

鳳翎精神

4.1.2022 Tue | skyspost.hk



「全人教育」 Staycation Run 培養中學生堅毅展自信

長跑需要耐力與毅力，東華三院黃鳳翎中學三位長跑好手，包括助理校長兼訓導主任、輔導主任和社工，近年便透過長跑協助學習或能力表現較弱的學生，作「全人教育」，建立自信和堅毅精神。他們上周帶同21名學生進行3日兩夜「45周年校慶環島Staycation Run」；有學生稱過程中學懂照顧他人，及感受到關心。

找回自我認同 學照顧他人

東華三院黃鳳翎中學的長跑隊2017年創立，今屆由30名中一至六學生組成，每周訓練2小時。該校輔導主任陳健偉指，眼見近年Staycation受歡迎，故結合度假和環島跑舉辦是次Staycation Run，活動全程45公里，起點及終點均為東華三院黃鳳翎紀念大樓，師生於W旅舍及the Arca酒店Staycation。

該校助理校長兼訓導主任陳少偉稱，學校並非要培養精英運動員，學生不一定要擅



東華三院黃鳳翎中學2017年創立長跑隊，希望幫助操行、能力和學習動機較弱的學生建立自信。
(梁偉榮攝)

長跑步；但希望幫助操行、能力和學習動機較弱的學生，從跑步訓練建立自信和堅毅精神。駐校社工壽振飛則盼學生參與長跑時放下手機，學懂欣賞風景，並找回自我認同。

以往常犯校規的長跑隊隊長梁俊熹說，從長跑中找到信心，溫書疲累時也會提醒自己要像長跑般堅持。在3日行程中，他也學懂放慢腳步照顧和鼓勵他人，更立志要在23歲前挑戰全馬，以回報老師的期望。

夥慈善機構 邊跑邊做義工

中三學生李凱蕎則說，最深刻是到達大潭道和大坑渠時獲師兄協助，令她感到有人關心，及看到大潭水塘等優美景色。

長跑隊過去曾與慈善機構「跑去你屋企」合作，安排學生邊跑邊做義工，如探長者、執垃圾等。2019年更帶學生到高雄集訓跑，作「全人教育」。



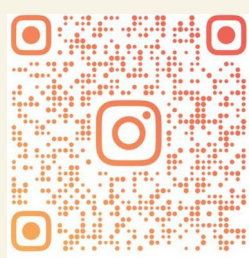
▼凱蕎學懂了欣賞沿途風景。
(梁偉榮攝)



▲俊熹表示學會了堅持，及關心他人。
(梁偉榮攝)



了解我們



TWGHWFLC

晴報

2022年1月4日 星期二

MAY YOUR DAY BE FILLED WITH LOVE AND LAUGHTER