

精英運動員分享會暨劍擊交流體驗

(2025 年 4 月 29 日)

本校學生於 2025 年 4 月 29 日(星期二)參加了由教育局舉辦的「精英運動員分享會暨劍擊交流體驗」。此活動為「躍動校園 活力人生」計劃(ASAP 計劃)的一部分，於油蔴地天主教小學 (海泓道)舉行。

活動期間，劍擊精英運動員方凱申先生分享了其激勵人心的劍擊旅程，著重強調堅持與紀律的重要性。參加者有機會體驗一場互動性的劍擊活動，成功激發其對該運動的濃厚興趣。活動不僅為學生提供了寶貴的實踐機會，還促進了積極生活方式的培養，提升了自信，並培養了他們對運動精神與個人成長的積極態度。



本校學生與第 15 屆全運會吉祥物「喜洋洋」(左五)、「樂融融」(右四)及 ASAP 公仔(中)合照留念



劍擊精英運動員方凱申先生(右三)分享在訓練和比賽場上的經歷及挑戰，鼓勵學生建立堅毅、勤勞、勇於接受挑戰等正確價值觀和態度



3A 梁樂琳(前排左)與 3A 馬滢(前排右)參與反應遊戲，親身感受劍擊運動員如何訓練反應能力



3A 鄒慧莉正在練習用劍刺擊劍擊的各個目標區域 (T1 至 T5)，專注提升技巧



3A 袁一琚試著做一些劍擊的基本動作，如刺擊、迴避等，體驗一下劍擊的樂趣



4A 袁芷悠(左)與 4A 溫卓滢(右)穿上整套劍擊裝備，享受這難得的體驗機會



本校劍擊運動員 4A 楊竣淇(右)與精英劍擊運動員方凱申先生(左)進行劍擊交流、切磋技術