

► 愈來愈多
女孩子愛上滑
板運動，不怕艱
辛接受訓練。



◀ 范嘉安
(中) 毫不猶
豫擔任母校的
滑板教練，教導
對滑板感興趣的
師弟师妹。右為中
六級學生溫梓博。

學校引入新興運動 激發學生挑戰自我

滑板躍動 追逐奧運夢

長。」實際上，如果在球場踩板，會被人趕走，在公眾地方踩板也會影響他人。

玩滑板的青少年逐漸增多，但軟硬件設施還是不夠。圖玄學院妙法寺

內明陳呂重德紀念中學校長彭家強表示，為推廣新興運動，校方已將滑板引入體育課，讓大部分學生都能初步了解；有潛質的學生會再深入培訓。「學校目前沒有專業的滑板場，如果

真的要深入學習，還是要去外面的專業滑板場。」

場地 設備 師資 三大關鍵

彭校長建議，若要將滑板普及化，教育局要將其列入體育課程，增加教學資源，比如對場地的資助、滑板及相關護具等配套設施的支援。此外，專業的師資力量也不可或缺，他建議有更多符合資格的专业滑板教練可以進入校園。

助理校長林嘉威補充說，新興運動具挑戰性，一般學校老師教不了，

所以需要請專業教練。但是目前香港沒有一個正式的滑板牌照可以考，一些教練如范嘉安，都是透過其所在公司安排去參加國際訓練，從而獲取相關資歷。

好教練對於學生格外重要。林嘉威坦言，范嘉安是一個稱職的教練，不僅能教師弟妹滑板知識、技巧，還能教到態度。「嘉安身上有很多傷疤，都是練習時留下的，很令人鼓舞。」而且大家生活在同一環境，師弟妹聽到嘉安的奮鬥故事，也感到很熱血。



◀ 彭家強校長表示，校方已將滑板引入體育課，讓大部分學生都能參與其中。



◀ 小朋友很輕易便能做出高難度動作。

滑板少年有Say

深深吸引

陳呂重德紀念中學
中六級學生 何祉蕊

「從記錄者影下同學練習滑板時的畫面，被這項運動吸引，很期待今後也能多嘗試玩滑板。」

很酷很型

10歲滑板愛好者 藤本岳

「滑板看起來很酷、很有型，可以學習很多花樣動作。基本上每天放學之後，我都會練習三個小時滑板技巧。」

變得開朗

10歲滑板愛好者 榮天裕

「玩滑板認識很多朋友，每當做不好動作時，前輩都會熱心教導我，令我變得開朗。」

家長喜見孩子愈挫愈強

滑板運動作為極限運動，不僅考驗個人對技巧的掌握，更考驗毅力。有堅持玩滑板三年的10歲小朋友在練習過程中，擺脫以往半途而廢的壞習慣。他的家長說：「滑板能讓孩子以更加穩定的心態面對失敗。」

學業上也學會堅持

今年11歲的Scott玩滑板之前，遇到困難很易放棄，但學滑板後就明白堅持的重要。他說，每當練習一個花式動作時，都有機會做不到。「如果是以前我可能會直接放棄，但是如果半途而廢，就會浪費前面的努

力。」所以一直堅持到現在。

這樣的精神也被帶到學習中。Scott之前覺得數學很難，做到一半就不想做，但是現在哪怕要一小時才能計算出答案，他也會堅持下去。

完成當下要做的事，才有機會向更大的夢想邁進。Scott說，他沒有很宏大的目標，只想認真完成每一次訓練。「我現在最重要的、也是我最想做的，就是五次踢翻技巧（Kickflip）中，可以成功三次。」

Scott的爸爸陳先生樂見於孩子對滑板的堅持。他坦言，踩滑板需要不斷嘗試，這次能做到一個技巧，下

次就不一定了，所以要不停練習幾百次、幾千次。這樣的堅持也可以帶到日常生活中，如果孩子遇到其他挫折，都知道勇敢的去做。



▲ Scott以往遇到困難很容易放棄，但學滑板後，學懂堅持。