

## 真光健兒顯身手 運動場上志昂揚

為期兩天的香港真光書院第四十屆陸運會已於日前圓滿結束。比賽期間，全校學生盡展運動潛能，四社啦啦隊竭力為運動健兒打氣，反映了上下一心的團結精神。

陸運會分別在 12 月 6 日及 7 日兩天舉行初賽及決賽。比賽期間天公造美，健兒們在陽光普照的天氣下進行賽事，場面熱鬧。田徑場上的參賽者無懼烈日當空，每一位都竭力比賽，務求創出佳績；看台上各社社長及社員帶領一眾啦啦隊成員以最宏亮的聲線和一致的動作、舞姿為比賽場上的健兒打氣。在這一年一度的真光盛事中，平日沉默的同學及嚴肅的老師們都藉此珍貴的機會全情投入，在師生接力賽中打成一片，突顯了全體師生對學校的歸屬感。

當日大會邀請了教育局總學校發展主任(中西及南區)唐麗芳女士任主禮嘉賓。唐女士看到啦啦隊的創意時表示讚賞，並鼓勵同學們發揮長處之餘，培養創意也很重要。她介紹了一個能激發人們創新構想的方法 — 奔馳法(SCAMPER)，內容包括替換(substitute)、整合(combine)、調整(adapt)、修改(modify)、其他用途(put to other uses)、消除(eliminate)與重組(rearrange)，她希望每個學生也可以運用這方法發揮創意。另一位嘉賓是 2008 年殘奧會香港馬術代表葉少康先生，他則教導同學如何在繁重的工作中分配時間，先做自己喜歡的東西，再慢慢從中學習，再處理餘下較吃力的工作。當感受到壓力，只要把它化為動力、集中力便可。他亦鼓勵同學當遇到困難時可如馬術般「跳過、超越，然後繼續前進」。

經過連續兩天的比賽，獲獎的同學都以燦爛的笑容和歌聲迎接努力的成果。唱閉幕歌曲時，各人手挽手，連成一線放聲高歌，場面壯觀，為本年度的陸運會劃上完美的句號。

校園小記者 5E 張凱瑩 吳泳儀 林訢欣 報道