

升學教育
教養溝通
消閒生活
身心保健

封面故事

全校起動！ 新興運動

齊鬥智燃熱誠

去年東京奧運令本港掀起運動熱潮，吸引不少家長讓子女學習不同運動。除了傳統的手、足、籃、排四大球類及田徑等項目，香港也不乏新奇刺激的新興運動，部分更屬亞洲運動會及全國運動會項目。現時本港有不少小學推行新興運動，今期《親子王》走訪路德會聖十架學校及德萃學校（小學部），兩所分別推行軟式曲棍球及芬蘭木棋的學校均鼓勵全校參與，不僅設立校隊和把項目納入體育科課程，也有非體育科教師及家長積極參與，甚至考獲指導員或教練資格。

除了軟式曲棍球及芬蘭木棋，新興運動還有躲避盤、柔力球、穿雲箭等。據中國香港新興運動協會網頁，新興運動為普及於其他國家或地區的非傳統體育運動，並具備標準賽規、教練、裁判、技術規範及器材標準等運動發展先決元素，適合在香港作本土化普及發展。本港有學校的校隊成員更入選香港代表隊，可見參與新興運動也有機會成為體壇明日之星。

德萃學校（小學部）體育科老師勞子諾表示，芬蘭木棋為相對靜態的運動，希望可作為開端，吸引學生主動參與其他運動。

路德會聖十架學校（下稱聖十架）於二〇一八年引入軟式曲棍球，主張全校參與，推行至今更有學生成為香港代表隊U13（十三歲以下）成員。

聖十架一向鼓勵師生走出學校交流學習，二〇一八年校長、師生及家長一行約三十人前往芬蘭體驗及取經，了解當地教育，包括參觀幼稚園及小學。聖十架體育科主任、對外聯繫體藝項目統籌兼中國香港軟式曲棍球總會學校小組主席田偉洛表示，當地幼稚園及小學均有推行軟式曲棍球，「當時（從芬蘭）回來後，想將不同芬蘭元素帶回港，軟式曲棍球於當地相當主流，所以嘗試將其引入。」同年九月，該校體育課加入軟式曲棍球體驗，他稱反應非常熱烈，「甚至有學生在家裏拿類似的物品試玩，於是隨後成立校隊作專業培訓，及後推廣至教師及家長層面。」

繼二〇一八年的芬蘭體驗之旅，聖十架的軟式曲棍球校隊球員、家長隊及教師隊於二〇一九年同往芬蘭集訓，並參與友誼賽。

路德會聖十架學校 軟式曲棍球培育人才

軟式曲棍球（Floorball）為北歐國家的主流運動，球員需操控球桿入球取分，當中的挑戰性吸引不少學生參與。路德會聖十架學校（下稱聖十架）於二〇一八年引入軟式曲棍球，主張全校參與，推行至今更有學生成為香港代表隊U13（十三歲以下）成員。

受芬蘭交流啟發

聖十架一向鼓勵師生走出學校交流學習，二〇一八年校長、師生及家長一行約三十人前往芬蘭體驗及取經，了解當地教育，包括參觀幼稚園及小學。聖十架體育科主任、對外聯繫體藝項目統籌兼中國香港軟式曲棍球總會學校小組主席田偉洛表示，當地幼稚園及小學均有推行軟式曲棍球，「當時（從芬蘭）回來後，想將不同芬蘭元素帶回港，軟式曲棍球於當地相當主流，所以嘗試將其引入。」同年九月，該校體育課加入軟式曲棍球體驗，他稱反應非常熱烈，「甚至有學生在家裏拿類似的物品試玩，於是隨後成立校隊作專業培訓，及後推廣至教師及家長層面。」

納入全校體育課

軟式曲棍球比賽需用球桿，考驗小朋友的手眼協調和空間感。田偉洛說不少初學者較易因持桿高於腰部而犯規，「或覺得自己能打中球，但因為空間感不足，便未能擊球。」由於不同年級的學生高度不一，學校為低年級學生購入幼兒球桿，比一般球桿短一點。想找出適用的球桿，田偉洛指最簡單的方法是將球桿垂直放在地上，「如球桿頂部對着肚臍位置，便是較適合自己的球桿。」

聖十架現時所有年級的體育課均會學習軟式曲棍球，讓學生於整個小學生涯都可接觸此項運動。田偉洛表示，每個運動項目於每學年佔四節體育課，各年級學習不同內容，但難以將軟式曲棍球的控、傳、射及運球等技術全於一至三年級教授，所以主要教導學生如何操控用具，高年級則學習較多戰術運用，「例如教導他們二打一或三打一的基本進攻和防守戰術。」

