奏國歌意義

「劍擊不應該精英化，而應該普及化。」張家朗的啟蒙教練、香港劍擊學校校長黃贊接受《大公報》專訪時表示，近日張家朗和江旻憓奪冠後，又再次帶動報班人數的增長，也令到好多家長發現原來學劍擊可以培養出一個運動員，更可以培養到一個成功的人格，學到堅持不懈的精神。

學劍熱潮高漲，黃贊說劍擊並非年輕人專屬的運動，其年齡層可放寬到四歲至九十歲。「劍擊看起來很需要體力，但其實有體力則有體力的打法，無體力也有無體力的打法。」至於四歲小童，他指學校一般會通過遊戲的方式去訓練，一是幫他們鍛煉身體本身的協調性，二是讓他們通過訓練，能對不輕易言棄的人生態度有領悟，懂得獲勝後必須升國旗、奏國歌的意義。



弘健威認為學習劍擊可以幫助小朋友提升專注力和應變能力，益處數之不盡。
大公報記者麥潤田攝

遠大志向

12歲女生：以家朗哥哥為榜樣

香港劍擊學校的12歲女學生Macaria表示，重看張家朗的比賽片段感到很激動和興奮。她說：「他的動作真的很快。當他失了分，他很鎮定，想着能不能攻下一分呢！」學習了7年劍擊的Macaria，上星期才去過日本打比賽和集訓交流，她表示看完張家朗的比賽，現在練習時也有試做一下他的動作，希望盡力提升自己的速度。

香港劍擊學校學生韋逸嵐、邱彥中均表示，自己是看張家朗打比賽覺得「好型」，令到自己想去學劍擊，希望之後能有機會代表港隊參加奧運會。

媽媽盼女兒學會堅持

家長彭太太說，起初讓女兒學習劍擊是為了強身健體及幫過重的她減肥，也希望透過學習劍擊讓她提升專注力。加上在看到張家朗拿到奧運金牌，亦希望女兒從中學到張家朗的不放棄精神，做事不輕易半途而廢，這樣的態度，終生有益。彭太太表示，相信劍擊運動帶給小朋友的正能量，今年已幫妹妹報了名與姐姐一起學習劍擊。大公報記者葉浩源、湯嘉平、蘇榮



Macaria學習劍擊以張家朗作為榜樣。旁為彭太太。

相關新聞刊

A2
A3
A4
A5



學生有Say

小朋友自小學習劍擊，可以鍛煉出永不放棄，迎难而上的精神。
大公報記者黃洋港攝



學好基本功

李曉弦：這兩年的學習過程中，學到很多劍擊的基本功，很開心。



不再怕困難

衛斯迪：劍擊可以提升體力，讓反應更加敏捷，遇困難不會害怕。

責任編輯：呂俊明 美術編輯：劉國光

