



體藝傳情

跳繩可以是個人運動，也可以是團體項目，運動員憑著一條繩子便能做出充滿變化的花式動作，慈雲山天主教小學六年級學生王曉瞳喜歡參與團體跳繩及個人跳繩項目，因為前者考驗她與隊友的合作精神，後者則讓她享受獨自在舞台上展現光芒，「跳繩給予我很多學習經歷，培養出堅毅不屈的精神，活出『在基督內，自強不息』的校訓精神。我在跳繩中最大的得著，就是培養出今天的我。」

慈雲山天主教小學四年前開設花式跳繩課外活動，背後原因竟跟曉瞳息息相關。體育科梁兆邦老師當時是曉瞳的班主任，還記得首次與曉瞳媽媽會面，媽媽便詢問學校有否開辦花式跳繩課外活動。原來曉瞳自幼稚園接觸跳繩後，便深深被其魅力吸引。「一方面，教練跳繩的動作『有型』；另一方面，我可以與朋友隨時用繩子進行活動，增強體力，十分有趣。」曉瞳講述跳繩的吸引之處時說。學校了解到學生的需要，當時適逢重整體育校隊，遂開設花式跳繩興趣班。後來，同學們對這運動反應熱烈，學校於翌年設立校隊，進一步為學生提供精英訓練。

(下接第6版)

02



自強不息

跳出自我

慈雲山天主教小學

王曉瞳



發掘及發展學生的塔冷通

每一場比賽的背後都不乏家人、學校及教練的支持，家人陪同曉瞳參與本地及海外的每一場比賽；老師及同學也在比賽前，為曉瞳打氣。體育科譚加琪老師特別欣賞曉瞳樂意與同學分享比賽經驗，並在同學遇到困難時，主動伸出援手。她更樂見校隊成立短短幾年，曉瞳與其他校隊成員一起成長進步。

慈雲山天主教小學關注每位學生的全人發展，除花式跳繩校隊，還設有欖球、女子足球、K-pop舞蹈及醒獅等多個校隊。蕭茵校長提到，學校也設有視藝優才計劃和綜合課時段，讓學生參與藝術、音樂及體育活動；並給學生安排不同比賽及表演機會，幫助他們

發掘及發展天主教所賜予的塔冷通。她期望藉著不同的活動，幫助學生找到終身興趣，並傳遞給他們終身受用的價值，面對成長路上的種種挑戰。（吳）



堅毅不屈 面對挑戰

曉瞳現時除了是花式跳繩校隊成員，更是中國香港跳繩代表隊隊員，代表學校及香港參與多項賽事。其中，為她難忘的是在去年暑假，首次代表香港到日本參與「亞洲跳繩錦標賽2024」，與不同地方選手較量的經歷。曉瞳在這次比賽中，獲得了「9-11歲女子組別」的全能冠軍、「9-11歲混合組團體組別」的全能總成績亞軍、交互繩總成績亞軍等多個獎項。在與中國內地、韓國、泰國、日本、馬來西亞等地方選手較量中，她觀察他們的實力與長處，從中反思自己的不足；並在比賽的最後一天，與各地選手用膳時，交流訓練的經歷，獲益良多。

曉瞳喜愛祈禱與主交談，並在每次比賽前，都會在禱告中，祈求天主賜予她堅持的勇氣及力量，使她不要輕易放棄。每次比賽的背後，是她堅毅不屈的艱苦練習，曉瞳提到曾在一個富有信心的項目中失手，但教練的鼓勵，以及校訓「在基督內，自強不息」的精神，鼓勵她不要輕易放棄。



01 (左起) 梁兆邦老師、何卓欣副校長、王曉瞳、譚加琪老師及蕭茵校長。
02 王曉瞳熱愛跳繩，喜歡挑戰自我。
03 在跳繩比賽中屢獲殊榮
04 代表香港參與「亞洲跳繩錦標賽2024」
(相片04由校方提供)