新冠期間為繼續教授體育課內容，田偉洛與另一名體育科主任接受中國香港軟式曲棍球總會教練的指導後，於校本體育課程加入影片教學，包括拍攝傳、控和射球的技術，也提供自學課程，「學生也要拍攝影片給我們，讓老師評估其進度。」

路德會聖十架學校體育科主任田偉洛稱，軟式曲棍球校隊的技術逐漸昇華，「射球比以前大力和準確，所以開始安排他們佩戴護目鏡，提高安全度。」

星島日報 2022年1月27日

親子王

609

風靡全校的新興運動熱潮

2022年《親子王》全新會輯申請詳情請參閱P.23

升學教育

教養溝通

消閒生活

身心保健



家長當導師發掘新星

為貫徹全校參與軟式曲棍球，除了全體學生於體育課體驗外，家長和教師也積極投入學習。現時聖十架共有約三十名家長及教師完成由中國香港軟式曲棍球總會舉辦的指導員課程，當中有三名家長和十三名教師持有一級教練資格。田偉洛表示，體育及非體育科教師一起練球之餘，更組織教師隊參賽；家長經過芬蘭之行，也被這項運動吸引，透過教師組織成立家長隊及家長教師隊參賽。「三名考獲一級教練資格的家長，會在學校各個長假期擔任軟式曲棍球導師，教導非校隊成員，幫忙發掘具潛質的學生以培育梯隊，及後推薦他們加入校隊。」

他補充，指導員主要學習基本知識、規則和訓練基本技術；一級教練課程內容則涉及戰術調整、教學技巧，要擬定教案，「每打一場比賽需作臨時調動和（調整）戰術，可能有情境模擬擬球隊落後時，如何調整球員部署。」

他補充，指導員主要學習基本知識、規則和訓練基本技術；一級教練課程內容則涉及戰術調整、教學技巧，要擬定教案，「每打一場比賽需作臨時調動和（調整）戰術，可能有情境模擬擬球隊落後時，如何調整球員部署。」

循趨勢發展更多項目

新興運動種類多樣化，田偉洛認為新興運動將成為學界趨勢，所以聖十架積極推廣各個項目。「體育教師團隊有不同新興運動總會的委員成員，例如閃避球、柔力球，有體育科教師更是現役柔力球香港代表隊成員，他現時也是（學校）柔力球隊的負責老師。」去年十二月，該校曾舉辦新興運動嘉年華，讓學生體驗閃避球、柔力球、地壺和芬蘭木棋等新興運動的樂趣。



聖十架學生於二〇一八年前往芬蘭，首次體驗軟式曲棍球。

路德會聖十架學校部分獎項

2021全港軟式曲棍球錦標賽

- U9男女子混合組別冠軍
- U12男子及女子組別冠軍
- U15男子組別冠軍（校友隊）
- 男子公開組季軍（家長教師隊）
- 女子公開組季軍（教師隊）



校隊及香港代表隊U13成員夏仲文（右二）表示，當對手來攔截自己的球，她會看看前後左右方有沒有隊友可接應傳球。

校隊成員自發改善球技

目前聖十架的軟式曲棍球校隊有招募一至六年級學生，最近更有隊員入選香港代表隊U13（十三歲以下），接受更專業的訓練。該校小五生羅梵恩及夏仲文均學習軟式曲棍球約三、四年，同為校隊成員，皆認為要運用球桿相當具挑戰性和有趣。羅梵恩分享以球桿傳球時最怕太用力，「（塑料）球彈下的話，隊友很難接。」夏仲文也表示：「若利用球桿將球傳得太前，隊友跑動時或接不到球；傳得太後但隊友跑得快，他又要跑回後面接球。」為精進技術，羅梵恩稱閒時在家會練習控球和左右傳球，也會對着牆壁傳球及帶球上前。



羅梵恩（左二）現為軟式曲棍球香港代表隊U13成員。

輸掉比賽反受激勵

學習軟式曲棍球數月後，羅梵恩和夏仲文便有機會往上海參加全國性賽事，羅梵恩對那次比賽印象非常深刻。「對手很強，全部人體型也較大，我傳球給隊友時常被對手碰跌，甚至在對手傳球時被對方的球桿撞至流血。」羅梵恩坦言該次比賽令他頗為灰心，更因過於疲累而落淚，由於對手的技巧和身型較優勝，所以打得比較辛苦，「我們要長期跑來跑去搶他們的球，但常常不成功。」不過他未言放棄，賽後更希望改進射球和控球技巧，「在家裏多跟爸爸和姊姊練習傳球，也讓他們當紙板站着不動，嘗試（帶球）越過他們。」



路德會聖十架學校校長王淑芬（中）支持學校推動新興運動。