

透過劍擊 推動多元發展 為學生不同學習能力 提高自我認同



朱遠球 校長

• 晉色園主辦可信學校



晉色園主辦可信學校一直致力發展多元教學，培養在學術以外的各項潛能，也積極在校內推動體育發展，培養良好品德及體育精神。近年更開始發展劍擊項目。

走出框框 挑戰小學劍擊

可信學校一直積極在校內推廣多元體育項目，以發展學生不同的體育能力，也透過體育培養學生正面價值觀，建立良好的運動習慣。但由於場地、資源等限制，香港大部份小學體育課能接觸到的體育項目有限，像劍擊這種裝備較多的運動更是少之又少。三年前，可信學校獲得康文署資助突破這些限制，在校內發展劍擊項目，為同學們購入劍擊服等裝備，邀請了專業的教練到校教授花劍項目，更設立了劍擊校隊、參加了校外比賽，擴闊學生們的眼界。

中銀青少年發展計劃安排

今年，可信學校很榮幸參與「中銀青少年發展計劃」，進一步為學生提供更細緻的劍擊教育，培育新一代劍擊之星。「中銀青少年發展計劃」由香港劍擊總會和中國銀行（香港）合辦，以高小學生為對象，分為上下學期的課程，每學期共 30 小時，內容包括：劍擊學習、恆常訓練和參加比賽。同學們十分踴躍報名參加計劃，報名人數限為 15 人。計劃與校內已有的劍擊項目不同的是，可信學校對於發展中銀青少年發展計劃有更深層次的目的——透過劍擊活動，幫助一些自我認同感較低的學生，讓他們在劍擊中找回自信。

面對疫情 毫不卻步

上學期課程正是疫情非常嚴峻之時，但也不能阻止學生們對劍擊的熱情，劍擊活動沒有因此取消，而是轉為透過網上平台觀看影片，進行劍擊理論知識的課堂，並參與了「中銀香港義工劍擊體驗日」，向香港隊隊員林衍聰、江旻愷學習劍擊動作和進行對話。隨着疫情開始緩和，學校即時向劍擊教練提出，展開面授課堂，在老師細心管理學生身體狀況下，已經非常熟悉理論的同學們馬上在教練帶領下投入到實踐之中。當同學們收到自己的裝備時，十分興奮，而學生在劍擊課堂的態度和表現都十分優秀，讓同學們獲邀在暑假期間接受額外的訓練課程。

提高自信 發揮潛能

劍擊活動大大提高了同學們的自信心和正向價值觀。劍擊教授也非常鼓勵同學在課堂上表現自己不同的能力。例如很多五、六年級的女同學性格十分內向，加上正值青春期的極度缺乏自信心，也對做任何事情沒有太大的熱情，總覺得自己都做不到，疫情期間更是天天留在家裏。老師們都十分擔心她們變得更加內向，影響溝通等日常生活，所以邀請她們參加劍擊計劃。一開始她們並未展示太大興趣，後來慢慢被劍擊的魅力所吸引，在面授課堂更逐漸變得積極。有同學說，之前的她就像劍擊中一直防守、往後退，但她從劍擊中學習到要往前走、主動出擊，才能取得分數，自己的態度才是決定能否成功的最大因素。同學後來更主動報名參加了兩次聯校比賽，獲得十分理想的成績。